

Città e Provincia

L'allarme

Ansia e disagio giovanile: i pesanti effetti del long Covid

• Sono in aumento le richieste di aiuto: anche la fragilità delle famiglie contribuisce a non portare serenità. Numeri sempre maggiori per i pazienti seguiti dall'Associazione amici della neuropsichiatria infantile del Civile: le difficoltà relazionali sono le problematiche più frequenti. Pronti i nuovi progetti per provare a dare supporto

MICHELABONO

Il disagio giovanile è in crescita: secondo Aampi, l'Associazione amici della neuropsichiatria infantile dell'ospedale Civile di Brescia, il numero dei pazienti e di patologie sono in aumento. Crisi d'ansia e difficoltà relazionali, che spesso portano a chiusure e auto-isolamento, sono le problematiche più frequenti che emergono dal contatto quotidiano della presidente Giulia Picotti e del suo staff con i genitori e i ragazzi. L'associazione ha da poco chiuso il bando annuale che raccoglie i progetti più meritevoli a supporto delle famiglie e degli utenti del reparto, che negli anni hanno spaziato dalle visite in spazi culturali alla pet therapy, ai progetti nelle scuole.

Una crisi che continua

Il disagio è sotto gli occhi di tutti: «La coda del Covid si fa ancora sentire» spiega Alberto Festa, per dodici anni giudice per minori in tribunale e attuale presidente della cooperativa Fraternità di Ospitaletto. «Mancano gli adulti significativi e l'adolescenza si sta allungando: abbraccia persone sempre più giovani e sempre più adulte. Ma sono adulti che rimangono ragazzi». La precocità è un grande problema: ragazzini che fanno uso di sostanze già alle medie e che sui dispositivi hanno a disposizione il mondo intero senza gli strumenti per gestirlo: «Non hanno ancora la personalità formata e, soprattutto, non hanno chi li guida. I genitori sono fragili, i luoghi di riferimento come le parrocchie fanno quello che possono, la scuola fatica a gestire situazioni così complesse. La prospettiva del mondo li spaventa: le guerre, le crisi, l'intelligenza artificiale. Non hanno le stesse prospettive del dopoguerra». Lo sa bene Lara Palini, respon-

L'adolescenza a volte pare quasi «allungarsi» fino a oltre i vent'anni e non trovare più sbocchi

Ma preoccupa anche la precocità: già alle medie si comincia a fare uso di sostanze

sabile del centro diurno Toc Tok di Travagliato, aperto dopo il Covid per ragazzi in disagio: «La fragilità dei minori viene spesso dalla fragilità dei genitori e della società. Sono figli di questo tempo». La famiglia solida alle spalle, ripete l'esperta, rappresenta da un lato le fondamenta e dall'altro il trampolino di lancio verso la vita. L'adolescente deve sapere di avere un porto sicuro anche quando, giustamente, fa le sue esperienze in alto mare: «Il lavoro c'è ma, per assurdo, i ragazzi hanno paura ad affrontarlo, non sono pronti. La mancanza della famiglia educativa si nota perché non accettano le gerarchie, non conoscono le regole, anche la più banale puntualità – continua Palini -. E al lavoro o sei produttivo o sei scartato». Alla prima porta in faccia non reggono e, spesso, finiscono per non cercare più, lasciandosi vivere senza meta. L'età di chi approda a Toc Tok è tra i 16 e i 21 anni, a dimostrazione di come l'adolescenza si sia prolungata. In Lombardia è tra i pochi centri, se non l'unico, con questo focus. Oggi lo frequentano 9 ragazzi. Dei 24 giovani ospitati dall'apertura, le ragazze sono 2: «Approdano su invito dei servizi sociali comunali, della tutela minori o dal tribunale – rivela Palini -. L'utente tipo è in un momento di abbandono scolastico e non lavora; spesso manca di riferimenti: gli adulti non ci sono o, se ci sono, sono anch'essi fragilissimi, magari inseriti in un percorso di riabilitazione a loro volta». C'è chi è in ritiro sociale e che dalla pandemia apprende solo dalla rete, con i modelli di riferimento limitati ai contenuti online, tra cui la trap, con messaggi devastanti a livello educativo e culturale. «Serve loro un contesto contenitivo, che li ascolti e li guidi, spesso anche nelle capacità basilari – conclude Palini -. Scambiano il giorno con la notte, si curano poco, non si cambiano i vestiti. Segnali che inconsciamente mandano, ma chi c'è in casa con loro non se ne accorge».



Il disagio giovanile Colpisce in maniera pesante anche nel Bresciano

Traslochi di abitazioni, uffici, archivi, biblioteche.
Servizio di custodia mobili e gestione archivi.
Piccole e grandi movimentazioni interne,
trasporto opere d'arte, mostre e fiere.

