

Più fragili le ragazze

Marco Malagutti

Bando agli stereotipi, gli adolescenti non hanno tutti lo stesso profilo di salute. Se ce ne sono molti in buona salute e comunque con una buona percezione di sé, ce ne sono altrettanti, forse di più, che mediamente stanno male per varie ragioni. E sono le ragazze, in genere, a vivere questo disagio in maniera prevalente. Un'ennesima conferma della complessità dell'analisi di questa età, per definizione ingrata, arriva dallo studio HBSC (Health behaviour in school-aged children) appena presentato a Viareggio nell'ambito della giornata italiana del Forum internazionale dell'OMS intitolata "Azioni integrate per favorire il benessere degli adolescenti". La ricerca HBSC, condotta con il supporto dell'Università di Siena, sotto la guida del professor Mariano Giacchi, ha riguardato un campione di 236 scuole su un target di alunni di 11, 13, 15 anni. Il rapporto si è sviluppato a largo raggio prendendo in esame i contesti più svariati: da quello familiare e scolastico, a quello dei coetanei, ma anche aspetti come le abitudini alimentari, la pratica di attività fisica, i comportamenti a rischio e il benessere percepito. Ne esce un quadro inevitabilmente articolato, ma ricco di spunti di riflessione.

Vite accelerate

La ricerca Hbsc viene condotta ogni quattro anni in un numero crescente di paesi europei e del Nord America, con l'obiettivo di creare una condivisione di dati. Quelli di questo rapporto fanno riferimento al biennio 2005-2006 e il report complessivo verrà pubblicato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, che è partner dell'iniziativa, nel 2008. Il rapporto prende in esame la salute dei giovani da una prospettiva molto ampia che va dagli aspetti fisici a quelli sociali a quelli psicologici. E si sofferma in particolare su quelli che vengono definiti comportamenti a rischio, cioè quelli dannosi a breve e lungo termine, che, purtroppo, tanto piacciono agli adolescenti: alcol e fumo su tutti. Il dato complessivo è che difficilmente i più giovani hanno un solo comportamento a rischio, anche perché spesso sono concatenati. Si pensi alla condizione di ubriachezza che aumenta la possibilità di rapporti sessuali a rischio. Ma la domanda ambiziosa che si fa il documento HBSC è perché lo fanno? In genere si analizza il comportamento a rischio come parte integrante dello sviluppo adolescenziale, ma quello che spaventa è che questi comportamenti sono sempre più anticipati. E sono anticipate anche le conseguenze avverse. La ragione principale sembra risiedere nelle aumentate pressioni che i giovani si trovano a fronteggiare. Quali?

Sotto pressione

Il rapporto ne identifica cinque: quella dei coetanei, quella delle famiglie, quelle della scuola, quelle della società in generale, i media soprattutto, e infine quella della comunità d'appartenenza. Scuola e coetanei sembrerebbero quelle più incalzanti, anche se le percentuali sono molto variabili in funzione della zona presa in considerazione. A una percentuale attorno al 70% riportata dalle 15enni inglesi oppresse dalla scuola, fa da contraltare una percentuale del 40% in Francia. Ma l'aspetto più inquietante del rapporto riguarda la percezione soggettiva del proprio benessere. Per tutti, maschi e femmine, cresce con l'età la

proporzione di salute definita “buona” a scapito della risposta “eccellente”. Ma se nei ragazzi rimangono costanti i valori “discreto” e sono in leggero calo i valori “scadente”, nelle ragazze le definizioni negative della salute aumentano con l’età. A 15 anni si avverte più netta la differenza di genere, con solo il 17,2% delle ragazze in possesso di una salute eccellente. I maschi a questa età si sentono più sicuri di sé. Altri dati significativi riguardano i comportamenti alimentari, non particolarmente sani, con solo il 18% dei giovani che assume frutta almeno una volta al giorno. E per il consumo di verdura i numeri sono ancora peggiori. Dalla fase di ricerca ora è necessario passare a politiche concrete e partecipate dai giovani stessi. Il contesto sociale, come osservava una recente analoga indagine condotta in Svizzera, non è proprio confortante. Legami sempre più fragili, genitori concentrati sui propri bisogni, insicurezza sulle prospettive future, media sempre più invasivi, mancanza di un discorso pubblico, e non ideologico, su problemi come quello delle droghe, una scuola non al passo con le sfide sociali. I problemi non sono solo dei giovani, perciò, ma della società intera. Sempre che qualcuno si ricordi che i giovani sono una risorsa. In teoria...

Fonti

Social pressures on children and risk taking behaviour

Ultimo aggiornamento: 12/10/07

http://www.dica33.it/argomenti/prevenzione/attivita_fisica/attivita_fisica13.asp
ATTIVITA FISICA