



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI TORINO



Torino, 8 febbraio 2023 - I giovani hanno una discreta percezione della loro qualità di vita, anche se inferiore rispetto agli anni passati e maggiore tra i ragazzi rispetto alle ragazze. Nel complesso, gli adolescenti italiani si sentono supportati da amici e compagni di classe, si fidano degli insegnanti ma sono spesso stressati dagli impegni scolastici. Un adolescente su due ha dichiarato un impatto positivo della pandemia sui propri rapporti familiari e due su cinque sul rendimento scolastico. Pur dichiarando, sempre due adolescenti su cinque, che la propria salute mentale e la propria vita in generale ne abbiano risentito negativamente.

“La sorveglianza degli stili di vita dei nostri ragazzi e ragazze è, oggi, particolarmente preziosa - afferma Silvio Brusaferrò, Presidente dell’ISS - perché ci aiuta ad intercettare fenomeni nuovi, come il cyberbullismo legato all’uso dei social media, dai quali dipendono in modo significativo la loro salute e la loro qualità di vita”.

Abitudini alimentari e stili di vita possono migliorare: il consumo quotidiano della prima colazione diminuisce al crescere dell’età, specie tra le ragazze, e meno di un giovane su 10 svolge attività fisica

tutti i giorni. Quasi tutti si relazionano tra loro attraverso i social media, un fenomeno in crescita ma non esente da criticità: il 17% delle ragazze (che arrivano al 20% tra le 15enni, quindi una su cinque) e il 10% dei ragazzi ne fanno un uso problematico con conseguenze negative sul loro benessere fisico e psicologico.

Permangono comportamenti a rischio, quali l'assunzione di alcol, in aumento tra le ragazze (una su cinque tra le 15enni si è ubriacata almeno due volte nella vita), l'abitudine al fumo di sigaretta che vede ancora prevalere le ragazze (29% vs 20% dei ragazzi di 15 anni) e la propensione al gioco d'azzardo, che invece è un fenomeno prettamente maschile (il 47,2% dei ragazzi e il 21,5% delle ragazze 15enni hanno scommesso o giocato del denaro almeno una volta nella vita).

La fotografia dei comportamenti degli adolescenti italiani nel periodo post pandemia è stata scattata dalla VI rilevazione 2022 del Sistema di Sorveglianza HBSC Italia (Health Behaviour in School-aged Children - Comportamenti collegati alla salute dei ragazzi in età scolare), coordinato dall'Istituto Superiore di Sanità insieme alle Università di Torino, Padova e Siena, con il supporto del Ministero della Salute, la collaborazione del Ministero dell'Istruzione e del Merito e tutte le Regioni e Aziende Sanitarie Locali.

La ricerca, che viene condotta ogni quattro anni, ha permesso inoltre un confronto con lo stato di salute di un gruppo analogo di adolescenti nel 2017/2018 consentendo così una stima degli effetti sul loro stato di salute e sui comportamenti ad esso legati.

L'indagine ha coinvolto un campione rappresentativo in tutte le Regioni di giovani di 11, 13, 15 e, per la prima volta quest'anno, di 17 anni. Per un totale di oltre 89.000 ragazzi e ragazze, più di 6.000 classi e più di 1800 istituti scolastici. I dati raccolti consentono all'Italia di essere rappresentata nel network internazionale HBSC, patrocinato dall'OMS, che conta più di 50 Paesi tra l'Europa e il Nord America.

I risultati della raccolta dati 2022 vengono illustrati oggi nell'Aula Pocchiari dell'ISS alla presenza dei referenti regionali e aziendali che hanno coordinato a livello locale le attività di raccolta dati e alla presenza di alcune delle più importanti Società Scientifiche, Federazioni e Ordini professionali che da anni si occupano della salute dei ragazzi e delle ragazze.

Salute e benessere

La percentuale di ragazzi che si reputano in buona salute è sensibilmente in calo rispetto al 2017/2018. In entrambi i generi, la percezione di 'buona' salute diminuisce all'aumentare dell'età, risultando più bassa tra le ragazze rispetto ai coetanei maschi sin dagli 11 anni: 91% vs 93% in femmine e maschi undicenni, rispettivamente, fino a 75% vs 89% nei quindicenni. Analogamente, meno della metà delle ragazze di 13 e 15 anni pensa di avere un buon benessere psicologico (43% e 32%, rispettivamente), a fronte del 73% e 64% dei coetanei maschi.

Il 49% dei ragazzi e il 74% delle ragazze riferisce di presentare almeno due dei seguenti sintomi - mal di testa, di stomaco, di schiena, sentirsi giù di morale, irritabilità, nervosismo, giramenti di testa e difficoltà nell'addormentamento - più di una volta a settimana negli ultimi sei mesi, dato in crescita rispetto ai dati 2017/2018. Le ragazze riferiscono più sintomi rispetto ai coetanei con un andamento crescente per età. Complessivamente, il 62% dei ragazzi dichiara di aver fatto ricorso a farmaci per almeno uno dei sintomi riferiti, e tra le ragazze il loro utilizzo cresce all'aumentare dell'età.