Siamo disponibili per progetti e preventivi gratuiti senza impegno.



Montirone (BS) - Via Artigianale, 107
Tel. 030 2170274 - Cell. 339 3071896 - 375 5464782
Mazzano (BS) fraz. Molinetto - Via G. Mazzini, 5

www.cubotraslochi.it - info@cubotraslochi.it



«L'EMERGENZA ARRIVA ANCHE IN PS»

«Una vera e propria emergenza»: così l'assessore Guido Bertolaso, definisce il fenomeno degli arrivi in Pronto soccorso, soprattutto di giovani, colpiti da forme di disagio psichico. Come sottolinea l'assessore, infatti, «il numero dei giovanissimi che arrivano in pronto soccorso oggi, rispetto a

quello che accadeva prima del Covid-19, è impressionante, e abbiamo in certi momenti anche quattro o cinque casi che arrivano in Pronto soccorso, magari anche in codice giallo, quindi abbastanza seri. Per trattarli servono strumenti e preparazione adeguati e seri».



Con Toc Tok A Travagliato l'occasione di un lavoro specifico

La ricerca



I giovani Sono sempre più spesso schiavi dei device

12 studenti su cento sono dipendenti da cellulari e giochi

• Più colpiti i maschi: il 18% tra chi frequenta le secondarie di primo grado, il 13,8% fra chi è iscritto alle superiori

GIUSEPPE SPATOLA
giuseppe.spatola@bresciaoggi.it

Ore e ore trascorse su internet, sempre con il cellulare in mano. Quando video o giochi diventano ossessione, c'è da preoccuparsi. Tanto più se riguarda i nostri figli. Secondo i dati di un recente studio, realizzato dal Centro nazionale dipendenze e doping dell'Istituto superiore di sanità (Iss), emerge che il 12% degli studenti 11-17enni è a rischio di disturbo da uso di videogiochi: più colpiti i maschi (18% negli studenti delle secondarie di primo grado e il 13,8% negli studenti delle superiori) rispetto alle femmine (10,8% nelle scuole medie e il 5,5% nelle scuole superiori). In occasione della Giornata mondiale per la sicurezza in rete, che si è celebrata lo scorso 6 febbraio, la Società italiana di Neuropsichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza (Sinpia), ha voluto sottolineare l'importanza dell'uso consapevole di Internet da parte di bambini e adolescenti e del ruolo attivo e responsabile dei genitori. «È importante non demonizzarli - ha rimarcato Elisa Fazzi, presidente Sinpia, direttore dell'unità di Neuropsichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza Asst Spedali Civili e università di Brescia - poiché i videogiochi possono anche offrire opportunità uniche per l'apprendimento e lo sviluppo dei bambini e degli adolescenti, per favorire le abilità cognitive e sociali, offrendo occasioni di divertimento e la possibilità di creare scenari ricchi di fantasia. Allo stesso tempo è necessario essere consapevoli che un uso eccessivo o inappropriato dei vi-

deogiochi può avere un impatto negativo sulla salute mentale e sul benessere dei ragazzi, specialmente dei più piccoli. Per tale motivo, i genitori e gli adulti di riferimento hanno un ruolo cruciale nel garantire che i bambini e gli adolescenti mantengano un equilibrio sano tra gioco e altre attività importanti, come lo studio, l'interazione sociale e l'esercizio fisico».

Il ruolo della famiglia
Le famiglie possono aiutare a identificare giochi appropriati in base all'età e a promuovere un utilizzo mirato per scopi educativi. «In questo scenario - ha precisato Antonella Costantino, past president Sinpia e direttore Uonpia Fondazione Irccs Ca' Gran-



Le famiglie possono aiutare a identificare giochi appropriati in base all'età dei propri figli

da Ospedale Maggiore Policlinico di Milano - la costruzione di un accordo condiviso con i figli sul tempo che si può trascorrere con i videogiochi e sugli schermi o l'evitarne l'uso durante i pasti è solo una parte, così come evitare l'uso nell'ora prima di dormire, perché l'esposizione alla luce blu emessa dagli schermi dei dispositivi può influenzare negativamente il riposo notturno, sopprimendo la produzione di melatonina. Ancora più importante è imparare insieme, adulti e ragazzi, ad addestrare gli schermi per usarli in modo positivo, che vuol dire essere più consapevoli di come funzionano e conoscere meglio gli usi possibili e i loro aspetti positivi e negativi».

