

## DOSSIER

# COME SI INFORMANO I RAGAZZI

## SALUTE

**Vaccinazioni:** quelle da recuperare

**Sonno;** notti ancora disturbate dal Covid

**Igiene dentale:** obiettivo zero carie

## PSICOLOGIA

**Lo stress delle giovani atlete**



## INDICE

### 3 EDITORIALE

#### L'INFORMAZIONE NON E' PIU' UN BENE GARANTITO

*Gianna Fregonara*

### 5 VACCINAZIONI

#### BENE CONTRO IL COVID MA NON DIMENTICATE LE ALTRE

*Gianni Bona, Marina Picca*

#### I VACCINI PER GLI ADOLESCENTI:

QUALI SONO E PERCHÉ SONO IMPORTANTI

### 7 PSICOLOGIA

#### GINNASTE SOTTO STRESS: UN PROBLEMA EDUCATIVO

*Alessandra Marazzani, Francesca Garisto*

#### NON IMPORTA SE PERDIAMO LA COMANECI

*Riccardo Renzi*

### 10 SCUOLA

#### VERSO L'UNIVERSITÀ E IL LAVORO: CONOSCI TE STESSO

*Simona Mazzolini*

### 20 SALUTE

#### OBIETTIVO: ZERO CARIE A 20 ANNI

*Giampietro Farronato*

#### ADOLESCENZA IN ANTICIPO

*Gianni Bona*

### 23 IL LIBRO

#### IL SENNO DA RECUPERARE

*Maurizio Tucci*

### 24 RICERCA

#### NOTTI INQUIETE ANCHE DOPO LA PANDEMIA

*Simona Mazzolini*

#### I RIMEDI PER "AGGANCIARE" IL SONNO

*Simona Mazzolini*

### 26 RAGAZZI SPECIALI

#### TALASSEMIA: I TRE SOSTEGNI PER CRESCERE

*Sara Lanzini*

### 27 AGENDA

11

## IL DOSSIER

# COME SI INFORMANO GLI ADOLESCENTI

### 12 L'INFORMAZIONE È UN PASSAPAROLA GLOBALE

*Riccardo Renzi*

### 13 PIU' ESPOSTI ALLE FAKE NEWS?

*Riccardo Renzi*

### 14 IL "DOVERE" DI ESSERE INFORMATI

*Maurizio Tucci*

### 15 NON IMPORTA LA FONTE CONTA LA VELOCITÀ

*Paolo Demolli*

### 16 COME SI INFORMANO

*Maurizio Tucci*

### 17 CELLULARE IN CLASSE PROBLEMA / OPPORTUNITÀ

*Antonio Maria Berardi*

### 18 QUALCHE DOMANDA SUI DIVIETI

*Elena Gavrilita*

#### DIRETTORE RESPONSABILE

Riccardo Renzi

#### CAPOREDATTORE

Simona Mazzolini

#### COMITATO DI REDAZIONE

Gianni Bona, Eva Bonitatibus, Carlo Buzzi, Rocco Cafarelli, Teresa Caputo, Francesco Dell'Oro, Giampietro Farronato, Vincenzo Giambanco, Alessandra Marazzani, Roberto Marinello, Gianluigi Marseglia, Marina Picca, Gian Paolo Salvioli, Fulvio Scaparro, Elena Gavrilita (Redazione Junior), Patrizia Tagliabue, Maurizio Tucci, Maria Luisa Zocchi

#### DIRETTORE EDITORIALE

Raffaella Agosta

#### REDAZIONE & ADVERTISING

Lucrezia Monterisi, Chiara Riva

#### COMUNICAZIONE E MEDIA

Elisa Consonni

#### STAMPA

Grafica Briantea

#### COPERTINA

Maria Minussi

*Tutti i diritti di riproduzione, in qualsiasi forma avvenga, sono di proprietà dell'Editore.*

Registrazione  
Tribunale di Milano  
n. 123 del 28.07.2022

# L'INFORMAZIONE NON E' PIU' UN BENE GARANTITO

*Ai giovani bisogna spiegare che ci sono ormai troppi intermediari (piattaforme, social...) tra le fonti delle notizie e i destinatari. A scapito dell'autorevolezza*

**Gianna Fregonara**

*Giornalista Corriere della Sera*



Capita regolarmente che nelle redazioni dei giornali si facciano riunioni di brain storming sui giovani lettori. L'ordine del giorno è di solito ampio e forse un po' vago: si va dalla domanda più impegnativa che riguarda la necessità di mettersi in contatto e attrarre

studenti alla fine delle superiori e all'università, visto che saranno sperabilmente lettori se non oggi almeno domani, ad interrogativi più precisi su che cosa leggono i giovani e infine ai modi migliori per raggiungerli. Domande alle quali finora sono state date in generale risposte poco efficaci, almeno a vedere le abitudini di informazione dei post-adolescenti che frequentano poco i media che definiremmo tradizionali (giornali, radio, tv).

Forse eludono il problema principale e cioè: i giovani che cosa trovano interessante quando si tratta di leggere l'attualità?

E' vero che sono informati sui grandi temi - dall'ambiente ai diritti - ma l'informazione non è soltanto sapere che cosa succede, è anche approfondimento, riflessione, è collocare i fatti nel contesto, spiegarli e non solo descriverli. E allora, qual è oggi "l'agenda" dei giovani? Perché sembrano ritrovarsi così poco nei media tradizionali, che ormai usano piattaforme e strumenti innovativi per raggiungere i lettori?

Forse proprio qui sta il punto: l'approccio, nel decennio scorso, alle piattaforme online e alle modalità di diffusione delle informazioni in rete, ha compromesso in parte il ruolo che le agenzie informative avevano avuto nel secolo scorso. Accettare un ulteriore intermediario tra le notizie e il lettore, cioè la piattaforma o i social, ha reso

meno evidente e, in definitiva, meno importante uno dei principi del giornalismo: quello dell'autorevolezza della fonte delle notizie. Chi è autorevole ora, la piattaforma o la testata giornalistica o l'autore dell'articolo? La confusione dei ruoli non aiuta mai a fare chiarezza. Il problema non affligge soltanto chi informa ma soprattutto chi vuole essere informato.

Nell'epoca in cui le fake news viaggiano in rete ad una velocità otto volte superiore alle notizie verificate - così ci dicono i ricercatori del Mit - forse meriterebbe una maggiore riflessione la circostanza che gli studenti, i giovani in generale, si troveranno a vivere in un mondo in cui l'informazione di qualità potrebbe non essere più un "bene" garantito. A questo proposito ha detto il direttore del Post Luca Sofri: "Ci sono servizi pubblici essenziali che in molti Paesi del mondo non vengono erogati. In questi luoghi le persone sono abituate al fatto che se si ammalano muoiono, perché non ci sono ospedali e la sanità è pessima, che non c'è un'amministrazione della giustizia equa e affidabile e che, se viene compiuto un sopruso, non ci si può far niente. Noi siamo viziati su molte di queste cose compresa l'informazione. Quello a cui si dovranno abituare i giovani è che l'informazione di qualità non sarà più un servizio essenziale su cui poter contare". Non è una rinuncia da poco, per i lettori e per le democrazie. Non tutto è ancora perduto e un po' di tempo per impedire questa evoluzione ancora c'è.

La sfida però passa innanzitutto da un nuovo modello di informazione non basato sui ricavi pubblicitari e sul numero di click, ma anche dalla necessità di mettersi in contatto con gli interessi e le necessità informative degli adulti di domani.



# BENE CONTRO IL COVID MA NON DIMENTICATE LE ALTRE

*Gli adolescenti hanno mostrato una grande adesione alle campagne vaccinali durante la pandemia. Ma appaiono “distratti” rispetto a quelle previste per la loro età. Perché non ne sono informati*

**Gianni Bona, Marina Picca**

*Pediatri, Membri Consiglio Direttivo di Laboratorio Adolescenza*



I dati emersi dall'indagine annuale sugli stili di vita degli adolescenti che vivono in Italia – realizzata nel 2022 da Laboratorio Adolescenza e Istituto di ricerca IARD - evidenziano che gli adolescenti, in larga maggioranza, considerano la vaccinazione un importante strumento di difesa dalle malattie infettive. La maggior parte ritiene che sia molto importante vaccinarsi e che tutti dovrebbero farlo, che sia un modo per difendere la propria salute ma anche, e soprattutto, un dovere sociale per proteggere le persone che non possono farlo per motivi di salute. Va detto, confrontando i dati dell'indagine 2022 con quelli di anni precedenti, che l'evento Covid, con tutto il parlare che si è fatto intorno alle vaccinazioni, ha certamente migliorato il “feeling” gli tra

adolescenti e il concetto di vaccinazione in generale. Non a caso, quando la possibilità di vaccinarsi contro il Covid è stata allargata alla fascia di età under 18, l'adesione dei giovanissimi è stata spesso molto più alta e convinta di quelle di tanti adulti.

Questa congiuntura positiva non cancella però alcuni aspetti critici che sarebbe opportuno risolvere. Il primo è che ad eccezione della vaccinazione anti Covid, alla quale i giovani si sono approcciati informandosi direttamente e creandosi una propria consapevolezza, le vaccinazioni sono generalmente vissute dagli adolescenti come qualcosa di eterodiretto. Ci si vaccina perché qualcun altro (generalmente i genitori) induce a farlo, ma con poca o nessuna personale consapevolezza. E se questo è as-

olutamente ragionevole per quel che attiene le vaccinazioni della prima infanzia, diventa certamente più discutibile per le vaccinazioni tipiche dell'adolescenza. Esempio emblematico è che, sempre riferendosi ai dati dell'indagine 2022 di Laboratorio Adolescenza, il 23% del campione (fascia di età 13-19 anni) non sa se ha fatto la vaccinazione contro l'HPV che viene proposta al compimento dei 12 anni. A questa età sarebbe assolutamente auspicabile che quantomeno sapessero e memorizzassero quali vaccinazioni hanno ricevuto e perché. Così come il 22% non sa se ha ricevuto la vaccinazione antitetanica, per la quale è previsto un richiamo in adolescenza (12-18 anni). Questa “amnesia” non sarebbe irrisolvibile o comunque non pos-

**Tabella 1: Modalità di trasmissione delle principali malattie per le quali esiste il vaccino**

|                                | HPV | Meningococco | Morbillo | Tetano | Difterite | Polio | Epatite A | Epatite B |
|--------------------------------|-----|--------------|----------|--------|-----------|-------|-----------|-----------|
| Attraverso i rapporti sessuali | X   |              |          |        |           |       |           | X         |
| Per via aerea                  |     | X            | X        |        | X         |       |           |           |
| Attraverso la saliva*          |     | X            | X        |        | X         |       |           |           |
| Attraverso il sangue           |     |              |          | X      |           |       |           | X         |
| Attraverso le feci             |     |              |          |        |           | X     | X         |           |

\*ad esempio bere dallo stesso bicchiere o dalla stessa bottiglia, fumare la stessa sigaretta, baciarsi.

siamo attribuirlo ad una distrazione legata all'età - specie se consideriamo che solo l'1,4% non sa se ha ricevuto la vaccinazione anti-Covid - perché deriva probabilmente da una scarsa o poco efficace informazione rivolta in modo specifico ai diretti interessati.

La seconda criticità - più comprensibile, ma ugualmente riferibile ad una carenza di informazione - è che una larga maggioranza di adolescenti ha idee assolutamente confuse riguardo il modo in cui si trasmettono importanti e diffuse malattie infettive e che, di conseguenza, non sa quali comportamenti adottare per prevenirle.

Lo sforzo che dovremmo fare, specie se per ragioni familiari e professionali siamo a stretto contatto con gli adolescenti, è quello di renderci conto che non si può temporeggiare sull'esigenza di fornire agli adolescenti una informazione chiara ed esaustiva, proprio in funzione preventiva.

Molte malattie per le quali abbiamo a disposizione un vaccino (vedi tabella) si diffondono attraverso le vie aeree, attraverso goccioline di saliva e le secrezioni nasali che possono essere disperse con la tosse, con gli starnuti o mentre si parla, propagandosi soprattutto in ambienti affollati (ad esempio menin-

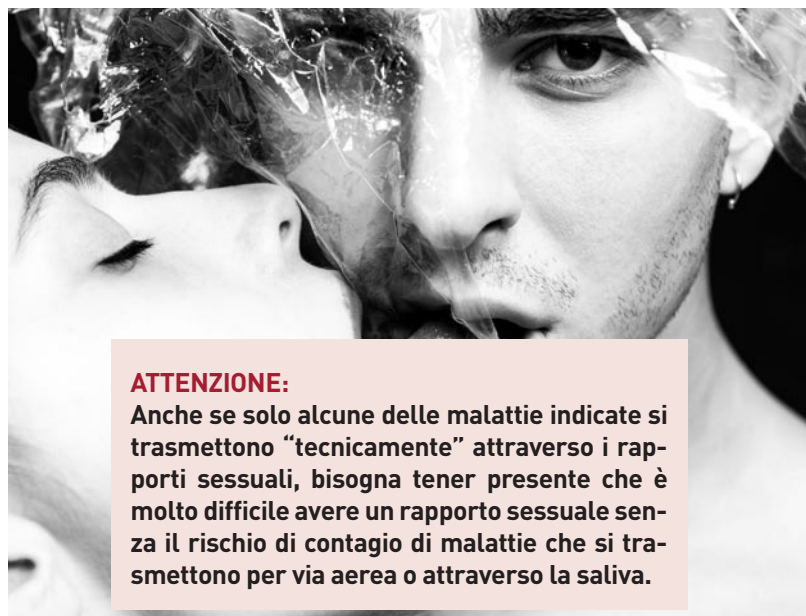
gococco, pneumococco, lo stesso Covid); oppure attraverso rapporti sessuali (ad esempio epatite, papilloma virus).