Alimentazione e stato ponderale

Sulla base di quanto auto-dichiarato, il 18,2% dei ragazzi di 11, 13 e 15 anni è in sovrappeso e il 4,4% obeso; l'eccesso ponderale diminuisce lievemente con l'età, è maggiore nei maschi e nelle Regioni del Sud. Rispetto alla precedente rilevazione, effettuata nel 2017/2018, tali valori risultano in aumento per entrambi i generi (17% sovrappeso e 3% obeso).

Tra i comportamenti alimentari scorretti, permane l'abitudine di non consumare la colazione nei giorni di scuola, con prevalenze che vanno dal 21% a 11 anni, al 27,9% a 13 anni e al 29,6% a 15 anni; tale percentuale è maggiore nelle ragazze in tutte le fasce d'età considerate ed è sostanzialmente stabile rispetto al passato.

Solo un terzo dei ragazzi consuma frutta almeno una volta al giorno (lontano dalle raccomandazioni) con valori migliori tra le ragazze e nella fascia d'età degli 11enni. Il consumo di verdura almeno una volta al giorno è raggiunto da solo un adolescente su quattro ed è maggiore nelle ragazze.

Le bibite zuccherate/gassate sono consumate più dai maschi in tutte e tre le fasce d'età considerate (le consumano almeno una volta al giorno: il 14,4% degli undicenni; il 14,5% dei tredicenni; il 12,6% dei quindicenni). Il trend, in discesa dal 2010 al 2018, subisce un arresto in quest'ultima rilevazione.

Attività fisica e sedentarietà

Siamo lontani dalla realizzazione delle raccomandazioni dell'OMS, per cui i giovani tra i 5 e i 17 anni dovrebbero svolgere quotidianamente almeno 60 minuti di attività motoria moderata-intensa, svolgere almeno tre volte a settimana attività fisica intensa e contemporaneamente ridurre i livelli di sedentarietà.

Dai dati emerge che meno di un adolescente su 10 svolge almeno 60 minuti al giorno di attività motoria moderata-intensa e questa abitudine diminuisce all'aumentare dell'età. In ogni classe di età si rilevano differenze di genere rispetto all'attività motoria moderata-intensa, con frequenze maggiori nei maschi. Rispetto alla rilevazione del 2017/2018 si evidenzia una lieve riduzione della percentuale di giovani che svolge ogni giorno almeno 60 minuti di attività fisica moderata-intensa (8,2% vs 10%).

La metà dei giovani - in maggioranza ragazzi - svolge, almeno tre volte a settimana, attività fisica intensa. Relativamente ai comportamenti sedentari, con l'aumentare dell'età sia ragazzi che ragazze passano più tempo sui social network e a guardare DVD in TV e video su TV e You Tube, mentre dai 13 ai 15 anni diminuisce il tempo dedicato ai videogiochi. Le ragazze, in ogni fascia d'età, trascorrono meno tempo a giocare ai videogiochi rispetto ai loro coetanei maschi, ma dedicano più tempo ai social media.

Fumo, alcol, cannabis e gioco d'azzardo

La quota di adolescenti che dichiara di aver fumato almeno un giorno nell'ultimo mese aumenta con l'età, passando dall'1% a 11 anni, all'8% a 13, al 24% a 15 anni. Le ragazze di 15 anni fumano di più rispetto ai coetanei maschi: il 29% delle ragazze (erano il 32% nel 2017/2018) rispetto al 20% dei ragazzi (25% nel 2017/2018) ha fumato almeno un giorno nell'ultimo mese. L'11% dei 15enni (16% nel 2017/2018) e il 10% delle coetanee femmine dichiara di aver fatto uso di cannabis nel corso degli ultimi 30 giorni.

Per quanto riguarda il fenomeno di abuso di sostanze alcoliche, si evidenzia un aumento rispetto al passato tra le ragazze di 15 anni che dichiarano di essersi ubriacate almeno due volte nella vita: nel 2022 la quota raggiunge il 21% fra le femmine e scende al 16% fra i maschi, laddove lo aveva riportato il 16% delle 15enni sia nel 2017/2018 che nel 2014, e il 19 e 20%, rispettivamente, dei coetanei maschi).

