

NEUROSCIENZE

Droghe e internet: così l'adolescenza è fuori controllo

Boom di accessi ai pronto soccorso per disturbi del comportamento

■ di STEFANO SOTGIU*

disturbi psichiatrici nell'infanzia e adolescenza sono diventati ormai un problema rilevante per la salute pubblica e rappresentano la prima causa di malattia in età evolutiva e la prima voce di spesa sanitaria nell'età adolescenziale. In nessun periodo storico, per esempio, il rischio di suicidio tra i giovani è stato così alto e oggi, in Inghilterra, esso costituisce la prima causa di morte sotto i 19 anni. Ciò ha portato, in Inghilterra, alla creazione di un ministero ad hoc per la sua prevenzione. In Italia registriamo un rapido aumento di accessi, nei nostri pronto soccorso, di adolescenti con gravi disturbi del comportamento, con stati di agitazione, deliri e tentativi di suicidio. È accertato che nei nostri adolescenti il principale predittore di suicidio e di disturbi acuti del comportamento è l'uso di droghe (cannabis in particolare) unitamente all'alcol. Ai disturbi acuti vanno aggiunti la riduzione della riserva cognitiva, della capacità di giudizio e della pianificazione e progettazione della

propria vita. A questo problema ormai noto, se ne sta aggiungendo un altro: quello legato all'abuso di internet e dei social network. Ufficialmente la dipendenza da internet non è ancora codificata nei manuali di psichiatria ma già molti ricercatori riconoscono che un suo uso quotidiano e prolungato è in grado di produrre disturbi del comportamento ed esperienze di discontrollo degli impulsi simili a quanto si verifica nella dipendenza da droghe e alcool. Studi moderni di neuroscienze cognitive e sociali ci mostrano infatti che la dipendenza da marijuana, da internet, dall'assidua visione di materiale pornografico e dal gioco d'azzardo hanno tutte una base anatomica neurologica comune. C'è quindi molto allarme tra i nuovi neuropsichiatri, che chiedono di poter porre un freno alla crescita dei disturbi di condotta, dell'irrefrenabile impulsività e dei tentativi di suicidio.

** Professore associato di Neuropsichiatria infantile all'Università di Sassari*

■ continua a pagina 3

Ragazzi emotivamente fragili il disagio è la nuova normalità

Dall'impulsività ai tentativi di suicidio. E di mezzo ci sono droghe e internet
Il ruolo importante della scuola per prevenire l'insorgenza di patologie mentali

quotidiani locali e nazionali riportano frequentemente episodi di sorprendente violenza, ai più incomprensibile, da parte di adolescenti apparentemente "normali".

È tempo che la società intera, incluse famiglia, scuola e politica, si occupi del problema. La salute mentale ha le sue radici nell'infanzia, specie nella primissima infanzia. L'adolescenza è quella successiva fase della vita durante la quale le fragilità psichiche pro-

venienti dagli scarsi o sbagliati investimenti affettivi, relazionali e intellettivi sul bambino vengono alla luce in maniera talora dirompente. La prevenzione della malattia e del disagio psichico dev'essere attuata quindi su un piano di promozione generale della salute, garantendo ai bambini prima e a gli adolescenti poi, ambienti di vita salubri e nutrienti dal punto di vista delle relazioni e dell'affettività, in un'ottica preventiva piuttosto che curativa o riparativa.

Perciò in famiglia dobbiamo ritornare a curare le relazioni con i nostri bambini e adolescenti imparando ad essere stimolanti dal punto di vista emotivo, educativo e intellettivo.

La ricerca scientifica dimostra che la maggior parte dei disturbi psichiatrici dell'età adulta si manifesta già in età evolutiva; se non adeguatamente prevenuti e tempestivamente affrontati i disturbi permarranno per tutta la vita con inevitabile ricaduta negli stes-

si soggetti, nelle famiglie che andranno a costituire e nella società nel suo complesso. Ricordiamo infatti che i ragazzi di oggi saranno i genitori, gli insegnanti, e i decisori politici di domani e perciò la presenza di un disturbo psichiatrico anche lieve ma trascurato sarà un fattore di rischio per i loro figli e per tutta la società.

Un punto molto importante è rappresentato dalla scuola. Essa dovrebbe trasmettere conoscenza e generare nuovo sapere. È il luogo dove i bambini trascorrono una parte rilevante della propria vita. Attualmente, tuttavia, la scuola attraversa un periodo difficile perché la sua unicità educativa è superata. La scuola è purtroppo rimasta ferma a modelli di apprendimento e parametri educativi superati dalla rivoluzione digitale che stiamo vivendo. Essa è diventata metodologicamente e cognitiva-

mente lenta rispetto ai ritmi del web. La scuola pare anche emotivamente inadeguata perché difficilmente fornisce stimoli in grado di pareggiare o superare quanto emozionalmente e cognitivamente appreso dai ragazzi con una rapida navigazione sul web. Nella scuola, le conoscenze di neurobiologia dell'infanzia e delle neuroscienze sociali sono spesso superate, se non, a volte, pregiudiziali.

Vi permangono alcuni modelli educativi quali le rigide regole della grammatica, della scrittura in corsivo e le lingue morte, che non risvegliano più alcun interesse nei nuovi adolescenti né forse hanno più molta utilità sociale. Ormai il luogo in cui la conoscenza circola di più non è la scuola ma proprio il mondo esterno nei riguardi del quale, a volte, la scuola si pone in opposizione.

È necessario quindi ritornare a dare non solo alla famiglia ma anche alla scuola un ruolo fondamentale nella prevenzione del disagio psichico dei nostri ragazzi. La ricerca scientifica in realtà ci indica alcuni possibili percorsi che, finora, un po' per irresponsabilità politica e un po' per deresponsabilizzazione degli insegnanti, sono stati trascurati. La scuola avrebbe bisogno oggi di un profondo cambiamento che dovrà partire proprio dalla preparazione degli insegnanti, dalla loro formazione sul ruolo che le emozioni hanno sulla nostra capacità di apprendere, sugli effetti che le abitudini di vita e internet hanno sulla neurobiologia e quindi sullo sviluppo sano e armonioso dei nostri ragazzi.

Stefano Sotgiu

Professore associato
di Neuropsichiatria infantile
all'Università di Sassari

La dipendenza

Nell'età dello sviluppo
è più facile finire schiavi
di gratificazioni fittizie

Le strutture del cervello che sovrintendono al controllo e all'elaborazione degli stimoli di varia natura che arrivano dall'esterno attraversano un lungo periodo di maturazione che termina con la loro piena connessione tra 20 e 24 anni di vita. In età evolutiva, invece, il sistema dei comportamenti emozionali e istintivi è ancora poco controllato dal sistema corticale, risultando sensibilissimo a stimoli di gratificazione, i quali

possono risultare anche pericolosi. Ciò rende il preadolescente (10-13 anni) e l'adolescente molto vulnerabili a social network, droghe, pornografia e gioco d'azzardo. Per azione di queste aree, quando sospendiamo l'utilizzo di internet a un ragazzo che ne fa uso intenso e quotidiano otteniamo la stessa risposta impulsiva e incontrollata che avremmo sospendendo la somministrazione di droga a un tossicodipendente. (s.s.)