Situazioni che i giovani vivono abitualmente (ad esempio frequentazione di palestre, bar, locali, discoteche, rapporti sessuali con partner occasionali) e che certamente aumentano il rischio di diffusione di malattie: se i ragazzi avessero le informazioni adeguate sarebbero molto più motivati a vaccinarsi, proprio come hanno fatto per il Covid.

Dobbiamo anche superare il tabù - messaggio rivolto essenzial-

mente alle famiglie - di affrontare argomenti spinosi (primo tra tutti la sessualità) pensando che il non parlarne non induca in tentazione. Non fornire informazioni adeguate a un adolescente ha come pericoloso effetto la ricerca attraverso canali (Internet e i social in primis) che come ben sappiamo sono spesso inattendibili.

Infine condizione necessaria, che vorremmo dare per scontata, ma non sempre sembra esserlo, è che i genitori siano anche loro adeguatamente informati e sappiano quindi dare risposte corrette alle domande dei propri figli.



**ATTENZIONE:**

**Anche se solo alcune delle malattie indicate si trasmettono "tecnicamente" attraverso i rapporti sessuali, bisogna tener presente che è molto difficile avere un rapporto sessuale senza il rischio di contagio di malattie che si trasmettono per via aerea o attraverso la saliva.**

## I VACCINI PER GLI ADOLESCENTI: QUALI SONO E PERCHÉ SONO IMPORTANTI

### QUELLI SPECIFICI PER LA LORO ETÀ

**La vaccinazione contro il papilloma virus umano (HPV).** Il vaccino veniva somministrato fino al 2017 solo alle ragazze, dal 2018 è previsto nel corso del dodicesimo anno di vita, sia per le femmine che per i maschi. E' un vaccino di grande importanza perché è il primo vaccino in grado di prevenire nei maschi e nelle femmine forme tumorali provocate dal virus per contatto sessuale. Nonostante da sei anni sia proposto a maschi e femmine, nell'immaginario (adolescenziale, ma anche delle famiglie) il vaccino contro l'HPV ha ancora una connotazione "femminile", per cui i maschi che aderiscono alla vaccinazione sono considerevolmente di meno rispetto alle femmine. Inoltre, alcune famiglie ritengono che la vaccinazione nel dodicesimo anno di vita sia troppo precoce. I dati invece dimostrano che la vaccinazione contro l'HPV ha la massima efficacia quando viene effettuata prima dell'inizio dell'attività sessuale.

**Le vaccinazioni anti-meningococco quadrivalente ACYW135 (Men ACWY),** sia nei soggetti adolescenti che non le hanno eseguite nell'infanzia sia in quelli che le hanno eseguite. Il maggior rischio di meningite nei ragazzi e nei giovani adulti è dovuto soprattutto allo stile di vita, alla frequentazione di luoghi affollati (discoteche, palestre, bar ecc.) che possono favorire la diffusione di infezioni.

attuale non prevede l'esecuzione gratuita di questo vaccino; sarebbe molto auspicabile introdurlo, proprio perché, dopo la fascia 0-4 anni, l'adolescenza rappresenta l'età a maggior rischio.

### I RICHIAMI DA NON DIMENTICARE

Nell'adolescenza sono previsti i richiami di alcune vaccinazioni già eseguite da piccoli, perché il livello degli anticorpi per ogni singolo agente infettivo tende a ridursi nel tempo. Per questo motivo è importante ripeterle in adolescenza e, ad intervalli regolari, anche in età adulta o in particolari momenti della vita (ad esempio in gravidanza). E' raccomandato tra i 12 e i 18 anni un richiamo delle **vaccinazioni anti-Difterite-Tetano-Perosse-Poliomielite (dTpaIPV)**. Dopo questa età si consiglia di fare un richiamo ogni 10 anni per il tetano-difterite-perosse.

Sono inoltre raccomandate:

- **la vaccinazione contro mor-**

**billo, parotite e rosolia** per i ragazzi che non sono mai stati vaccinati (2 dosi) o eseguire la seconda dose se ne è stata eseguita una.

- **la vaccinazione anti-varicella** per i ragazzi che non hanno contratto la malattia o che non siano stati vaccinati in precedenza. La vaccinazione prevede 2 dosi a distanza di almeno un mese l'una dall'altra.

### QUELLI RACCOMANDATI

- **la vaccinazione antiinfluenzale stagionale** negli adolescenti appartenenti a categorie a rischio

- **la vaccinazione antiepatite A (EpA),** soprattutto se si effettuano viaggi in Paesi in cui la patologia è molto diffusa. Sono necessarie 2 dosi a distanza di 6-12 mesi una dall'altra.

- **la vaccinazione anti-Pneumococco** (in presenza di malattie croniche che aumentano il rischio di malattia come ad es. il diabete, le cardiopatie, le malattie respiratorie e le condizioni di deficit del sistema immunitario).

### IL CALENDARIO PER LA VITA

| vaccino                             | 3° mese      | 4° mese | 5° mese | 6° mese | 11° mese | 13° mese | 15° mese | 6 anni | 12/18 anni | 19/25 anni | 26/59 anni | 60/64 anni | > 65 anni                                       |
|-------------------------------------|--------------|---------|---------|---------|----------|----------|----------|--------|------------|------------|------------|------------|---|
| Difterite Tetano Pertosse           | ✓            |         | ✓       |         | ✓        |          |          | ✓      | ✓          |            |            |            | Richiamo ogni 10 anni                           |
| Polio                               | ✓            |         | ✓       |         | ✓        |          |          | ✓      | ✓          |            |            |            |   |
| Epatite B                           | ✓            |         | ✓       |         | ✓        |          |          |        |            |            |            |            | per soggetti a rischio                          |
| Haemophilus tipo B                  | ✓            |         | ✓       |         | ✓        |          |          |        |            |            |            |            | per soggetti a rischio                          |
| Pneumococco                         | ✓            |         | ✓       |         | ✓        |          |          |        |            |            |            |            | per soggetti a rischio OFFERTA COORTE + RISCHIO |
| Morbillo Parotite Rosolia Varicella | Non prevista |         |         |         |          |          | ✓        | ✓      |            |            |            |            | Per tutti i soggetti non vaccinati              |
| Meningococco B/C/ACWY               |              | Men B   |         | Men B   |          | Men C    | Men B    |        | Men ACWY   |            |            |            | per soggetti a rischio                          |
| HPV FEMMINE                         | Non prevista |         |         |         |          |          |          |        | ✓          |            |            |            | per soggetti a rischio                          |
| HPV MASCHI                          | Non prevista |         |         |         |          |          |          |        | ✓          |            |            |            | per soggetti a rischio                          |
| Rotavirus                           | ✓            |         | ✓       |         |          |          |          |        |            |            |            |            | Non prevista                                    |
| Epatite A                           | Non prevista |         |         |         |          |          |          |        |            |            |            |            | soggetti a rischio                              |
| Herpes Zoster                       | Non prevista |         |         |         |          |          |          |        |            |            |            |            | per soggetti a rischio OFFERTA COORTE + RISCHIO |



**Consigliato: l'Anti-meningococco B (Men B),** Il calendario vaccinale

# GINNASTE SOTTO STRESS: UN PROBLEMA EDUCATIVO

**Una psicologa e un'avvocata riflettono sugli interrogativi sollevati dallo "scandalo" della ginnastica ritmica. Che non riguardano soltanto il mondo dello sport**

**Alessandra Marazzani, Psicologa**  
**Francesca Garisto, Avvocata**

È da mesi che si parla delle vicende legate alle allieve della ginnastica ritmica. A partire dalla denuncia di tre ex atlete della squadra nazionale di questa disciplina, diversi centri sportivi, legati alla Federazione Italiana Ginnaste, sono stati messi sotto accusa per le possibili umiliazioni e punizioni eccessive inflitte alle allieve per apprendere questa bellissima disciplina sportiva e migliorarne le prestazioni. Le inchieste, sportive e giudiziarie, sono ancora in corso. È una storia che riguarda il mondo femminile in quanto gli allievi iscritti a queste associazioni sono perlopiù bambine e ragazze e anche gli allenatori sotto inchiesta dalla magistratura per abuso dei metodi correttivi sono perlopiù giovani donne.

Su queste vicende è nata una conversazione, sintetizzata in uno scambio di domande, tra l'avvocata penalista Francesca Garisto, vice Presidente dell'associazione Casa delle Donne maltrattate di Milano e Alessandra Marazzani, psicologa, membro del Direttivo di Laboratorio Adolescenza con l'intento di comprendere da un punto di vista sociale, giuridico e psicologico che cosa è accaduto.

**Perché proprio oggi si parla dei metodi educativi che possono essere lesivi della dignità delle ginnaste e configurarsi come un eventuale reato?**

**L'avvocata:** "È cambiata la sensi-

bilità delle persone. L'opinione pubblica è sempre più attenta a comprendere che cosa sia un maltrattamento e le sue conseguenze, e come sia corretto allevare e crescere un minore. A ciò si aggiunga che è cresciuta la sensibilità e l'insofferenza riguardo agli stereotipi di genere che propongono un modello femminile di ragazza magra, senza forme, che risulta irraggiungibile e slegato dalla realtà per le preadolescenti e le adolescenti.



**NON CHIAMATECI PIÙ FARFALLE.**  
**Una farfalla con le ali danneggiate: così, con un post di Instagram, la capitana della nazionale italiana di ritmica Alessia Maurelli ha voluto segnare una cesura col passato, "una rottura dolorosa e irreversibile".**

Ancora più recente è la sensibilità che ha influenzato la nostra magistratura a estendere l'applicazione della norma sui maltrattamenti anche all'ambito dello sport. Ciò è avvenuto da quando la cultura prevalente ha iniziato a rifiutare quelle figure educative che utilizzano metodi correttivi umilianti e lesivi della dignità della persona, intesa nella sua "interezza".

**Perché si parla della persona nella sua interezza, cosa s'intende?**

**La psicologa:** "Finalmente i tempi sono cambiati e gli studenti a scuola o le allieve della ginnastica ritmica sono descritti e apprezzati per il loro percorso di crescita nei vari aspetti. Nei contesti educativi i bambini si valorizzano e si osservano nella sfera cognitiva, corporea, emotiva, sociale e relazionale. Quando questa valutazione, da parte dell'adulto preposto ad educare, è troppo sbilanciata su un unico aspetto, quello fisico ad esempio, e si chiede all'allieva di uno sport praticato fin dai primi anni di vita di essere attenta affinché non ci siano cambiamenti di peso, si commette un errore madornale.

Le allenatrici in questione perdono di vista i capisaldi pedagogici moderni che dicono che per crescere correttamente si deve favorire, nelle bambine prima e nelle ragazze poi, una consapevolezza di sé come persone nella loro interezza, per affrontare e superare con le proprie risorse le incognite delle gare sportive e gli inciampi della vita in continuo cambiamento. Da quello che sta emergendo, succede che in alcuni contesti competitivi gli adulti utilizzino atteggiamenti e parole umilianti, diventando maltrattanti nei confronti delle ragazze che dovrebbero aiutare a crescere".

**Da dove origina la norma sui maltrattamenti e con quali intenzioni è stata pensata?**

**L'avvocata:** "La norma sui maltrattamenti (art.570 c.p.) è stata inserita nel nostro Codice penale sin dalla sua emanazione nel 1930, e pensata dal legislatore per tutelare prevalentemente i rapporti familiari dall'abuso di forza e potere esercitati da un componente della famiglia su un altro familiare tale da comprometterne la salute fisica e psichica. La stessa norma, che è inserita nel codice dedicato ai delitti contro la famiglia, è stata estesa nel tempo per tutelare tutti quei minori che sono sotto l'autorità di un adulto non familiare, con lo scopo di essere istruiti o educati all'esercizio di un'arte.

Se in origine la norma si adattava a tutelare, oltre che i rapporti familiari, figure come quella del giovane apprendista che andava a bottega per imparare un mestiere, oggi l'estensione di questa norma consente di poter giudicare se vi siano anche in ambito sportivo dei veri e propri reati di "maltrattamento".