Il gioco d'azzardo si conferma un fenomeno prevalentemente maschile. La quota di quindicenni che ha dichiarato di aver scommesso o giocato del denaro almeno una volta nella vita è pari al 47,2% dei ragazzi rispetto al 21,5% delle ragazze. La percentuale di giocatori d'azzardo negli ultimi 12 mesi è del 37,5% dei ragazzi rispetto al 14% delle ragazze. Risultati in netta riduzione per i ragazzi rispetto al 2017/2018 quando il 62,5% aveva giocato una volta nella vita e il 50,3% aveva giocato una volta negli ultimi 12 mesi.

Il rapporto tra pari, il contesto scolastico, il bullismo e il cyberbullismo

La maggioranza degli adolescenti non ama la scuola. Solo il 13% dei ragazzi, con proporzioni leggermente maggiori per le ragazze e per i più piccoli, dichiara di apprezzare la scuola. Percentuale che scende drammaticamente al 6% tra i 15enni. All'incirca il 75% dei ragazzi si sente accettato dai propri insegnanti ma solo la metà si fida molto di loro (55%) e percepisce da parte dei professori un vero interesse nei propri confronti (49%), con un trend in riduzione al crescere delle età. Di contro, circa la metà degli 11enni si sente molto stressato dagli impegni scolastici per crescere al 60% e al 78% rispettivamente nei ragazzi e nelle ragazze di 15 anni.

In merito ai rapporti con i pari, il 60% dei giovani dichiara di avere amici disponibili e circa il 70% di sentirsi accettato per come è. Nei comportamenti relazionali più critici, invece, il bullismo sembra mantenere le sue peculiarità senza importanti variazioni. La sua occorrenza si colloca intorno al 15% complessivamente e decresce con l'aumentare dell'età, con proporzioni del 19% tra gli undicenni, il 16% nei tredicenni e poco più del 9% tra i 15enni. Analoghe proporzioni si osservano per il cyberbullismo, più frequente nelle ragazze (17% contro 13%) e nelle età più giovani: 19% a 11 anni, 16% a tredici e 10% a 15 anni.

Il contesto familiare

I dati evidenziano che i nuclei familiari maggiormente presenti sono le famiglie di tipo tradizionale, che rappresentano l'82% e l'81% delle famiglie rispettivamente nelle regioni del Nord e del Sud, mentre sono leggermente inferiori nelle regioni del Centro (79%).

Per quanto riguarda la comunicazione all'interno della famiglia, i dati HBSC confermano che al crescere dell'età diminuisce la facilità con cui i ragazzi si aprono ad entrambi i genitori. Le ragazze 13enni e 15enni, rispetto ai ragazzi coetanei, hanno una maggiore difficoltà a parlare con la figura paterna. In

generale la madre rappresenta la figura di riferimento con cui i ragazzi e le ragazze comunicano maggiormente.

Si fanno più difficili i rapporti in famiglia. Il 68% dei ragazzi e il 60% delle ragazze percepisce una famiglia capace di sostenerli ed aiutarli nel prendere decisioni, di dare loro un supporto emotivo quando ne hanno bisogno, e di prestare ascolto ai loro problemi. Negli adolescenti 15enni però questa percentuale scende al 52% nelle ragazze ed al 61% nei ragazzi, evidenziando un trend negativo rispetto alla rilevazione del 2017/18 (67% nelle ragazze e 70% nei ragazzi).

L'uso problematico dei social media

La diffusione e l'uso dei social media richiede un'attenzione particolare. Se è vero che un uso responsabile può avere degli effetti positivi, l'uso problematico comporta conseguenze negative sul benessere fisico e psicologico dei giovani. I risultati mostrano che i giovani che fanno uso problematico dei social media sono il 16,9% delle ragazze e il 10,3% dei ragazzi. Tra le ragazze di 15 anni, la prevalenza arriva a superare il 20%.

Rispetto ai dati del 2017/2018, si può osservare un incremento di tale uso, soprattutto tra le ragazze, per cui la prevalenza aumenta del 5% (da 11,8% a 16,9%, rispetto ai ragazzi che passano dal 7,8% al 10,3%).

Le abitudini sessuali

Il 20% dei 15enni (21,6% maschi vs 18,4% femmine) dichiara di aver avuto rapporti sessuali completi. Il 66% dei ragazzi e delle ragazze che hanno avuto rapporti sessuali completi hanno dichiarato di aver usato il condom come contraccettivo, l'11,9% la pillola e il 56,3% il coito interrotto. Il 12,6% dichiara essere ricorso alla contraccezione di emergenza. La sezione riguardante le abitudini sessuali è stata rivolta solamente alla fascia dei 15enni e dei 17enni.

Sezione Covid (novità raccolta dati 2022)

Tra le novità dell'indagine 2022 vi è l'inserimento di una sezione dedicata all'impatto che la pandemia di Covid-19 ha avuto su vari aspetti della vita dei ragazzi e delle ragazze, quali sono state le loro principali fonti di informazione relative al Covid-19 e le misure di protezione adottate.

