Giovedì, 17 Marzo 2016

Alla ricerca hanno partecipato 2.493 studenti, 152 classi e 80 scuole secondarie

Salute degli adolescenti: presentato il report HBSC

Lo studio HBSC sui comportamenti legati alla salute dei ragazzi in età scolare è un'indagine internazionale svolta in collaborazione con l'Ufficio regionale dell'Organizzazione mondiale della Sanità. In provincia di Trento è coordinata e promossa dai Dipartimenti provinciali Salute e solidarietà sociale, della Conoscenza, nonché dal Dipartimento prevenzione dell'Azienda sanitaria. Insieme a Okkio alla Salute (rivolto ai bambini di 8-9 anni), al sistema PASSI (adulti fra 18 e 69 anni) e a Passi d'Argento (dai 65 anni in su), questa ricerca fa parte di un sistema complesso di monitoraggi della salute che copre quasi l'intero arco della vita dei cittadini. La rilevazione in Trentino, presentata oggi alla stampa, è stata condotta alla fine del 2014 su 2.493 adolescenti di 11, 13 e 15 anni, distribuiti in 152 classi di 46 scuole secondarie di 1° grado e 34 scuole secondarie di 2° grado; a rispondere all'indagine sono stati il 95% delle classi e degli studenti selezionati.

"La salute, il benessere e i comportamenti salutari dei ragazzi trentini sono migliori rispetto alla media nazionale, analogamente a quanto avviene per adulti e anziani, tuttavia anche in Trentino ci sono alcuni aspetti da non sottovalutare - commenta l'assessore alla salute e politiche sociali, Luca Zeni -. Attraverso questa indagine possiamo comprendere meglio e con maggior accuratezza la salute e il benessere degli adolescenti, in un'età nella quale avvengono forti cambiamenti e dove, in genere, vengono prese decisioni importanti sulla salute e la carriera futura. Avendo questi dati a disposizione possiamo orientare di conseguenza le pratiche di promozione di salute e le politiche rivolte ai giovani". Fra i punti di maggiore criticità vi sono: "Il consumo di bevande alcoliche, il fumo di sigaretta e cannabis, la sedentarietà e i rapporti a volte conflittuali fra ragazzi e fra ragazzi e adulti che possono sfociare in episodi di rissa o bullismo, fenomeno quest'ultimo al quale contribuisce anche l'utilizzo molto diffuso e troppo precoce dei social media - spiega ancora l'assessore Zeni -. Infine dobbiamo prestare maggiore attenzione alle disuguaglianze sociali presenti nella salute, perché abbiamo visto che i ragazzi e le ragazze di famiglie in difficoltà, hanno maggiori probabilità dei loro coetanei più benestanti di assumere stili di vita poco salutari". Alla presentazione, oltre all'assessore Zeni, sono intervenuti Mariagrazia Zuccali, coordinatrice provinciale studio HBSC, Monica Zambotti del Dipartimento della conoscenza e Giorgio Colazzo, commissione salute e ambiente della Consulta provinciale degli studenti.

L'assessore Luca Zeni

Questi i principali risultati della ricerca HBSC sui comportamenti legati alla salute dei ragazzi in età scolare:

CONTESTO FAMILIARE

- **Struttura familiare**. La struttura della famiglia trentina è di tipo tradizionale. La grande maggioranza (84%) dei ragazzi intervistati vive con entrambi i genitori: il 72% con i soli genitori, il 12% anche con almeno un nonno. Circa un ragazzo ogni dieci (12%) vive con uno solo dei due genitori, quasi sempre la madre (11% solo madre vs 1% solo padre) e circa il 2% vive in famiglie ricostruite. Quasi tutti (88%) hanno almeno un fratello e/o una sorella: il 57% un unico fratello (o sorella), il 31% ha almeno 2 fratelli. Il restante 12% è figlio unico.
- **Situazione economica.** Aumenta rispetto al 2010 il numero di madri nate all’estero (dal 10% al 16%). Si conferma che il livello di scolarità delle madri è superiore a quello dei padri: il 66% (64% nel 2010) delle madri e il 54% (53% nel 2010) dei padri possiede almeno il titolo di scuola media superiore. Aumenta rispetto al 2010 il numero di madri nate all’estero (dal 10% al 16%). Lavora l'81% delle madri e il 96% dei padri. Sia il benessere percepito dai ragazzi che l'indicatore della

possibilità di consumo (FAS - Family Affluence Scale) suggeriscono condizioni economiche delle famiglie trentine relativamente buone, anche se in base all'indicatore FAS sono aumentate le famiglie con bassa condizione socio-economica, passate dal 9% del 2010 al 16% del 2014.

- **Rapporto coi genitori.** Parlare dei propri problemi con i genitori e in particolare parlarne con la madre (80% vs 62% con il padre) è cosa abbastanza comune. La comunicazione con i genitori risulta più facile ai ragazzi rispetto alle ragazze a prescindere dall'interlocutore. La facilità di comunicazione, però, si riduce al crescere dell'età del ragazzo (89% negli 11enni, 80% nei 13enni e 78% nei 15enni) e al diminuire del benessere economico familiare percepito dal ragazzi.