**Quando questi errori educativi nei confronti dei minori si configurano come un reato?**

**L'avvocata:** "Perché sia riconosciuta la responsabilità penale per il reato di maltrattamento è necessario che le modalità maltrattanti nelle sue più diverse forme siano abituali. A volte si verificano azioni episodiche degli educatori che provocano sofferenze anche elevate nei minori, ma non rientrano nel reato di maltrattamento proprio perché manca l'aspetto abituale del reato. Quando il minore riferisce nel tempo e ripetutamente di aver subito metodi educativi allarmanti, che gli provocano evidente sofferenza, allora si può configurare il reato di maltrattamento. A



volte il tempo in cui il reato si consuma è di anni, altre volte è solo di settimane, ma quello che conta è la continuità. E' poi necessario che ci sia il dolo, ovvero che il maltrattante abbia consapevolezza che quella condotta ripetuta infligge sofferenza e disagio nel minore e nonostante ciò la metta in atto con la volontà di farlo, anche se con finalità ritenute educative. E' plausibile che le allenatrici delle ginnaste ben conoscessero le loro allieve e la loro emotività: basta pensare che nell'agonistica le giovani passano gran parte della loro giornata proprio in palestra per gli allenamenti. E' anche probabile che non potessero non sapere che i loro metodi e le loro parole riferite all'aspetto fisico infliggevano un disagio su più fronti, proprio a giovani allieve che in quel contesto avrebbero dovuto trovare un ambiente educativo e familiare. Non possiamo escludere che le allenatrici stesse a loro volta siano state vittime delle medesime modalità maltrattanti vissute nello stesso contesto rigido, dove il sopportare le umiliazioni si configurava come un segno di forza, utile per corrispondere al modello proposto. Infine, per la configurazione del reato di maltrattamento è necessario vi sia il nesso di causalità tra la sofferenza

della vittima e la condotta maltrattante, ovvero che il disagio manifestato sia la conseguenza di quella condotta lesiva, in tutto o in parte, ed è qui che la psicologia può dare un fondamentale contributo all'accertamento del reato.

**Quali potrebbero essere i danni psicologici di un'educazione sportiva ripetutamente mortificante per le bambine che praticano la ginnastica artistica e ritmica?**

**La psicologa:** "Innanzitutto dobbiamo dire che, contrariamente a quello che si pensa, la competizione, il desiderio di migliorarsi per arrivare primi, è un'ambizione insita in tutti noi e, quindi, anche in questa vicenda tra allenatrici e allieve si sarà creato un legame forte, proprio su questo comune obiettivo. L'ambito agonistico, dai 7/8 anni, con allenamenti settimanali ripetuti, può non favorire un clima di scambio sereno se le allenatrici della ritmica sono ossessionate dal risultato prestazionale. Rapidamente la frequentazione tra allenatrici e allieve può diventare negativa perché da un lato si instaura un forte legame con lo scopo comune di vincere ma, dall'altro, le allieve si sentono vessate attraverso prese in giro più o meno velate, richiami sul corpo troppo grasso, confronti spietati



# NON IMPORTA SE PERDIAMO LA COMANECI

Riccardo Renzi

sulle prestazioni sportive mai sufficienti eccetera. La conseguenza è che le allieve possono sviluppare un senso di inadeguatezza importante. Esperienze di vita così coinvolgenti, vissute per alcuni anni rischiano di diventare traumatizzanti, e spesso succede che le persone se ne accorgono anni dopo, in adolescenza o in età adulta. Questi danni psicologici avvengono perché la personalità delle allieve, tra gli 8 e i 15 anni, non è ancora strutturata per difendersi o ignorare gli eventuali attacchi vessanti delle allenatrici. Se nel tempo non ci saranno altre esperienze gratificanti o correttive con altri adulti di riferimento, sarà plausibile che per alcune minori si possa sviluppare, per esempio, un disturbo alimentare o un disturbo dell'umore su un versante depressivo o ansioso”.

## CONCLUSIONI

L'augurio è che tutti gli educatori dello sport possano comprendere il delicato compito di lavorare con “materiale umano” sensibile e che è meglio avere un campione in meno ma un'atleta in più, sana, consapevole di sé e del proprio corpo. Che la sensibilità che si sta formando su questo argomento si diffonda sempre più anche nelle aule di giustizia, per stigmatizzare definitivamente e giuridicamente il maltrattamento in ogni luogo in cui viene messo in atto, a maggior ragione nei confronti di minori che subiscono l'autorità di chi li maltratta e che non riescono a esprimere, se non di rado, la propria sofferenza, per il timore di deludere le aspettative in loro riposte. Da ultimo, ci auguriamo che le iniziative di protesta e di denuncia di alcune coraggiose giovani ginnaste e delle loro famiglie trovino sempre più largo consenso, a protezione della loro salute e a sostegno di ulteriori cambiamenti culturali.

Da quando, nel 1997, la federazione internazionale di ginnastica decise di alzare a 16 anni l'età minima delle ragazze, per partecipare alle Olimpiadi e alle gare internazionali, si sono segnalati ricorrenti brontolii dei “puristi” di questo sport che si sono lamentati di questa regola, e anche frequenti tentativi di aggirarla (diversi casi di passaporti truccati di atlete russe, cinesi, coreane...). Da allora c'è sempre qualcuno che dice: “Così, ci saremmo persi la Comaneci”. Nadia Comaneci è la più famosa ginnasta della storia, che nel 1976 alle Olimpiadi di Montreal vinse 3 ori, un argento e un bronzo, incantando il mondo all'età di 14 anni. A quelli che hanno questo rimpianto consiglio di leggere la biografia di Nadia, o almeno vedere il film a lei dedicato, per capire quello che passò in quegli anni, quando divenne persino un trofeo sessuale per un importante esponente del regime rumeno. Ho l'impressione che lei stessa si sarebbe persa volentieri quelle medaglie, accontentandosi delle 4 che vinse alle successive Olimpiadi, a 18 anni. D'accordo, la Romania del '76 non è l'Italia di oggi. Ma il rischio di trasformare una bambina in un trofeo, anche solo metaforico, c'è sempre. Anche il pattinaggio femminile, altra specialità per giovanissime, ha deciso di cambiare le regole. Alle recenti Olimpiadi di Pechino la bravissima pattinatrice russa Kamila Valieva, 15 anni, ha subito un vero e proprio crollo psicologico (e conseguenti cadute molto fisiche) perché non ha retto la pressione della gara, aggravata da voci di doping che riguardavano la sua squadra. In seguito al suo caso l'età minima

è stata alzata a 16 anni e, dal 2024, a 17. Se non altro i dirigenti di questo sport hanno capito che le giovani atlete non sono solo corpi, per quanto ben allenati, ma anche persone a quell'età ancora fragili.

E forse sarebbe il caso che lo capissero anche i responsabili del nuoto, dove non sono previsti limiti di età, tranne che per i tuffi. Agli ultimi mondiali ha partecipato nei 50 metri farfalla (un animale chiave, a quanto pare, in questa questione) una bambina, Alzain Tereq, del Barhein, di 10 anni. Non si è piazzata bene e forse sarà stata rimproverata dal suo istruttore.

Tutto ciò dimostra che in questo mondo olimpico, dove l'importante è vincere, l'unico argine possibile è quello delle regole, di imporre dei limiti. Dopotutto lo sport più diffuso in Italia, il calcio, è molto irregimentato. Fino a 16 anni non scendi in campo in serie A (e ci sono riusciti Rivera e pochi altri) e fino a 18 non puoi avere un contratto da professionista. Ma questo non significa che non puoi giocare: ci sono migliaia di tornei dalle scuole elementari in su, in cui però puoi sgambettare solo con i coetanei. A questo servono le regole.

A maggior ragione quando il gioco si fa duro, nelle discipline come la ginnastica, il pattinaggio o il nuoto, che richiedono intensi allenamenti e molta costanza. Perché è soprattutto qui che bisogna imporre il concetto che un buon rapporto tra istruttore e allievo non debba mai essere basato soltanto sulla prestazione o sul merito. Proprio come nelle scuole normali, tra docente e alunno.

A costo di perderci la Comaneci.

# VERSO L'UNIVERSITÀ E IL LAVORO: CONOSCI TE STESSO

*Intervista a Benito Benedini, imprenditore di lungo corso in Italia e all'estero, già presidente della Federazione Nazionale dei Cavalieri del Lavoro e di Assolombarda, e presidente della Fondazione Cardiologica Angelo De Gasperis ETS*

**Simona Mazzolini**

***Dopo le scuole superiori, alcune ragazze e ragazzi si iscrivono all'università e altri si affacciano direttamente al mondo del lavoro. Che suggerimento può dare a chi si prepara a compiere uno di questi due "grandi passi"?***

Il mondo del lavoro è un mondo complesso, fatto di tanti ambiti, mestieri e professioni. Il digitale ha moltiplicato le opportunità ma anche la complessità. Non c'è Gps che indichi il percorso da seguire perché non esiste una mappa, e non esiste una mappa perché non ha senso tentare di tracciarla: la fluidità e il dinamismo del contesto professionale la renderebbero obsoleta in un batter di ciglia.

In questo terreno ricco di possibilità e insidie, quanto più è difficile stabilire a priori le tappe di un percorso di costruzione del proprio futuro, tanto più è necessario conoscere a fondo il punto di partenza: i propri talenti, le proprie competenze, interessi, propensioni, limiti... Non esiste persona adatta a qualunque ambito professionale, né professione adatta a qualunque persona. "Conosci te stesso", l'esortazione iscritta nel tempio di Apollo a Delfi, vale ancora dopo più di 2mila anni.

***Quali competenze possiede un adolescente che non ha ancora avuto l'opportunità di mettersi alla prova in ambito professionale?***

Quelle che ragazze e ragazzi costruiscono e consolidano negli ambiti che sono soliti frequentare fuori dalla famiglia e dalla scuola in senso stretto: dalle attività scolastiche extracurricolari allo sport, dai piccoli lavori stagionali

ai tanti contesti legati agli interessi personali. Riuscire ad assolvere agli impegni scolastici e a coltivare le proprie passioni a un certo livello nello stesso tempo non è scontato, ed è una seppur limitata "messa alla prova". È un'opportunità per misurare l'intensità del proprio interesse per qualcosa a cui si tiene, per confrontarsi con scelte da compiere, per mettere in discussione priorità che non sono mai scontate. È la vita "fuori dal bozzolo" che allena a gestire situazioni che a livello professionale faranno parte della quotidianità.

***Un altro "fuori dal bozzolo" per costruire questo bagaglio iniziale di competenze?***

Fare un'esperienza extra-familiare all'estero prima possibile, senza aspettare un eventuale Erasmus o l'iscrizione a un ateneo internazionale. Non solo il bagaglio didattico ne beneficerà in termini di conoscenze linguistiche: le competenze a cui accennavo prima e la consapevolezza di sé ne usciranno enormemente rafforzate. Le imprese – cioè il contesto lavorativo al quale è destinata la maggioranza di coloro che escono dalle scuole e dalle università – lo sanno e lo apprezzano.

Evidentemente non tutte le famiglie possono permettersi di sostenere economicamente un adolescente per un anno o alcuni mesi all'estero. Ma ci sono organizzazioni che mettono a disposizione borse di studio per consentire anche a chi non ne ha i mezzi di affrontare questo tipo di esperienza: certo, bisogna meritarlo con un rendimento scolastico elevato e

una motivazione davvero forte.

Un altro ambito che suggerisco di sperimentare prima possibile è quello del volontariato, ma non ha senso, sia chiaro, fare questo tipo di esperienza al solo scopo di inserirla nel curriculum: le motivazioni devono sempre derivare da valori e interessi personali, e dalla volontà di confrontarsi con un mondo altro. Anche in Italia, il Terzo settore è una realtà sempre più strutturata che offre spazi di grande interesse.

***Già al terzo anno delle scuole superiori gli adolescenti cominciano a guardarsi intorno. Dove – e soprattutto come – dovrebbero indirizzarsi?***

Fanno benissimo a guardarsi intorno anche quando non hanno ancora chiaro in che direzione farlo. Anzi, non avere ancora preferenze e propensioni già consolidate consente una ricerca e una lettura delle informazioni più oggettiva, che non rischia di trasformarsi in una ricerca di conferme.

Il confronto tra l'esplorazione a 360 gradi e la conoscenza di sé stessi permetterà di restringere il campo. Quanto al "dove", è un dato di fatto che oggi alcune discipline – a partire da quelle del gruppo Stem – offrono un maggior grado di impiegabilità, ma proprio la mia esperienza imprenditoriale mi fa dire che i criteri da privilegiare per scegliere il proprio percorso universitario siano altri: va dove ti porta in cuore, potremmo dire, o dove ti porta la curiosità che, specie oggi, è un talento chiave da coltivare.



# L'INFORMAZIONE È UN PASSAPAROLA GLOBALE

*La pandemia ha accelerato la rivoluzione dei media. Oggi per tutti domina Internet, domina lo smartphone. E i ragazzi hanno trovato la loro strada nei social*

**Riccardo Renzi**

**Q**uanto, dove e come si informano gli adolescenti italiani? Per rispondere a questa domanda abbiamo provato a di mettere insieme le cifre, i dati, le analisi disponibili per cercare di comprendere la situazione attuale. E magari smentire qualche mito.