Gli esperti

«I ragazzi vanno educati alla fatica e alla responsabilità»



Gli esperti Rimarcano l'importanza di stare vicino ai ragazzi

• A Spazio Off un lavoro delicato con i giovani, che «avolte sono cresciuti nel corpo, ma non nell'anima»

Sono molti i giovani che, dalla pandemia, sono iper collegati ai videogame. Un fenomeno talmente in crescita che Spazio Off, altro servizio della cooperativa sociale Fraternità, ha dovuto spostarsi sempre più verso questa emergenza sociale. «Siamo nati come spazio dedicato alla ludopatia e alle sostanze, ma stiamo lavorando molto sui disturbi dovuti all'eccessivo utilizzo delle nuove tecnologie - spiega Ilaria Pasinelli, coordinatrice di Spazio Off - . Inorgano in giovane età e sfociano in problematiche di tipo clinico». Nella sede di viale Italia 26 a Brescia, Spazio Off lavora su più livelli, dalle famiglie alla scuola, sensibilizzando imprese, enti locali e agenzie educative sull'importanza dell'educazione digitale. Il percorso terapeutico utilizza tecniche attive volte al learning by doing e alla riorganizzazione del tempo, sempre coadiuvate da formatori, psicologi e neuropsichiatri. Negli ultimi due anni la richiesta maggiore riguarda la fascia 13-25, ancora una volta confermando quanto l'adolescenza si stia estesa: «Stiamo vedendo le conseguenze del Covid o meglio, della reclusione, come l'ansia e la paura del confronto con l'altro, che si manifestano anche nel timore di esporsi e di prendere decisioni». Da un lato, rivela Pasinelli, si constata una mancanza assoluta di capacità organizzativa, di interessi e di metodo, dall'altro c'è chi invece studia in maniera ossessiva, come se dai voti dipendesse il valore di sé. Secondo l'esperta, i momenti critici sono due: il passaggio dalle medie alle superiori e quello dopo le

superiori. «I ragazzi vanno educati all'emancipazione, alla responsabilità e alla fatica. Ma quando l'adulto non è adulto, ci troviamo di fronte ad adolescenti cresciuti nel corpo, ma non nell'identità, con un'immaturità emotiva che necessita di un supporto professionale». Per questo Spazio Off lavora con tutta la famiglia, in un sistema. «La povertà di contenuti riguarda anche i genitori, che devono tornare a rallentare e a prendere dimestichezza con la propria interiorità». L'obiettivo è insegnare che la costruzione di una relazione è lenta, al contrario di quanto accade sui social, dove il giudizio è estemporaneo e assoluto. Guardare in faccia l'altro, parlarci, confrontarsi fa paura.

Il disagio

«Persino la telefonata è venuta meno perché richiede tempo, confronto e attenzione, mentre quando si scrive una riga non si pensa, non c'è empatia. In rete manca tutta la parte non verbale, che invece è essenziale capire ciò che l'altro ha da dirci davvero». Al momento gli utenti di Spazio Off sono 50. Tra le terapie più innovative c'è l'Edu-play, che prevede l'uso di videogiochi con uno psicologo «eduplayer» che gioca con il paziente, usando il suo stesso linguaggio. Si lavora su filoni tematici scelti ad hoc, che riconducono alla propria esperienza. Di casi estremi, come gli hikikomori, Spazio Off ne ha visti pochi. «Ce ne sono anche qui in Italia, ma la grande fatica è proprio intercettarli perché non varcano nemmeno la soglia della camera. Se i genitori riconoscessero i campanelli d'allarme, le situazioni non si cronichizzerebbero». Una buona notizia c'è: «C'è più ansia di prima, ma anche una maggiore apertura nei confronti del psicologo». **Mi.Bo.**

FONDI REGIONALI

Otto milioni per l'inclusione

La giunta regionale, con uno stanziamento di 8 milioni di euro, ha approvato l'avvio di percorsi di prevenzione dei rischi sociali nei luoghi di aggregazione e divertimento giovanile per contrastare il disagio di giovani e adulti a rischio di marginalità, attraverso interventi di aggancio, riduzione del danno e inclusione sociale. «Si tratta di importanti interventi di prossimità - ha spiegato l'assessore alla Famiglia Elena Lucchini - necessari per proseguire il percorso di rafforzamento di reti e filiere di servizi in grado di identificare e affrontare precocemente e preventivamente le situazioni di disagio sociale di giovani e adulti a rischio marginalità». Attraverso i bandi regionali «financieremo i servizi di strada come il drop-in - ha aggiunto - e offriremo percorsi di sensibilizzazione e di supporto individualizzato sia educativo che sanitario per favorire un aggancio precoce di giovani e adulti fragili, spesso con problematiche di dipendenza e a grave rischio di esclusione sociale».