Il questionario ha indagato l'impatto che le misure di distanziamento quali lockdown, chiusure scolastiche, apprendimento a distanza (DAD), chiusura di palestre/piscine/centri sportivi dovute alla pandemia, hanno avuto sulla vita dei giovani. I dati mostrano un effetto positivo sui rapporti dei ragazzi e delle ragazze con le loro famiglie e sul rendimento scolastico, mentre negativo sulla vita nel suo insieme e sulla loro salute mentale (gestione delle emozioni, stress).

Il 54% degli adolescenti dichiara un impatto positivo della pandemia sui rapporti familiari e il 42% sul rendimento scolastico, mentre il 41% ritiene che la propria salute mentale ne abbia risentito negativamente, così come il 37% la propria vita in generale. In particolare, l'effetto positivo sulle relazioni familiari decresce con l'età, dal 67% degli undicenni al 45% dei diciassettenni, e tra gli undici e i quindici anni è prevalentemente maschile, mentre nei più grandi non si osservano differenze di genere.

Anche sull'impatto positivo del rendimento scolastico si registra lo stesso andamento per età, dal 50% dei più giovani al 37% dei diciassettenni, senza sostanziali differenze tra maschi e femmine. L'effetto negativo è invece un fenomeno soprattutto femminile e crescente con l'età. Riguardo la domanda sulla propria salute mentale, il 52% delle ragazze dichiara un impatto negativo a fronte del 31% dei ragazzi, e si osserva tale risposta nel 29% degli undicenni (33% delle femmine e 25% dei maschi) e nel 53% dei diciassettenni (66% e 41%, rispettivamente). Le principali fonti di informazione sulla pandemia sono state giornali e TV (55%), la famiglia (47%) e i social media (47%).

Tra le misure di prevenzione igienico-sanitarie, l'87% degli intervistati ha dichiarato di aver utilizzato spesso o sempre la mascherina (91% delle ragazze e 83% dei ragazzi) e il 73% di essersi lavato regolarmente le mani (78% vs 68%), mentre tra le misure di distanziamento sociale prevalgono l'essere rimasti a casa in presenza di sintomi (75%) e l'aver evitato contatti a rischio (66%). Eccetto che per i contatti a rischio, per tutte le altre misure di prevenzione si evidenzia una diminuzione dell'adesione con il crescere dell'età.

17enni (novità raccolta dati 2022)

I ragazzi e le ragazze di 17 anni sono stati coinvolti per la prima volta nella rilevazione HBSC 2022

poiché il DPCM del maggio 2017 ha esteso la sorveglianza sugli adolescenti anche a questa fascia d'età che, per competenze relazionali e cognitive nonché differenze legate allo sviluppo corporeo, si differenzia notevolmente dai ragazzi di 11, 13 e 15 anni. Per tale motivo, la descrizione delle loro caratteristiche e dei loro stili di vita è stata volutamente trattata separatamente.

L'eccesso ponderale a questa età è pari al 19,3% (15,9% sovrappeso e 3,9% obesità) ed è sensibilmente maggiore nei maschi (maschi sovrappeso e obesi: 19,8% e 3,9% vs femmine: 11,7% e 2,8%). Circa un diciassettenne su due consuma tutti i giorni la prima colazione con valori lievemente inferiori tra le ragazze. Le ragazze consumano, più dei ragazzi, frutta e verdura almeno una volta al giorno (32% consumo di frutta e 36% consumo di verdura vs frutta 29% e verdura 24%).

L'attività fisica quotidiana è nettamente maggiore tra i maschi (7,1% vs 3%); per contro le ragazze a questa età passano più tempo davanti agli schermi. Circa un ragazzo su tre e due ragazze su cinque hanno dichiarato di aver fumato almeno un giorno negli ultimi 30 giorni. Il consumo di alcol almeno una volta negli ultimi 30 giorni (7 ragazzi/e su 10) ha differenze di genere meno marcate.

L'83% delle ragazze e il 78% dei ragazzi dichiara di non aver mai fumato cannabis negli ultimi 30 giorni. La percezione del proprio stato di salute come "eccellente/buono" è maggiore tra i maschi (86,7%) rispetto alle ragazze (72,6%). Il 39,3% ha giocato d'azzardo almeno una volta nella vita con marcate differenze di genere (maschi 57,6% vs femmine 20,2%).

Rispetto ai comportamenti sessuali, il 43% ha dichiarato di aver avuto rapporti sessuali completi (42,5% maschi e 43,6% femmine). Il 61% dei ragazzi e delle ragazze che hanno avuto rapporti sessuali completi hanno dichiarato di aver usato il condom come contraccettivo, il 15,9% la pillola e il 57% il coito interrotto. Il 9% dichiara essere ricorso alla contraccezione di emergenza.