Un buon punto di partenza è uno studio dell'Agcom, l'Autorità per le Garanzie dell'Informazione, intitolato "L'informazione alla prova dei giovani", pubblicato nel marzo 2020, basato su dati del '19, quindi precedenti al periodo pandemico. Questo report è comunque molto utile per almeno due aspetti: ci ricorda intanto che la cosiddetta "rivoluzione digitale" nel mondo dell'informazione non è affatto una conseguenza della pandemia, ma una evidente tendenza già in atto nel decennio precedente; in secondo luogo, lo studio costituisce una base per cercare di comprendere le evoluzioni successive.

Subito possiamo contestare un diffuso pregiudizio. L'affermazione "i giovani non sono informati" è un'evidente sciocchezza. Lo è in generale perché possiamo comunque affermare che nessuna generazione ha mai avuto a disposizione una tale quantità di informazioni e tanti canali e possibilità per informarsi. Certo, si può discutere su come la quantità influisca sulla qualità, ma questo è un dato di fatto. Il report, poi, analizza il "consumo informativo" per classi d'età giovanili e per gli over35. Come c'era da

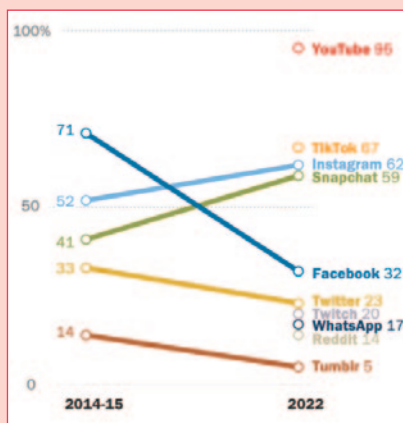
aspettarsi il canale preferito dagli adolescenti (14-17 anni) è Internet con un 60,4%, ma sono battuti dai giovani adulti (25-34 anni) che segnano un 66,8%, mentre gli anziani (più di 35) sono sotto il 50%. Nell'uso di altri media gli adolescenti sono ultimi, anche se si difende ancora bene la Tv (38,2%), mentre i quotidiani sono relegati a un misero, ma non irrilevante 20%. Agcom rileva peraltro che "i dati internazionali (che tuttavia non riguardano anche i minori) mostrano che i giovani italiani si informano almeno quanto, se non di più, dei coetanei europei". E anche questo, se vogliamo, sfa il mito dei ragazzi italiani più "disinteressati" degli altri.

Il commento all'indagine mette in luce alcune criticità. La prima è il cosiddetto gap digitale, legato alla minore diffusione della rete rispetto ad altri Paesi, in

particolare della banda larga. In realtà questo gap è andato via via riducendosi proprio durante la pandemia. Secondo un rapporto Auditel-Censis nove famiglie italiane su dieci (21 milioni e mezzo), a dicembre del 2022, sono collegate al web, e di queste il 67% dispone di banda larga e la rete continua ad estendersi grazie soprattutto ai fondi Pnnr. Una seconda criticità è definita gap generazionale. Secondo Agcom "non solo le coorti giovanili accedono meno all'informazione tradizionale, ma consumano comunque un diverso tipo di notizie rispetto alle generazioni più mature. Lo fanno attraverso apparecchi diversi (quasi sempre i cellulari), da fonti diverse (alle volte testate online, altre da influencer e blogger) e soprattutto attraverso intermediari nuovi (molto spesso i social). Ciò fa venir meno un collante sociale derivante da una narrazione più condivisa di ciò che succede nel mondo". E' cambiato qualcosa dal 2019?

Intanto è cambiato il mondo attorno agli adolescenti, almeno quello dei media. Le periodiche rilevazioni Audiweb ci mostrano oggi uno scenario in cui, per esempio, nel mese di dicembre '22 si è connesso l'84,4% degli italiani maschi e l'80,9% delle donne. Questa indagine non rileva purtroppo i minori, ma la distribuzione per età è comunque sorprendente, perché in un giorno medio i più giovani (18-34anni) arrivano all'85%, ma sono superati dai 35enni e

## I SOCIAL DEI RAGAZZI



Queste le variazioni registrate, a distanza di sei anni, nelle preferenze dei social, su un campione di 1316 adolescenti Usa [Ricerca "Teens, social media and technology", maggio 2022, Pew Research Center]



## PIU' ESPOSTI ALLE FAKE NEWS?

45enni che arrivano all'88%. E c'è persino un 36% degli over 64. I più giovani ci passano più tempo (attorno alle tre ore), ma battono di poco le classi di età medie e tutti comunque preferiscono largamente il mobile al computer. Si è verificata insomma una vera e propria esplosione dello smartphone. Non sono solo i ragazzi a vivere "appiccicati" al telefonino, è quasi l'intera popolazione. Nel frattempo, la vendita dei quotidiani cartacei (dati Agcom) tra il 2018 e il 2022 è scesa del 32%, solo parzialmente compensata dal +12,6 delle edizioni digitali. L'informazione televisiva (i telegiornali) ha retto bene, soprattutto durante i lockdown, quando erano tutti confinati in casa, grazie agli "anziani" che hanno abbandonato i giornali, grazie alle piattaforme di streaming, che hanno trasformato la televisione in un computer.

In questo quadro i media digitali sono largamente in testa. Connettersi a Internet non vuol dire, naturalmente, informarsi. Audiweb ci dice anche che solo 2/3 dei "navigatori" si connettono anche ai siti di informazione e che la categoria *communities*, cioè i social, ha superato quella delle *news*. In questo sta soprattutto la "rivoluzione" giovanile, già vista nel 2019: nuovi strumenti, fonti diverse, intermediari diversi. Sul fenomeno dei social, dato che dalle indagini italiane continuano a restare esclusi i minorenni, dobbiamo rivolgerci a uno stu-

dio americano particolarmente illuminante. E' una ricerca del marzo 2022 del Pew Research Center, un sito autorevole di *fact-checking*, sull'uso dei social da parte dei teen di 13-17 anni, confrontata con un analogo studio del 2014. Il dato più impressionante riguarda le modalità d'uso: il 46% degli adolescenti resta collegato "quasi costantemente" (era il 24% nel 2014) e un altro 48% ci entra molte volte al giorno. Quanto alle preferenze potete vederle nella tabella: YouTube, TikTok, Instagram e Snapchat sono dominanti. Dati italiani sulla popolazione generale ci confermano il primo posto di YouTube, l'ascesa spettacolare di TikTok (raddoppio nel '22) e Instagram e il calo di Facebook (che resta tuttavia al secondo posto) e Twitter.

Che cosa significa questa scelta? Alcune risposte sono evidenti: la netta preferenza, da parte dei giovanissimi, per l'immagine a scapito della parola. La predilezione per comunicazioni rapide, sintetiche, dirette. E soprattutto il trasferimento in rete di quella che, da sempre, è la forma di comunicazione e di informazione preferita dagli adolescenti: il passaparola. Che cosa sono infatti questi social se non un gigantesco passaparola globale? E' vera informazione? Diciamo che è un'informazione diversa, che noi anziani guardiamo con sospetto. Mi limito però a segnalare alcuni fatti. Su YouTube, si trova "tutto quanto fa

La citata indagine Agcom del 2019 si sofferma su un'altra criticità: il fatto che gli adolescenti sarebbero più esposti alle notizie false. I dati di quello studio rilevano che il 39% dei ragazzi di 14-17 anni credono spesso alle fake news, mentre in tutte le altre categorie di età ci casca il 33%. Non mi sembra francamente un grave squilibrio, data l'inevitabile inesperienza dei più giovani. Assalti al Campidoglio, manifestazioni novax e complottismi vari ci hanno in seguito mostrato, peraltro, un mondo adulto non proprio avveduto.

Un sondaggio Ipsos del 2022, per Italian Digital Media Observation, è dedicato allo stesso tema. Anche in questo caso i minorenni sono esclusi dal rilevamento. In generale il 73% dei 1000 intervistati dichiara di essere in grado di riconoscere le fake news, ma in particolare i più giovani (18-30 anni) sarebbero i più abili nelle attività di controllo che hanno lo scopo di esaminare il livello di affidabilità e di attendibilità delle informazioni online. Trattandosi di un'autovalutazione degli intervistati, si può pensare che i più giovani siano semplicemente più presuntuosi. Ma si può anche considerare il fatto che sono anche più "scafati" e rapidi a muoversi sul web e hanno quindi maggiori capacità di controllo.

E' indubbio comunque che la preferenza degli adolescenti per l'informazione via social, che è la fonte più "pericolosa" in termini di notizie inventate, li espone a più frequenti inganni, sia pure mitigati dalla continua discussione incrociata coi coetanei. E' evidente l'importanza che avrebbe, in questo, la funzione di guida degli adulti, quelli più avveduti, in particolare genitori e insegnanti. I quali, anziché vietare gli smartphone, dovrebbero, almeno nel campo dell'informazione, assumersi il compito di insegnare a usarli.

R.R.

spettacolo”, tranne il porno. Ma si trovano anche, e sono molto viste, conferenze, lezioni, tutorial molto ben fatti. Hanno un grosso seguito alcuni dei migliori divulgatori italiani come Alberto Angela, lo storico Alessandro Barbero, l’evoluzionista Telmo Pievani, il fisico Carlo Rovelli. E lo stesso vale per Instagram, dove raccolgono like intellettuali, giornalisti, politici e dove peraltro arrivano anche le news dei media tradizionali. Persino TikTok contiene molte informazioni utili, al punto che tra i giovanissimi sta assumendo, secondo analisi recenti, un ruolo di ricerca pari a Google. Non è questa informazione? Dalla montagna di divertenti sciocchezze, tra le maglie di influencer più o meno pittoreschi, emergono fenomeni insospettati. E’ recente il *trend* di TikTok (così si chiama l’argomento di moda) che promuove la bellezza e lo studio del greco antico, contro gli studi STEM. E non dimentichiamo che proprio TikTok è ormai il principale promotore letterario tra i giovani, tanto da aver creato un’apposita sezione BookToc, che in Italia ha un miliardo di visualizzazioni Libri? E già, si pensava che fosse una specie in via di estinzione. E invece il vecchio libro tiene bene (più 14% di vendite dal ’19 al ’22) anche tra i giovani e non è stato affatto sostituito dagli ebook. A proposito di carta, infine, concludiamo segnalando un dato sorprendente: +245% di vendite di fumetti, nello stesso periodo. Sono soprattutto manga, fumetti giapponesi. Roba nociva, di basso livello? Lo si diceva anche dei fumetti italiani degli anni ’50-’60, molti dei quali sono oggi considerati arte. Anche tra i manga, dicono gli specialisti, ci sono veri e propri capolavori, apprezzati purtroppo quasi solo dagli adolescenti. E vanno letti sfogliando da sinistra a destra. Strani ragazzi.



## IL “DOVERE” DI ESSERE INFORMATI

Durante un incontro con una classe di un liceo di Milano, con la quale Laboratorio Adolescenza sta realizzando un progetto sui “diritti e doveri” degli adolescenti (se ne parla in altra parte del giornale), Francesca, 16 anni, dice: “Dovremmo avere il dovere di essere informati”. Attenzione: il dovere, non il diritto.

Una sfumatura non da poco che coglie l’essenza dell’aspetto: la strettissima correlazione – in tema di informazione – tra diritti e doveri. Perché, se il diritto di essere informati è un architrave di libertà (non a caso, le dittature e i populismi questo diritto lo negano o lo manipolano), informarsi è contemporaneamente un “dovere” senza il quale, dopo un po’, si rischia anche di dimenticarsi di reclamare l’accesso all’informazione come diritto. D’altra parte la motivazione che Francesca fornisce è impeccabile e la sintetizzo così: “se vogliamo essere ascoltati e considerati non possiamo astrarci dalla realtà in cui viviamo. Ergo dobbiamo essere informati e consapevoli”.

Nulla di più logico ed evidente. Di talmente scontato – in teoria – da poter risultare addirittura banale (se voglio scrivere devo saper scrivere). Eppure Francesca, consapevolmente o inconsapevolmente non lo so, ha impietosamente sollevato un coperchio che mette a nudo una delle più avvilenti criticità dei nostri tempi. Parlare senza sapere. Qui non c’entrano gli adolescenti se non come piccola parte del “tutto” dal quale, ahimè, assorbono abitudini e comportamenti, specie quelli peggiori. La freccia scagliata da Francesca va dritta al cuore di una società di analfabeti parlanti che ha trovato la sua via naturale di inquietante espansione attraverso Internet e i social, ma non solo.

Proprio questo dilagare di “informazione” sprovveduta, se non addirittura dolosamente fuorviante, rende molto scivolosa la via dell’informazione senza virgolette, perché è sempre più difficile essere certi dell’affidabilità di una fonte.

Da qui l’interesse di Laboratorio Adolescenza Magazine a cercare di capire quali sono, oggi, i canali di informazione maggiormente utilizzati dagli adolescenti e se e quanto loro abbiano voglia ed interesse a verificare, e in che modo, la correttezza dell’informazione ricevuta. L’esempio che arriva dagli adulti, che in qualche modo dovrebbero indirizzarli in modo corretto, non è certo confortante, ma non sarebbe la prima volta se gli adolescenti ci sorprendessero con comportamenti più pragmatici di quelli praticati da coloro che dovrebbero essere i loro maestri.