CONTESTO SCOLASTICO E AMICALE

- **Struttura scolastica.** Quasi nessun dirigente scolastico rileva importanti problematiche nell'area in cui è situata la scuola; tra gli aspetti di natura ambientale il traffico veicolare è ritenuto un problema rilevante per il 6% dei dirigenti scolastici e moderato per il 19%. Per quanto riguarda il contesto sociale viene segnalato come moderatamente preoccupante il consumo di droghe e l'abuso di alcol rispettivamente da parte del 30% e del 6% dei dirigenti scolastici. I dirigenti scolastici di gran parte delle scuole campionate ritengono soddisfacenti le risorse strutturali della scuola; tuttavia, per circa il 20% delle scuole viene segnalata l'inadeguatezza di spazi fisici interni ed esterni all'edificio scolastico.
- **Rapporto con gli insegnanti.** Il rapporto con gli insegnati, molto buono per gli studenti della prima media, si deteriora con l'aumentare dell'età dei ragazzi e varia in relazione al genere: le 11enni, a differenza delle 15enni, esprimono in percentuale più elevata dei coetanei maschi un giudizio positivo nella relazione con gli insegnanti. Indipendentemente dal genere, tra i 15enni, circa un ragazzo ogni cinque esprime un giudizio negativo nella relazione di fiducia con gli insegnanti, uno su cinque dichiara di non sentirsi trattato giustamente dagli insegnanti.
- **Rapporto con i compagni.** Il giudizio espresso dai ragazzi sui rapporti tra compagni di scuola è molto positivo. Nello studio del rapporto degli adolescenti con i compagni di scuola è stato approfondito il tema del **bullismo**: ben un quarto dei ragazzi di 11 anni ha subito atti di bullismo, valore che si abbassa con il crescere dell'età. Anche la percentuale di chi dichiara di aver partecipato ad atti di bullismo è maggiore nelle età più giovani. È elevata la percentuale di ragazzi delle scuole medie che sono coinvolti in risse (31%), fenomeno che si ridimensiona nei ragazzi più grandi. Il bullismo e il partecipare ad atti violenti si concretizzano maggiormente tra i maschi.
- **Rapporto tra pari.** I rapporti con gli amici sono buoni; la maggior parte dei ragazzi ha degli amici con cui condividere momenti più o meno felici (80%), su cui contare (70%) e con cui parlare dei propri problemi (60-70%). Oltre alla rete amicale sono state indagate le nuove forme di comunicazione di cui fanno parte l'uso del **telefono cellulare** e dei **social media:** lo strumento privilegiato per comunicare con gli amici sono i messaggi (sms, WhatsApp ecc) in particolare per i 13enni e i 15enni; mentre telefono, e-mail e social network non hanno differenze di uso legate al genere, i messaggi elettronici hanno frequenze di uso quotidiano elevatissime nelle ragazze, più contenute nei ragazzi.

ATTIVITÀ FISICA E COMPORTAMENTI SEDENTARI

- **Attività fisica.** In tutte le età, l'attività fisica è praticata maggiormente dai ragazzi rispetto alle ragazze e sono i più giovani, indipendentemente dal genere, i più attivi. Rispetto al 2010, la proporzione di ragazzi che svolge 1 ora di attività fisica per più di 3 giorni alla settimana aumenta in tutte le fasce d'età e si mantiene superiore a quella rilevata a livello nazionale.
- **Comportamenti sedentari.** Circa la metà (49%) dei ragazzi quotidianamente passa da 2 a 4 ore in attività sedentarie guardando la TV, usando il computer o il tablet per giocare, comunicare con gli amici, navigare in internet e fare compiti. Oltre un ragazzo ogni sei (17%) dedica a queste attività almeno 8 ore al giorno, un terzo dell'intera giornata. Il tempo trascorso in queste attività sedentarie non risulta influenzato dal genere dei ragazzi, cresce, invece, all'aumentare dell'età.

ABITUDINI ALIMENTARI E STATO NUTRIZIONALE

- **Abitudini alimentari.** L'abitudine di fare regolarmente colazione nei giorni di scuola è più diffusa tra i ragazzi e tra gli 11enni; la percentuale di chi fa colazione nel fine settimana aumenta con l'età

passando dal 79% all’87% degli 11enni, dal 67% al 76% dei 13enni e dal 65% al 79% dei 15enni e le ragazze che dichiarano di fare colazione nel fine settimana raggiungono il 79%, valore sovrapponibile a quello dei ragazzi (81%). Più di 9 ragazzi su 10 mangiano frutta e/o verdura almeno qualche volta alla settimana, tuttavia solo il 55% dei ragazzi e il 66% delle ragazze lo fanno più volte al giorno. Il consumo di dolci è comune nei ragazzi: solo il 13% non mangia mai o meno di una volta in settimana dolci mentre il 41% li consuma almeno 5-6 volte alla settimana. Il consumo di bibite zuccherate è più contenuto: il 36% dei ragazzi non assume mai o meno di una volta in settimana bevande zuccherate.