M.T.

# NON IMPORTA LA FONTE CONTA LA VELOCITÀ

*Quando lo stimolo è interessante, la mente flessibile dell'adolescente è capace di costruire percorsi di ricerca alternativi. Con l'aiuto della comunicazione tra pari*

**Paolo Demolli**

*Professore di filosofia, liceo Berchet, Milano*

È noto che la proliferazione di informazione veloce, sfuggente e superficiale riguarda non solo gli adolescenti, ma l'intera nostra società. Si tratta di vedere se c'è una specificità degli adolescenti nella scelta delle fonti e nelle modalità di fruizione, e se in questa specificità sono ravvisabili competenze e processi nuovi.

Una prima considerazione riguarda l'obsolescenza di alcuni canali (giornali cartacei, televisione) che, sia pure in declino, possono ancora interessare la popolazione adulta. Gli adolescenti non li escludono in assoluto, ma non li considerano abbastanza veloci e interattivi. Talvolta ascoltano il telegiornale all'ora di cena in famiglia: spesso però i servizi televisivi danno per scontati troppi presupposti di linguaggio e di pregresse conoscenze, senza offrire gli strumenti per colmare eventuali lacune. In questo, i genitori possono essere di aiuto a ricostruire i nessi non immediatamente evidenti, a patto che "non esagerino" in analiticità e si limitino a fornire sintetiche risposte immediatamente fruibili.

La preferenza degli adolescenti va in ogni caso a strumenti più agili. Per le notizie di cronaca, i principali canali d'informazione utilizzati sono i notiziari online e i siti dei giornali, ma soprattutto i social media, come Instagram e TikTok, che riportano carrellate di notizie

in continuo aggiornamento, aggregate per argomenti, da cui eventualmente risalire alle fonti da cui questi canali stessi si alimentano.

Più articolato è il discorso sulle tematiche specifiche, come le ricerche scolastiche, ma soprattutto le curiosità personali, i problemi individuali (salute, affettività, sessualità ecc.) su cui non si vuole chiedere in famiglia. I principali canali, in questo caso, sono siti e blog dedicati ad ambiti ben definiti (salute, sport, musica ecc.).

Emerge un'osservazione chiave: per gli adolescenti non è tanto importante il dove, ma il come. In sostanza, è la velocità a fungere da criterio: si "googla" dallo smartphone (quasi mai dal PC!) la domanda nel modo più scarno e sintetico possibile, e si accede alla prima risorsa web che appare. Se è abbastanza breve e chiara ci si ferma lì. In caso di dubbio, si confrontano le due o tre risposte successive: se concordano, l'informazione è "automaticamente" vera.

La gerarchia delle fonti è quella sancita da Google: la prima fonte è quella che la maggioranza degli utenti ha già selezionato come più fruibile. Wikipedia è usata non per una sua intrinseca autorevolezza, ma solo quando le sue voci, spesso appena abbozzate, compaiono come prime risposte, con recisa esclusione delle voci più analitiche.

Un ruolo decisivo spetta ai filmati di YouTube: la potenza della narrazione per immagini (al di là dei "tutorial" su qualsiasi argomento) può favorire l'avvio di una ricerca di informazioni seria, a partire da uno stimolo anche solo occasionale o divertente. Un esempio: i memi, filmati o immagini caricaturali la cui chiave comica e interpretativa è data dal titolo o da brevi frammenti di testo scritto, spingono quasi sempre il fruitore a risalire all'immagine originaria, o a volersi informare sul personaggio o sulla situazione all'origine della scena.

Accade quindi che un ampio orizzonte di riferimenti sia velocemente ricostruito con un lavoro asistemico, ma dinamico, intuitivo, creativo: la mente dell'adolescente si rivela straordinariamente flessibile, e capace di sviluppare procedimenti di ricerca alternativi rispetto alla linearità metodologica prescritta dalla scuola. In questo svolgono un ruolo fondamentale gli amici tanto individualmente, quanto nel gruppo di riferimento.

Sia pure attraverso percorsi informali, la conoscenza degli adolescenti, come la conoscenza scientifica, passa attraverso la comunicazione tra pari: non si conosce da soli, l'apprendimento è sempre un processo collettivo.

# CERTO CHE CI INFORMIAMO! A MODO NOSTRO

**Maurizio Tucci**

*Presidente Laboratorio Adolescenza*

A dispetto di una convinzione (pregiudizio?) piuttosto diffusa, non è vero che gli adolescenti non si informano: solo, lo fanno a modo loro.

Premessa: a suffragare questa considerazione non è un'indagine statistica – quindi, nessun campione rappresentativo – ma quattro chiacchiere informali con Klea, Leonardo, Yossif, Elena e Rebecca, tutti studenti delle scuole superiori. Rispondono volentieri alle domande sul loro modo di informarsi, anche o forse proprio perché sono consapevoli di essere vittime del pregiudizio di cui sopra. «Certo che ci informiamo», è la prima cosa che ti dicono. Ma come? E su cosa?

Prevalentemente attraverso i social, ma facendo dei distinguo. Instagram risulta il più gettonato, perché «Facebook è morto» e «TikTok non è molto affidabile, perché c'è dentro di tutto», e poi «lo usano quelli più piccoli» e questo già basta per snobbarlo. Con Instagram, invece, se segui qualcuno che parla di cose che ti interessano, hai sempre informazioni fresche. Qualcuno “segue” Rai-news24 e allora le news arrivano a ripetizione.

Quelli che arrivano dai social più che articoli veri e propri sono “titoli” con qualche dettaglio, che vanno comunque bene per farsi un'idea. «Poi, se c'è qualcosa che ci interessa – dicono – si approfondisce da un'altra parte».

Appunto, ma da quale “altra parte”? Google! Una sorta di oracolo dei nostri giorni che ha risposte per tutto a patto di essere in grado di separare la fa-

rina dalla crusca. Loro, i rappresentanti della generazione Z, giurano di saperlo fare. L'essenza è comunque che il canale di informazione è quasi esclusivamente Internet.

A sfogliare un giornale di carta – se lo trovano a casa – sono veramente in pochissimi. È roba più da esperienza sensoriale che da fonte di informazione. Resiste appena il telegiornale se accompagna, a seconda dell'organizzazione della vita familiare, la preparazione o il consumo della cena.

L'edicola della generazione Z è il cellulare, dove le notizie si guardano (il video breve è il formato preferito) o si leggono (piacciono le versioni digitali di quotidiani e riviste), ma non si voltano più le pagine: per loro gli “sfogliabili” online hanno fatto – o meritano di fare – più o meno la stessa fine di Facebook. Le considerazioni critiche sui giornali tradizionali, seppure nella versione da scrollare, condivise da ragazze e ragazzi intervistati, sono due. Primo: le notizie sono scritte con un linguaggio troppo difficile e questo è un forte disincentivo per chi vorrebbe “capirci qualcosa” rispetto al mondo che lo circonda. Da questo punto di vista, tra le testate che secondo gli adolescenti sono comunque pensate per un pubblico adulto, “Il Post” riscuote parecchio successo proprio perché «si sforza di farsi capire».

Secondo: per soddisfare l'esigenza di comprendere la realtà sarebbe importante avere giornali almeno «non troppo schierati». «Niente di male che esistano giornali di parte» –

spiegano gli adolescenti – ma non è attraverso questi che puoi capire come stanno le cose: «Prima ti informi, poi, eventualmente, decidi da che parte stare». Separare la notizia dall'opinione: e qui siamo davvero nel campo dell'utopia più sfrenata. Ma quali sono le “notizie” che interessano di più gli adolescenti? I filoni principali sono due: da una parte c'è tutto ciò che fa parte dello sconfinato e volatile universo dell'entertainment – personaggi, tendenze, eventi, serie TV, gossip... – (che per i maschi include imprescindibilmente anche il mondo del calcio), dall'altra, ma molto meno rilevante, gli interessi personali.

E tutto il resto? Interessano i grandi temi sociali e le cause in cui gli adolescenti si identificano, a maggior ragione se i protagonisti sono proprio adolescenti o giovani (ad esempio le manifestazioni per la libertà in alcuni Paesi). Continuano a interessare la guerra in Ucraina e gli equilibri politici internazionali, forse per tenere a bada quel senso diffuso di insicurezza che tutti proviamo. Interessano l'altro e l'altrove – «le notizie dall'Europa e dal mondo» –, meno quello che accade a casa nostra.

La politica nostrana? I giudizi vanno dal «noiosa» al «nauseante», ma non è chiaro se si riferiscono all'esercizio del potere e alla vita pubblica nel nostro Paese, o al modo in cui i giornali li raccontano. O a entrambi.





# CELLULARE IN CLASSE PROBLEMA / OPPORTUNITÀ

***Che senso hanno i divieti, dopo la DAD, in questo mondo iperconnesso?  
Solo in una scuola innovativa e digitale non ne avranno più bisogno***

**Antonio Maria Berardi**

*Docente di diritto ed economia politica presso l'Istituto professionale per l'enogastronomia e l'ospitalità alberghiera Umberto Di Pasca di Potenza*

Il provvedimento era nell'aria, dopo che nel mese di settembre si era diffusa la notizia che il liceo privato bolognese Malpighi vietava l'uso dello smartphone per tutta la mattina a studenti e docenti. E così, come nelle aspettative, è arrivata la circolare del ministro Valditara sull'uso dei cellulari a scuola.

In verità non dice nulla di nuovo: per un verso, richiamando una circolare del 2007, ribadisce che "il divieto di utilizzo del cellulare durante le ore di lezione risponda ad una generale norma di correttezza che, peraltro, trova una sua codificazione formale nei doveri indicati dallo statuto delle studentesse e degli studenti"; per altro verso afferma che "è viceversa consentito l'utilizzo di tali dispositivi in classe, quali strumenti compensativi di cui alla normativa vigente, nonché, in conformità al regolamento d'istituto, con il consenso del docente, per finalità inclusive, didattiche e formative, anche nel quadro del piano nazionale scuola digitale e degli obiettivi della c.d. "cittadinanza digitale" di cui all'art. 5 della L. 25 agosto 2019, n.92." In sostanza, come è giusto che sia, il ministro rimette alle singole istituzioni scolastiche, in regime di autonomia, di disciplinare nei propri regolamenti d'istituto l'uso dei cellulari in classe. Ciò che preoccupa in

realtà è il tono generale sia della circolare sia della allegata relazione approvata dalla VII Commissione Permanente del Senato a conclusione di un'indagine conoscitiva. Sembra cioè che, a fronte di un modello educativo inadeguato delle famiglie italiane di tipo lassista, secondo il quale i ragazzi possono fare tutto quello che vogliono finché non fanno male a nessuno, si contrapponga un modello educativo autoritario per il quale, per mettere a posto la scuola, basta trasmettere le regole e imporre le sanzioni. Un modello educativo autoritario forse poteva funzionare ai tempi del ministro Gentile, durante i quali la scuola e la famiglia, insieme al partito unico, erano le uniche agenzie educative di riferimento per la gioventù. Non può funzionare nella nostra epoca in cui le famiglie sono in crisi e la scuola subisce la concorrenza di potentissimi mezzi di comunicazione sociale di tipo tradizionale (come la televisione e la radio) e di quelli nuovi diffusi attraverso la rete, che subissano i ragazzi di messaggi spesso ambigui e diseducativi (per usare degli eufemismi). Certo siamo tutti consapevoli, come ricorda la relazione del Senato, che i cellulari possono produrre danni fisici (miopia, obesità, ipertensione, disturbi muscolo-scheletrici, diabete) e danni psicologici (dipendenza, alie-

nazione, depressione, irascibilità, aggressività, insonnia, insoddisfazione, diminuzione dell'empatia). Ma siamo certi che basti vietarne l'uso per risolvere il problema?

Ha ragione Maurizio Tucci che spiega nel suo saggio "Adolescenza non luogo" che durante il Covid abbiamo utilizzato gli adolescenti secondo la nostra convenienza: siamo stati noi a mettere loro in mano i cellulari, per fare la didattica a distanza, e adesso che i nostri adolescenti sono incapaci di costruire autentiche relazioni personali, ma tengono acceso il cellulare sotto il banco e sono costantemente connessi, magari con il proprio compagno di banco, pensiamo davvero di poter risolvere tutto con i divieti? I ragazzi non hanno bisogno di divieti, ma, spiega lo psicologo e consulente psicopedagogico Ezio Aceti, "di testimoni credibili che nutrano il loro pensiero avido di modelli con cui confrontarsi e hanno bisogno di educatori che sappiano aprire le porte del futuro affinché sogni, desideri, progetti possano trovare risposte". La relazione del Senato, che pure ha degli spunti interessanti, tra l'altro invita a vietare l'accesso degli smartphone nelle classi e al contempo raccomanda di incoraggiare, nelle scuole, la lettura su carta, la scrittura a mano, e l'esercizio della memoria. Ma l'idea di te-

nere gli studenti isolati dal mondo, come l'Emilio di Rousseau, è del tutto anacronistica. La lettura, la scrittura su carta, l'esercizio della memoria sono abilità; ben altra cosa sono la competenza della comunicazione nella madre lingua, che consiste nella capacità di esprimere ed elaborare concetti, pensieri, sentimenti, fatti e opinioni in forma sia orale che scritta, interagendo in un vasta gamma di contesti culturali e sociali, e la competenza digitale che consiste nel sapere utilizzare con dimestichezza e spirito critico le tecnologie della società dell'informazione per il lavoro, il tempo libero e la comunicazione.

Gli obiettivi del PNRR ITALIA per la digitalizzazione delle scuole prevedono un investimento che concede un finanziamento di 2,1 milioni di euro per la trasformazione di 100mila classi in ambienti di apprendimento innovativi e la creazione di laboratori per le professioni digitali del futuro, in sinergia con i 900 milioni di euro di fondi strutturali REACT EU, attualmente in corso di attuazione. Le scuole che aderiscono al progetto dovranno trasformare il 50% delle proprie aule in ambienti educativi innovativi, che prevedono in ogni aula, oltre a banchi mobili o combinabili e alla LIM, anche la connessione alla banda larga, un video proiettore, un computer per docente, un computer ogni 4-5-alunni, una web-cam e un tablet per ciascun alunno.

Dopo che avremo fornito ai nostri alunni tutti questi strumenti, non avranno più bisogno degli smartphone in classe, e se noi educatori non impareremo presto a governare l'impiego di tutti questi strumenti, i nostri alunni resteranno connessi tutto il giorno, senza bisogno dei cellulari, e non ci daranno più ascolto.



## QUALCHE DOMANDA SUI DIVIETI

Niente più telefoni durante le lezioni: vengono ritirati alle otto del mattino e consegnati all'uscita, secondo la disposizione, appena emanata dal Ministero dell'istruzione, che vieta l'uso dei dispositivi elettronici a scuola. Norma, per altro, già da tempo autonomamente introdotta da alcune scuole.

La maggior parte degli insegnanti dichiara che a causa del cellulare tantissimi studenti non seguono le lezioni, si distraggono facilmente e non si impegnano nella maniera giusta. Qualcuno dice anche che, con il ritiro del telefonino, gli alunni saranno più concentrati e responsabili a scuola e, come conseguenza, anche più propensi a studiare a casa. Magia!!!

Ma facciamoci qualche domanda: se il cellulare viene tolto agli alunni, perché considerato un elemento di distrazione, chi garantisce che loro non troveranno un altro modo per distrarsi? Lo studente che non vuole seguire con attenzione le lezioni e che non è interessato alle spiegazioni dei professori, con o senza il cellulare, troverà sicuramente un altro "oggetto" da utilizzare per far passare il tempo più velocemente. E' proprio impossibile, allora, pensare ad una scuola che riesca ad interessare gli studenti a prescindere dal fatto che abbiano il telefono in tasca o chiuso nel cassetto della cattedra? Ma il discorso su una scuola "interessante" ci porterebbe lontano e qui ci limitiamo a parlare del telefonino e quindi, per tornare al telefonino, rendiamoci conto che oggi questo strumento fa parte della vita di tutti noi, adolescenti ed adulti, insegnanti compresi. Molti (non solo adolescenti) hanno "dentro" tutta la loro vita e rischiano di esserne totalmente dipendenti.

Quel che è vero è che non abbiano mai ricevuto un'educazione adeguata per quanto riguarda l'uso corretto, qualitativo e quantitativo, del cellulare. E allora, invece di sequestrarli (domanda "tecnica": in caso di evacuazione rapida chi si occupa della redistribuzione dei cellulari?), perché non si pensa ad insegnarci ad usarli in maniera giusta ed efficace?

Perché non sfruttare le enormi potenzialità che questi strumenti hanno per scopi didattici ed educativi, così come tanti, anche ad altissimo livello, li utilizzano per lavoro? Perché non inserirli nel piano didattico come strumenti attraverso i quali si potranno apprendere più cose rispetto al programma scolastico "normale"?

Ma anche: non c'è modo di far capire ad uno studente, anche attraverso una giusta sanzione, che utilizzare il cellulare durante una lezione è una mancanza di rispetto nei confronti dei docenti, ma anche dei compagni?

Forse rispondere a queste domande, alcune probabilmente anche ingenua, sarebbe più utile che risolvere tutto con un divieto.

*Elena Gavrilita*

# Valmood™

Integratore alimentare a base di  
*affron*® (estratto di zafferano),  
Vitamina B3 e Vitamina C



Per il foglietto  
illustrativo  
inquadrare  
il QR Code

*affron*® può risultare  
utile per favorire  
il normale tono  
dell'umore



**VALEAS spa**  
**Industria Chimica e Farmaceutica**  
via Vallisneri 10 - 20133 Milano

**VALEAS** Nature Line 

# OBIETTIVO: ZERO CARIE A 20 ANNI

***Durante la pandemia la mascherina ha nascosto la bocca anche ai dentisti. Ora, secondo le nostre ricerche, la situazione è migliorata. Ma la strada della prevenzione è ancora lunga***

**Giampietro Farronato**

*Ordinario di odontoiatria e Membro Consiglio Direttivo di Laboratorio Adolescenza*



Igiene orale: estetica o attenzione alla salute? E' questa la domanda che ci si pone spesso quando ci riferiamo agli adolescenti. Da alcuni anni Laboratorio Adolescenza e la Clinica Odontoiatrica dell'Università di Milano stanno effettuando delle survey su un campione rappresentativo di adolescenti della città di Milano e nazionale (grazie, quest'ultimo, al supporto incondizionato di Align Italia) proprio per cercare di dare risposta a questa domanda.

Il lungo periodo Covid certamente non ha giovato alla cura dell'igiene orale. Durante la pandemia la frequentazione del dentista da parte degli adolescenti si è fortemente diradata e limitata a motivi di assoluta necessità, trascurando molto i programmi di prevenzione oro-dentale. Non solo: è diminuita (e questo lo hanno confermato anche i dati dell'edizione 2021 della nostra indagine) anche la frequenza con la quale si spazzolano i denti. La

causa va certamente ricercata nell'isolamento sociale (specie dei primi mesi di pandemia) e nell'utilizzo prolungato della mascherina che ha nascosto la bocca. E questa evidenza conferma, purtroppo, che per molti adolescenti spazzolare i denti e avere un alito profumato attiene essenzialmente a ragioni di tipo estetico-sociale.

La situazione, nel 2022, ha iniziato a migliorare lentamente, ma c'è ancora molta strada da fare per arrivare agli obiettivi che sarebbe opportuno raggiungere per una adeguata cura dei denti e del cavo orale. Infatti il 57% degli adolescenti intervistati afferma che nei due anni di pandemia è andato dal dentista "mai" (23,3%) o al massimo 1 o 2 volte. E solo un terzo (34%) per un controllo generale e non per una emergenza.

Se questa è la realtà, evidenziata dai risultati delle survey e confermata da quanto riscontrato sul campo da chi lavora in questo settore, l'obiettivo che ci dobbiamo porre è quello di identificare le strategie di comunicazione migliori per intercettare gli adolescenti e far comprendere loro che mai, come per l'igiene orale, estetica e salute vanno di pari passo.

Resta poi il limite che per la stragrande maggioranza degli adolescenti igiene orale significa solo spazzolino da denti e dentifricio, mentre è residuale la percen-

tuale di chi utilizza abitualmente (o anche solo occasionalmente) il filo interdentale e gli scovolini che sono invece strumenti indispensabili per una pulizia accurata e profonda. Avere denti sani, puliti e dritti non solo migliora il sorriso, ma garantisce uno stato di salute migliore. Le attuali conoscenze in campo odontoiatrico sul fronte della malattia cariosa e malattia parodontale ci consentono di affermare che un giovane inserito in un programma di prevenzione può raggiungere un duplice obiettivo: zero carie a 20 anni e conservare tutti i denti nell'arco di tutta la vita.

Tali aspetti non hanno solo una ricaduta diretta sull'estetica del sorriso e del volto, ma anche ripercussioni dirette sull'apparato digerente, respiratorio, cardiocircolatorio e immunitario, sulla postura ecc., giustificando l'affermazione che la salute dell'apparato stomatologico contribuisce in grande parte alla salute dell'intero organismo.

Se poi consideriamo che il sorriso è quanto di più rappresentativo nella vita di relazione (l'uomo è l'unico essere che mostra i denti per socializzare e non per minacciare l'interlocutore), comprendiamo la grande ricaduta sull'equilibrio psichico.

I capisaldi per ottenere questi obiettivi sono rappresentati da:

- igiene alimentare;
- igiene orale personale;
- igiene orale professionale;

– controlli odontoiatrici periodici. Importantissimo, in tutto questo, anche il raddrizzamento e l'allineamento dei denti attraverso l'utilizzo di un apparecchio ortodontico. Questo perché l'esigenza di farlo non riguarda solo l'aspetto estetico, in quanto la cattiva posizione dei mascellari e dei denti determina alterazioni funzionali locali e generali, e rende per lo più complicato il mantenimento di un'adeguata igiene orale e professionale.

Proprio su questo aspetto, se da un lato è positivo rilevare (dai risultati delle nostre indagini) che il 57% degli adolescenti afferma di non essere condizionato, nel mettere "l'apparecchio", dal fattore estetico, dall'altro c'è un 40% che, invece, soffre l'impatto estetico, il che potrebbe mettere addirittura a rischio la stessa adesione all'utilizzo.

Non è un caso, tra l'altro, che la preoccupazione riguardo l'impatto estetico dell'apparecchio ortodontico aumenti in proporzione a quanto ragazze e ragazzi affermino di essere condizionati, nella autovalutazione del proprio aspetto fisico, dal giudizio di amici e compagni, ma anche da quanto subiscano il condizionamento estetico di influencer e fashion blogger. E, visto il trend, è verosimile ipotizzare che l'attenzione all'estetica tenderà ad aumentare.

La sorpresa invece, per chi forse lo immaginava un fenomeno più femminile, è che la percentuale dei maschi che subiscono questo tipo di condizionamenti estetici è del tutto confrontabile a quella che emerge riguardo le ragazze. Un ultimo dato interessante è che l'attenzione complessiva all'igiene orale risulta maggiore tra gli adolescenti che praticano una attività sportiva e, quindi, dimostrano una maggiore attenzione verso il benessere e la salute.

# ADOLESCENZA IN ANTICIPO

**Non si sa ancora perché. Ma è stato accertato da diverse ricerche che la pandemia, nei momenti di picco, ha indotto molti casi di pubertà precoce**

**Gianni Bona**

*Pediatra, endocrinologo*

Tra i tanti effetti più o meno drammatici causati dal Covid-19, ce n'è uno sul quale gli scienziati si stanno ancora interrogando: l'anticipo della pubertà, rilevata da diversi studi in tutto il mondo, durante le fasi di picco della pandemia.

La pubertà è una fase del processo di sviluppo dell'organismo in cui compaiono i caratteri sessuali secondari (seno nelle ragazze, pelo pubico in entrambi i sessi) e le gonadi acquisiscono la capacità riproduttiva, con una serie di cambiamenti somatici e comportamentali che portano un bambino nel mondo degli adolescenti. I meccanismi che regolano l'avvio e l'evoluzione dello sviluppo puberale sono guidati da fattori genetici in primo luogo, ma un ruolo non secondario riguarda diversi fattori ambientali. Questo delicato bilancio tra fattori endogeni ed esogeni è responsabile di un inizio normale della pubertà o di eventuali deviazioni.

Nel corso degli ultimi decenni si è verificato in tutto il mondo un continuo anticipo dell'avvio e del completamento della pubertà, definito secular trend, che sia pure in maniera meno evidente e non in tutti i Paesi è ancora presente oggi. In un ampio studio da noi effettuato nel nord ovest del nostro Paese nei primi anni 2000 avevamo osservato un anticipo dell'esordio puberale di oltre 10 mesi in media rispetto a quanto riscontrato nella stessa area 30

anni prima. Le cause di questo avvio anticipato sono state attribuite a fattori non genetici, in particolare al miglioramento della nutrizione dei nostri ragazzi, dato che non sono possibili effetti genetici in un tempo così breve. Oggi si considera ancora normale la comparsa dei caratteri sessuali secondari a partire dagli 8 anni nelle femmine e 9 nei maschi. Dato che sto scrivendo su una rivista che si occupa di adolescenti, è bene sapere che quando compaiono i primi segni che delineano l'avvio della pubertà è cominciata l'adolescenza. Talora si parla di preadolescenza quando ci si riferisce strettamente alla fase dello sviluppo puberale che si conclude con il menarca nella ragazza e con la spermatogenesi nel maschio, ma gli endocrinologi concordano sulla decorrenza dell'adolescenza a partire dalla comparsa del seno (telarca) nella femmina e del pelo pubico (pubarca) nel maschio. Quando accade rispettivamente prima degli 8 o 9 anni a seconda del genere,



femminile o maschile, avremo una pubertà precoce. Maurizio Tucci ha definito l'adolescenza come un non-luogo, ma potremmo parlare anche di non-tempo.