- **Stato nutrizionale.** Dalle dichiarazioni degli intervistati risulta che in Trentino il 2% dei ragazzi è sottopeso, l’85% è normopeso, il 12% è sovrappeso e l’1% è obeso; non vi sono differenze dello stato ponderale in relazione all’età, ma vi sono rispetto al genere. La prevalenza di eccesso ponderale è doppia nei ragazzi rispetto alle ragazze (17% vs 8%), mentre la prevalenza di sottopeso è la metà (1,4% nei ragazzi vs 3,3% nelle ragazze).
- **Igiene orale.** Quasi tutti i ragazzi (96%) si lavano i denti almeno una volta al giorno e la maggior parte di essi più volte al giorno. Hanno un comportamento più virtuoso le ragazze, resta una quota di ragazzi (in particolare di maschi) che si lava raramente i denti.

COMPORTAMENTI A RISCHIO

- **Fumo.** Confrontando i dati regionali di prevalenza di fumatori (15enni) si osservano ampie differenze con valori che vanno dal 6% della Valle d’Aosta al 21% della Sardegna. La proporzione di fumatori abituali in provincia di Trento presenta valori inferiori alla media nazionale. La prevalenza di ragazzi che hanno fumato almeno una volta nella vita e di quelli che fumano tutti i giorni (fumatori abituali) cresce, come atteso, con l’età. Nei più giovani (11enni e 13enni) le prevalenze sono, di poco, più elevate tra i ragazzi, mentre nei 15enni la proporzione di fumatrici è decisamente superiore a quella dei coetanei: circa la metà (47%) delle 15enni ha già sperimentato l’esperienza almeno una volta nella vita (39% nei ragazzi) e il 13% è fumatrice abituale (8% dei ragazzi)
- **Alcol.** Sebbene sia vietato somministrare alcol ai minorenni, consumare alcol settimanalmente è un’abitudine per un 15enne ogni quattro (il 24% consuma alcol ogni settimana a cui si aggiunge un 1% che lo fa ogni giorno), percentuale che si abbassa, ma non si annulla, con il diminuire dell’età: il 7% dei 13enni e il 2,5% degli 11enni dichiarano, infatti, un consumo settimanale di alcol. L’abitudine è più diffusa tra i maschi rispetto alle coetanee femmine. Secondo quanto dichiarato dai ragazzi intervistati tali comportamenti iniziano ben prima dei 18 anni: il 42% dei 15enni afferma di aver consumato almeno una volta, negli ultimi 12 mesi, 5 o più bicchieri di bevanda alcolica in un’unica occasione, il 39% di aver bevuto tanto da ubriacarsi almeno una volta nella vitae il 19% di essersi ubriacato almeno una volta negli ultimi 30 giorni.
- **Cannabis.** A 15 anni un quarto dei ragazzi ha già fatto esperienza con la cannabis: per il 9% l’utilizzo si è realizzato in una o due occasioni, per il 15% si è ripetuto più di due volte. Rispetto al 2010 si assiste non solo ad un incremento del fenomeno, ma anche nella frequenza di utilizzo.
- **Gioco d’azzardo.** Si tratta di una pratica poco diffusa, specialmente tra i giovani. Il 73% dei ragazzi non ha mai giocato d’azzardo nella propria vita, il 16% 1-2 volte, il 6% 3-5 volte e il 5% oltre 5 volte. Il 4% dice di aver giocato negli ultimi 30 giorni, solo l’1,6% dei ragazzi risulta a rischio di dipendenza.
- **Abitudini sessuali.** Circa un quinto dei 15enni (19%) ha avuto rapporti sessuali completi, senza differenze di genere. Il metodo contraccettivo di elezione è il profilattico, usato dal 79% dei ragazzi durante l’ultimo rapporto sessuale.

SALUTE E BENESSERE

- **Percezione individuale.** 9 ragazzi ogni 10 giudicano la propria salute buona o eccellente: la percentuale si riduce con l’età; c'è poi una netta differenza di genere: solo il 18% delle 15enni reputa eccellente la propria salute.
- **Sintomi riferiti.** L’85% dei ragazzi dichiara di avere avuto negli ultimi 6 mesi almeno uno dei sintomi indagati, il 27% quasi ogni giorno e il 30% più volte in settimana. La frequenza della presenza dei sintomi è fortemente caratterizzata dal genere e, soprattutto per le ragazze, anche dall’età.
- **Farmaci.** Sono le ragazze a farne maggiormente uso (almeno una volta nell’ultimo mese: 57% della ragazze vs 43% dei ragazzi), in maniera crescente con l’età (48% le 11enni, 59% le 13enni, 68% le 15enni).

- **Infortuni.** Gli infortuni sono diventati una delle cause più frequenti di inabilità nei bambini di età superiore a un anno e il rischio di infortuni tende a crescere in maniera considerevole durante l’adolescenza. Circa il 40% dei ragazzi si è infortunato negli ultimi 12 mesi, i maschi con una maggiore frequenza (45% vs 36% delle ragazze); l’infortunio è avvenuto principalmente in allenamento durante un’attività sportiva (15%) o giocando in casa/giardino (8%).

(at)