Poi improvvisamente è entrato in gioco un fattore che ha sconvolto il mondo e, a quanto pare, anche i tempi dell'adolescenza. Dal febbraio 2020 il Sars-Cov2 ha cambiato la nostra vita: pandemia e lockdown hanno stravolto le nostre abitudini e i più fragili, insieme agli anziani, i bambini e gli adolescenti, hanno avuto enormi conseguenze di natura fisica, neuropsicologica e relazionale legate non solo al Covid-19 ma anche all'indotto provocato dal virus.

Dalla primavera del 2020, pochi mesi dopo l'esordio della pandemia, sono comparse le prime segnalazioni inizialmente su casi sporadici di pubertà precoce in larga misura femminile, ma anche di pubertà accelerata, cioè di uno sviluppo che si completa in pochi mesi a fronte di un tempo normale di 18-24 mesi dall'esordio. Il primo lavoro comparso in letteratura è dell'estate del 2020 condotto da Stefano Stagi di Firenze, che ha descritto in pochi mesi 37 nuovi casi di pubertà precoce e 12 di pubertà accelerata. Il numero di nuove diagnosi superava di 1,5 volte la media dei casi osservati nei precedenti cinque anni. L'au-

tore nelle sue conclusioni ipotizzava che fattori ambientali come l'aumentato uso di device elettronici durante il lockdown potessero avere avuto un ruolo nell'avvio della pubertà e nella sua rapida progressione. Nel 2022 sono seguiti altri lavori di ricercatori di tutto il mondo che hanno riportato dati simili di incremento e in particolare uno studio multicentrico di 8 centri italiani di endocrinologia pediatrica, coordinato da Marco Cappa di Roma, che ha descritto fra i pazienti osservati una percentuale di casi di pubertà precoce nelle femmine nel 2020 quasi doppia rispetto al 2019 (42% verso 26%). I dati antropometrici e ormonali delle pazienti erano simili nei due anni, ma tra i dati comportamentali erano risultati diversi la sedentarietà e l'uso di device elettronici, molto aumentati anche quando confrontati col resto della popolazione dei coetanei del 2020. Anche in Cina, luogo di origine della pandemia, sono stati pubblicati lavori che hanno confermato questo trend, ad Hangzhou, e soprattutto a Shanghai con un aumento dei casi di tre volte, nel 2020-2021, rispetto alla media dei 5 anni precedenti (vedi figura).

Alla fine del 2022 poi è comparso uno studio effettuato a San Diego (USA) che ha riportato per la prima volta dopo il secondo picco

pandemico una percentuale di pubertà precoce passata dall'1,2% dell'era pre-Covid al 2,8% [28 nel 2018/19 verso 64 nel 2021/22], con la presenza anche di maschi (7) fra i soggetti coinvolti e senza variazioni importanti dell'Indice di Massa Corporea.

Negli oltre 10 studi a oggi pubblicati, peraltro quasi tutti con numero di casi limitato, sono state formulate diverse ipotesi patogenetiche alla base di queste osservazioni: (vedi riquadro) stress

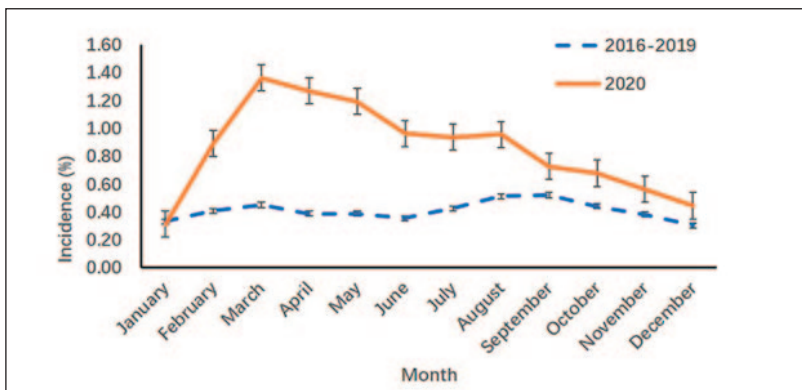
### I possibili effetti della pandemia

- Effetto diretto del virus
- Stress, ansia, paura
- Riduzione dell'attività fisica
- Aumento della sedentarietà
- Aumento dell'Indice di Massa Corporea
- Aumento del tempo passato davanti a schermi
- Cattiva qualità del sonno
- Deficit di vitamina D
- Esposizione a interferenti endocrini

emotivi, alimentazione scorretta, ridotta attività fisica ed aumento della sedentarietà, aumentato uso di device elettronici, cambiamento delle abitudini del sonno, aumentata esposizione ad interferenti endocrini. Ma quella che sembra essere al momento più credibile secondo lo studio americano citato è un possibile effetto diretto del virus Sars-Cov-2 a livello delle aree del cervello che governano i meccanismi di attivazione della pubertà. Una sorta di effetto long-Covid sui generis ovviamente tutto da confermare.

Alla luce di quanto osservato in questi tre anni di pandemia, tutti i lavori concordano sulla necessità di ulteriori studi con un più ampio numero di pazienti per comprendere quali fattori patogenetici hanno contribuito alla più elevata incidenza di casi di pubertà precoce e accelerata in associazione al Covid-19 e se questo trend continuerà dopo la fine della pandemia e la completa ripresa delle normali abitudini quotidiane.

### Che cosa è successo a Shanghai?



Incidenza mensile di pubertà precoce femminile prima (2016-2019) e durante (2020) la pandemia da Covid-19 in pazienti ambulatoriali a Shanghai (Chen et Al. *Frontiers in Pediatrics*, 2022)

# IL SENNO DA RECUPERARE

*Tra saggistica e autobiografia, un viaggio nella memoria che ci insegna quanto abbiamo da imparare dalla nostra stessa infanzia e dall'adolescenza*

**Maurizio Tucci**

Fulvio Scaparro, quando scrive qualcosa, va sempre a segno e lo ha fatto anche con "Il senno di prima", uscito di recente. Il suo "segreto" è di riuscire a sollecitare la nostra attenzione su aspetti anche complessi, con estrema semplicità e chiarezza. Un "divulgatore", nel senso più alto del termine, che riesce a renderci immediatamente partecipi e confidenti. In più – suggestivo espediente che Scaparro utilizza spesso nei suoi scritti – anche in "Il senno di prima" l'autore armonizza il racconto intimista del passato personale (prevalentemente riferito agli anni dell'infanzia e dell'adolescenza) con considerazioni generali e di ampio respiro. A metà tra saggistica e narrativa autobiografica, il libro raccoglie il meglio dei due generi "addottorandoci" con levità.

Particolarmente interessante è il doppio registro su cui "Il senno di prima" si dispiega: da un lato Scaparro ci racconta l'infanzia o l'adolescenza (o meglio, ce la riporta alla memoria, considerando che tutti l'abbiamo vissuta), dall'altro ci dice come dall'atteggiamento dei bambini e degli adolescenti avremmo molto da apprendere per vivere nel miglior modo possibile tutte le stagioni della vita.

Per farlo Scaparro parte dal "gioco", elemento essenziale nella vita di un bambino, per sperimentare e misurarsi, ma anche metafora della vita stessa in quanto – scrive l'autore – "Il gioco è continua altalena tra sicurezza e rischio, riposo e avventura, attacco



*Il senno di prima, ed. Salani - € 16,00*

e difesa, alla ricerca di equilibri vincenti e sempre precari. [...] Il bambino gioca in modo spontaneo e naturale, ma gioca anche l'adulto, soltanto in modo diverso, clandestino, talvolta mascherato, perché il gioco appartiene alla costituzione ontologica dell'esistenza umana".

L'adulto dovrebbe però sentire anche la responsabilità di garantire ai bambini e agli adolescenti tre elementi altrettanto indispensabili per una loro crescita: serenità e pace, esempio, confini. Compiti che non sempre i genitori assolvono in modo adeguato. Scaparro cita, in proposito, le liti familiari, un "esempio" di vita (da trasferire ai figli) tutt'altro che virtuoso, e la mancanza o l'incertezza riguardo ai limiti da porre agli adolescenti,

affinché comprendano dove inizia la trasgressione alla quale naturalmente sono portati.

In "Il senno di prima" c'è questo e tanto altro. Nessuna verità rivelata, Scaparro ha il buongusto di non farlo mai, ma un prezioso fascio di luce per mettere in evidenza sfumature e dettagli sulla psicologia dei bambini e degli adolescenti, e farci riflettere su di loro e su di noi.

Concludo questa breve recensione con un'annotazione molto personale: anche la lettura di un libro – proprio come un gioco – è una continua altalena tra razionalità ed emozione, e l'emozione è legata alla sfera più intima.

Per questo "Il senno di prima", oltre ad interessarmi e piacermi, mi ha emozionato quando ho ritrovato nelle parole di Fulvio (il che è garanzia di qualità) un concetto che io, in forma e contesto completamente diversi, avevo espresso anni fa in un mio racconto.

*"La qualità della nostra esistenza dipende dall'equilibrio che hanno trovato le tendenze opposte che sempre agiscono in ogni nostro pensiero, azione, gesto".*

*F. Scaparro*

*"Magia di un equilibrio instabile, sorretto proprio dal bilanciarsi, in ogni momento e in ogni luogo, di pulsioni di segno contrario; dal convivere di ogni stato d'animo col proprio opposto".*

*M. Tucci*

# NOTTI INQUIETE ANCHE DOPO LA PANDEMIA

*I disturbi del sonno evidenziati dalle nostre ricerche durante i lock down sono in parte diminuiti, ma in molti aspetti "cronicizzati"*

Simona Mazzolini

Avevamo già parlato di "adolescenti e sonno" nel numero 1-2021 di Laboratorio Adolescenza Magazine, confrontando i risultati di due indagini realizzate da Laboratorio Adolescenza e Istituto di ricerca IARD nel 2019 e 2021.

Se già quanto emergeva nel 2019 era considerato allarmante da medici ed esperti, la situazione evidenziata dall'indagine 2021 era risultata nettamente peggiore, sia riguardo le ore di sonno notturno, sia riguardo la qualità del sonno. (vedi tabella1).

La causa di questo netto peggioramento, in un quadro che comunque peggiorava nel tempo, ma in modo meno repentino, era stata interpretata come una delle tante conseguenze non sanitarie della pandemia Covid sugli stili di vita. Di tutti ma, per quello che qui ci riguarda, degli adolescenti. E come per tutti i fenomeni che si sono in qualche modo considerati effetti diretti o indiretti del Covid, anche per le cattive abitudini relative al sonno la conclusione era stata un interrogativo: cessata l'emergenza si ritornerà alle abitudini passate, o no? Per quanto riguarda le "notti" degli adolescenti la risposta emersa dalle evidenze è: "NI". Riguardo l'orario in cui dichiarano di andare a dormire si è registrato un calo percentuale



abbastanza netto, rispetto al 2021, di chi afferma di farlo dopo le 23.00 (47% vs 58,3%), ma siamo ben lontani dal "ritorno" al 2019. Inoltre va considerato che il leggero anticipo riguardo l'orario in cui si va a dormire si associa, con la ripresa della scuola in presenza, ad un risveglio mattutino inevitabilmente anticipato di almeno un'ora rispetto all'anno

Covid. Per cui, alla fine, il "saldo" delle ore di sonno resta sostanzialmente uguale.

È invece rimasta sostanzialmente immutata la percentuale di chi afferma di fare fatica ad addormentarsi (71,5% vs 73,4%), ma è in ulteriore aumento, anche rispetto al 2021, se ci riferiamo solo alle ragazze (78,6% vs 74,4%).

Tabella 1

|   | 2019  | 2021  |
|---|-------|-------|
| Vado a dormire dopo le 23.00  | 23,0% | 58,3% |
| Faccio fatica ad addormentarmi  | 63,0% | 73,4% |
| Mi capita spesso di svegliarmi durante la notte e non riuscire più ad addormentarmi | 7,1%  | 15,4% |

Tabella 2

|                                   | 2019  | 2021  |
|-----------------------------------|-------|-------|
| La sera mi vengono tanti pensieri | 53,8% | 54,3% |
| Mi sento nervoso/a                | 47,1% | 55,9% |
| Mi sento triste                   | 37,9% | 47,8% |





## I RIMEDI PER "AGGANCIARE" IL SONNO

La notte appare quindi sempre di più, per gli adolescenti, uno spazio destinato non a dormire, ma a proseguire – indisturbati – le attività di relazione sui social o la visione di infinite “serie” sulle piattaforme specializzate, o di short video e “POV” (Point of View) sugli onnipresenti Instagram e TikTok. Non a caso l’abitudine di avere lo smartphone acceso H24 (quindi notte compresa) riguarda oltre il 75% della generazione Z e dintorni. E il fenomeno, che il Covid aveva accelerato, sembra essersi radicato. Ma, al di là degli aspetti “matematici” di un’ora in più o un’ora in meno di sonno, ciò che sta cambiando, in negativo, è il “mood” generale degli adolescenti. Tra le motivazioni che gli adolescenti indicano come causa della difficoltà a prendere sonno calano, rispetto al passato, quelle riferibili a qualche aspetto concreto (la scuola, problemi in famiglia, problemi con gli amici) e aumentano quelle più vaghe e generali come tristezza, pensieri negativi, nervosismo (vedi tabella 2). D’altra parte il 48,5% dei ragazzi e addirittura l’82,6% delle ragazze (dati Laboratorio Adolescenza – IARD 2022) afferma di sentirsi triste, più o meno spesso, senza motivo. Anche i disturbi del sonno andrebbero quindi “letti” più con un grandangolo che con un teleobiettivo, e inquadrati in un contesto più ampio. Ancora una volta, quando ci riferiamo agli adolescenti, appare evidente quanto sia indispensabile un approccio che tenga conto contemporaneamente delle componenti fisiche, psicologiche e sociali. Una complessità che per altro conferma – e ci fa piacere constatarlo – che l’intuizione che ci ha spinto a far nascere Laboratorio Adolescenza, proprio con questi obiettivi, era giusta.

La “deprivazione del sonno”, come si dice in gergo tecnico, è un comportamento disfunzionale che ha gravi ripercussioni sulla salute sia fisica che psichica di una persona. Per quel che riguarda gli adolescenti, il calo del rendimento scolastico o la difficoltà a concentrarsi e seguire una lezione, ma anche alcune reazioni nervose sono purtroppo sempre più all’ordine del giorno nelle scuole, e la motivazione è spesso proprio riconducibile al poco riposo notturno.

Da che cosa dipende “tecnicamente” la nostra capacità di addormentarci? Ad essere responsabile del nostro dormire è un ormone prodotto da una ghiandola posta alla base del cervello – la melatonina – che agisce sull’ipotalamo e ha la funzione di regolare il ciclo sonno-veglia. La melatonina viene prodotta in assenza di luce, poco dopo la comparsa dell’oscurità (ragione per cui la notte è il naturale momento in cui gli esseri umani dormono) e le sue concentrazioni nel sangue aumentano rapidamente raggiungendo il massimo tra le 2 e le 4 di notte per poi ridursi gradualmente all’approssimarsi del mattino.

“Che fare” quando il problema si pone, ce lo dice **Giovanni Biggio**, Professore Emerito di Neuropsicofarmacologia all’Università di Cagliari:

*Il primo e più efficace rimedio per aiutare l’organismo ad “agganciare” il sonno, ripristinare e normalizzare il “ritmo circadiano” (indispensabile per il complessivo benessere dell’organismo, senza indurre effetti avversi) è proprio assumere, tra un’ora e un’ora e mezzo prima di andare a dormire, questa preziosa melatonina nella formulazione a rilascio prolungato. Importante sottolineare che la melatonina non è assolutamente da considerare un ipnotico “sonnifero” a rapida azione, ma è un prodotto naturale; molecola prodotta dall’organismo umano per garantire un ottimale ritmo circadiano (ritmo sonno/veglia) e favorire il fisiologico processo dell’addormentamento. La sua innocuità è tale che può essere prescritta senza problemi anche ai bambini piccoli nei quali i problemi di sonno sono frequenti.*

*Riferendoci agli adolescenti, è parallelamente opportuno cercare di far modificare loro alcune abitudini serali e notturne, in particolare l’uso eccessivo di smartphone e computer che sono di per sé un ostacolo alla naturale produzione di melatonina (a causa delle luce bianca/bluastro degli schermi) da parte dell’organismo e che spesso si traducono in una disregolazione del normale ritmo sonno/veglia.*

*Agli adolescenti che presentano disturbi del sonno potrebbe essere molto utile associare alla supplementazione di melatonina a rilascio prolungato anche una integrazione a base di estratti dello zafferano: un altro prodotto naturale che grazie alle peculiari azioni di due sue importanti componenti (crocina, e safranale) è in grado, facilitando la funzione delle sinapsi GABAergiche, di favorire il fisiologico processo di addormentamento e, attraverso una efficace azione di modulazione sulle monoamine, di esercitare significativi effetti positivi sul tono dell’umore, agendo su quella irritabilità e quel cattivo umore che sono tra i primi effetti della mancanza di sonno.*

S.M.

# TALASSEMIA: I TRE SOSTEGNI PER CRESCERE

Sara Lanzini

Psicologa Fondazione De Marchi

Ad oggi, secondo le stime ufficiali, le malattie croniche colpiscono circa un adolescente su 200: la vita dei ragazzi con una patologia cronica richiede la presa di coscienza e la consapevolezza che la patologia li accompagnerà durante la loro crescita e nei successivi anni di vita.

Nello specifico, la Beta Talassemia è una patologia cronica complessa, ereditaria, ad esordio precoce: le persone affette dalla malattia presentano una diminuzione dell'emoglobina, la proteina contenuta nei globuli rossi che trasporta l'ossigeno, e tale condizione provoca grave anemia e richiede regolari emotrasfusioni. Se viene regolarmente trattata, è una malattia che non compromette la crescita e lo sviluppo dei bambini, ma che necessita di una presa in carico completa e continuativa.

Possiamo quindi ben comprendere come in una fase complessa come l'adolescenza la condizione stessa di malattia, le difficoltà ad essa associate e le cure mediche necessarie possono limitare la corsa all'autonomia del ragazzo o della ragazza rendendo più difficoltoso quel processo di separazione-individuazione dalle figure genitoriali. La patologia influenza sia il rapporto con il corpo sia lo spazio psichico ed emotivo ed essendo una costante nella vita del ragazzo può portare a dei cambiamenti importanti nei rapporti sociali, nelle relazioni affettive e nella routine quotidiana. La malattia cronica, in questa circostanza, può facilmente trasmettere la sensazione di essere soli e poco compresi, nel particolare contesto evolutivo dell'adolescenza.

Cosa si può quindi fare per consentire anche agli adolescenti affetti da Talassemia di vivere un'adolescenza quanto più serena possibile? Nell'affrontare un disturbo cronico, che può essere mantenuto sotto controllo ma purtroppo non guarire mai del tutto, la presa in carico non deve essere fatta nell'ottica di dare ai ragazzi solamente i migliori trattamenti clinici possibili, benché ovviamente fondamentali, ma anche di considerare tutti quegli aspetti direttamente legati alla qualità di vita, tra i quali naturalmente le aspirazioni future, i bisogni, la qualità delle relazioni e i valori personali. Ecco che in quest'ottica l'applicazione del modello bio-psico-sociale risulta essere fondamentale per considerare tutti gli aspetti



rilevanti per una buona crescita anche in un contesto di malattia. Tale modello prende in considerazione i tre livelli fondamentali e precisamente quello biologico (il cambiamento corporeo, la crescita fisica, lo sviluppo sessuale), quello psicologico (l'identità corporea, le emozioni, l'affettività, il riconoscimento di sé come individuo) e sociale (le relazioni con i pari, le relazioni in ambito familiare, la voglia di indipendenza). È stato infatti dimostrato che gli adolescenti (ma anche le loro famiglie) che, nel corso del loro processo di crescita, sono stati seguiti integrando alle cure mediche anche il lavoro e il supporto strutturato alla presa di coscienza di tutti gli aspetti per loro rilevanti, hanno mostrato una comprensione e una mentalizzazione della patologia tale da garantire loro una maturità affettiva ed emotiva addirittura superiore a quella dei coetanei non affetti da patologia cronica (Vanni, 2005). Al contrario, nei casi in cui la malattia non venga vista nelle sue più ampie accezioni anche attraverso la comunicazione aperta con l'adolescente, tale vuoto comunicativo può avere delle conseguenze sui normali processi evolutivi (Maggiolini, Grassi et al, 2005). Sarebbe quindi auspicabile che il sostegno ai ragazzi e ai loro familiari diventi parte integrante del processo clinico, consentendo ai ragazzi affetti da patologia cronica di poter avere spazi di ascolto, confronto e scambio volti proprio a integrare l'esperienza di malattia all'interno del percorso di crescita, così da poter sempre avere una buona aderenza al percorso di cura e al rapporto con i familiari, il personale sanitario e i coetanei in un'ottica di crescita costruttiva.

## ADOLESCENTI E FUTURO

Al via l'edizione 2023 dell'indagine annuale sugli stili di vita degli adolescenti realizzata da Laboratorio adolescenza e istituto di ricerca IARD su un campione nazionale rappresentativo di 2800 studenti di età compresa tra i 13 e i 19 anni.

L'obiettivo dell'indagine di quest'anno – ovvero mettere a confronto gli adolescenti con il futuro – nasce dalla analisi dei risultati emersi dalle indagini degli ultimi due anni, ovviamente condizionati dalla pandemia Covid, che hanno fotografato un'adolescenza particolarmente insicura rispetto al futuro e psicologicamente fragile, che spesso reagisce con atteggiamenti di sfida o richiudendosi sempre più in sé stessa.

Partner scientifici della indagine di quest'anno – che ha il patrocinio della Società Italiana di Pediatria – la Società Italiana di Ginecologia dell'Infanzia e dell'Adolescenza (SIGIA), la Società Italiana di Cure Primarie Pediatriche della Lombardia, la Clinica Pediatrica Università di Pavia. E poi: l'AVIS (Associazione Volontari Italiani Sangue), il Corriere della Sera-Canale scuola e canale salute, la Federazione Italiana Titolari di Farmacia, l'Associazione Italiana Malati Cancro (AIMaC), il Rotary Club Milano Sempione e Pisa Galilei, il Centro Studi Internazionale Alfred Nobel Sanremo.

## LA VITA IN UN SORSO

Prosegue il progetto La Vita in un Sorso realizzato da Laboratorio Adolescenza e Rotary Club Milano Sempione (che lo ha in gran parte sostenuto economicamente) finalizzato a parlare agli adolescenti dei rischi derivanti dal consumo e dall'abuso di bevande alcoliche.

Dopo la produzione di un breve cortometraggio interamente realizzato da studenti delle scuole che hanno partecipato alla fase iniziale del progetto e alla identificazione delle informazioni più importanti da trasmettere agli adolescenti sull'argomento (grazie alla collaborazione di medici e psicologi messi a disposizione da Rotary Club Milano Sempione e Laboratorio Adolescenza), nei mesi scorsi si sono tenuti degli incontri-test in alcune classi arruolate in scuole medie inferiori e superiori di Milano per verificare l'efficacia dello strumento per sensibilizzare i giovani al problema, e metterlo a disposizione delle scuole milanesi, in larga scala, a partire dal prossimo anno scolastico.

## “LA COSCIENZA DI ZETA”

Prosegue il progetto La Coscienza di Zeta – seconda edizione – il cui obiettivo è far realizzare ai gruppi di lavoro di studenti delle scuole coinvolte un progetto per la valorizzazione / recupero di uno spazio, (cittadino o della scuola) degradato o sotto utilizzato. L'iniziativa è promossa, come attività di responsabilità sociale, da Lactalis Italia, gruppo leader nella produzione casearia, ed è realizzata da Laboratorio Adolescenza e dalla agenzia di comunicazione Mediatyche. E proprio Mediatyche per questo progetto ha vinto il terzo premio nella categoria CSR del Premio The PRize promosso da UNA Comunicazione (l'Associazione che riunisce tutte le agenzie di comunicazione, di pubblicità, e di PR italiane): il premio più autorevole e prestigioso del mondo delle Pubbliche Relazioni.

Come nella prima edizione, anche quest'anno La Coscienza di Zeta ha coinvolto sei scuole superiori dislocate in tutto il territorio nazionale: da Catania a Reggio Emilia, da Mondragone a Pavia, da Parma a Lucca. Nel mese di maggio sarà scelto il progetto ritenuto migliore da una giuria di esperti, progetto che sarà effettivamente realizzato, grazie ad un budget di 5000 euro messo a disposizione da Lactalis Italia, entro la fine del 2023.

## I DIRITTI E I DOVERI DEGLI ADOLESCENTI

E' in pieno svolgimento – nell'ambito del format di Laboratorio Adolescenza “Dillo con parole nostre” – il progetto pilota “La Carta dei Diritti e dei Doveri degli Adolescenti”. L'obiettivo è quello di sollecitare gli studenti coinvolti a scrivere una sorta di “carta dei diritti e dei doveri degli adolescenti” attraverso il rispetto della quale si possa avere una società da un lato più attenta alle esigenze degli adolescenti, dall'altro nella quale gli adolescenti possano sentirsi più direttamente coinvolti e partecipi, anche attraverso l'assunzione di specifici impegni e responsabilità.

I risultati che emergeranno da questa fase “pilota” verranno proposti, nell'anno scolastico 2023-2024, ad un'ampia selezione di scuole per essere da stimolo per una riflessione e un approfondimento sul tema che possa via via arricchire il lavoro già svolto.



# BIO MEDIA

La condivisione del sapere

“ Da oltre vent'anni al servizio della comunità scientifica ”



**Provider ECM  
residenziale e FAD**



**Servizi di Segreteria  
Società Scientifiche**



**Casa Editrice**



**Servizi web e strategie  
di comunicazione**



**Family Health  
Fascicolo Sanitario Digitale Personale**

Biomedica progetta, organizza e coordina eventi formativi ECM medico-scientifici residenziali e a distanza. È partner di numerose Società Scientifiche, editore in ambito sanitario, ed è attiva nell'ambito della comunicazione digitale, realizzando servizi sviluppati e gestiti *in house*.