

# Reporter per un giorno, le buone abitudini insegnate dagli studenti agli altri studenti

**Annalisa Rimassa**

Gli adolescenti italiani? Sentono di vivere una vita sana e molto soddisfacente, aiutati come sono da amici e compagni di classe e mantengono buoni rapporti con gli insegnanti. Ma, nonostante la percezione di una vita di qualità, seguono abitudini sbagliate. Tra queste: dal 20 al 30% degli studenti tra 11 e 15 anni non fa la prima colazione nei giorni di scuola; solo il 30% dei ragazzi consuma frutta e verdura almeno una volta al giorno; meno del 10% svolge almeno un'ora quotidiana di movimento; il 25% supera le due ore al giorno davanti ad uno schermo. Sono 58.976 i ragazzi di 11, 13 e 15 anni che hanno risposto al questionario della sorveglianza Hbsc Italia (Health Behaviour in School-aged Children - Comportamenti collegati alla salute dei ragazzi in età scolare) che, giunta alla quinta rilevazione, permette di fotografare lo stato di salute dei giovani italiani. Il quadro è stato presentato a Roma, durante il convegno "La salute degli adolescenti".

Tra i numerosi ambiti sondati, spicca l'abitudine al fu-

mo (stabile tra gli 11 e i 15 anni rispetto al 2014), l'uso di cannabis che nell'ultimo mese è stato ammesso dal 16% dei 15enni e dal 12% delle 15enni. Il temibile "binge drinking", bere cinque o più bicchieri di alcolici in un'unico momento è stato riconosciuto dal 43% dei 15enni e il 37% delle 15enni: un aumento rispetto al 2014, quando erano, rispettivamente, 38% e 30%).

Gran parte della sorveglianza su buoni e nocivi comportamenti, può essere affidata agli stessi ragazzi: secondo il metodo "peer to peer" che mutuato dalla tecnologia indica l'insegnamento tra pari. Ne è un esempio la [Asl3](#) di Genova che ha incaricato i liceali di scrivere testi destinati ai coetanei utili alla prevenzione destinati ai siti della scuola e della asl.

I ragazzi della 2B del liceo D'Oria (corso umanistico con laboratori di giornalismo) grazie ad un progetto studiato insieme a Elisa Nerva, responsabile comunicazione [Asl3](#) - hanno dapprima studiato da giornalisti e quindi si sono occupati della promozione dei servizi che [Asl3](#) offre ai teenagers: «L'idea ba-

se - spiegano Elisa Nerva e Alessandra Bertolotto insegnante del D'Oria - è quella che un adolescente comunichi con i propri pari in modo più immediato e con strumenti più efficaci». Così secondo l'iniziativa "Reporter per un giorno, come si comunica la salute", gli studenti si sono trasformati in cronisti e si sono messi al lavoro: intervistando specialisti Asl su temi quali dipendenze da tecnologia, alcool e droga, affettività e relazioni dal bullismo al cyberbullismo, oltre ad anoressia e bulimia. Quindi, dopo il primo approccio al salone Orientamenti scorso, i ragazzi sono rivolti ai compagni ponendo domande, partecipando a laboratori e stilando reportage fotografici e clip. I questionari sono serviti a capire l'effetto delle informazioni sulla salute nel pensiero dei compagni. Il materiale che in classe è continuamente elaborato servirà proprio ai compagni: «In modo da far conoscere - sottolinea Nerva e Bertolotto - il Centro Giovani" di [Asl3](#).

Articoli e approfondimenti sono quindi pubblicati sui siti: [lascuolafanotizia.diregiovani.it/author/doriagenova,asl3.liguria.it,centrogiovani.asl3](http://lascuolafanotizia.diregiovani.it/author/doriagenova,asl3.liguria.it,centrogiovani.asl3)



Seminario sulla prevenzione

## Cyber e bullismo, parlarne con chi dà fiducia è già un'ottima cura

Ilaria Penco, della seconda B del D'Oria, riporta il progetto di Rudy Lucini, educatore professionale di 52 anni, specialista dell'Asl3 nel campo di bullismo e cyberbullismo. Eccolo in sintesi: "Il progetto si chiama "DisLike Cyberbullismo" ed è proposto alle scuole medie. Il succo è affrontare il problema con l'aiuto psicologico e – se occorre – anche con i farmaci, per ricominciare la propria vita. Quello che blocca molti ragazzi è il non poter condividere ciò che è successo con persone di fiducia. Ciò che porta allo stato depressivo non è solo l'atto in sé di essere bullizzato, ma il non poter condividere. Se si vive un'esperienza negativa, ma si ha la possibilità di parlarne, di farsi aiutare solo questa è una situazione di cura e di salute. Se non posso, non voglio o addirittura mi vergogno di parlare il potere di questo silenzio mi fa sentire più solo e mi provoca più dolore: questa è una situazione terribile. Lo sfogo è una soluzione concreta".



Luigi Canepa dirigente Asl

## Alcol, per i neopatentati il tasso consentito quando si guida è zero

Chiara Tacchino ha incontrato Martina Favilli e Massimiliano Buccino di Asl3 durante un laboratorio sull'etilometro, per sensibilizzare ai pericoli dell'alcol e delle sostanze stupefacenti alla guida. Eccolo in sintesi: "Essere ubriachi al volante è una delle prime cause di morte giovanile. Oltre al rischio di provocare incidenti, c'è quello di farsi fermare dalle forze dell'ordine: guidare in stato di ebrezza è un reato. Per i neopatentati durante i primi tre anni di guida il tasso alcolico consentito è zero! Superati i primi tre anni, il tasso alcolico consentito è di 0.5; fino a 0.8 si riceve una sanzione amministrativa, superata questa soglia la sanzione diventa penale. I poliziotti dispongono di un etilometro, un attrezzo cioè dove soffiare fino a che esso non emette un segnale e indica sullo schermo il tasso alcolico. Rifiutare di sottoporsi a questa operazione dà la possibilità ai poliziotti di trasferire il conducente in ospedale ed effettuare esami".



Laboratorio sulle disabilità

## Disabilità, se si conosce solo qualche ora non fa più ridere nessuno

Angela Bianchi ha intervistato Sonia Pelloni, Fulvio Ghio e Milena Bozzo di Asl3 su disabilità motorie e sensoriali "al fine di sensibilizzare i ragazzi a non discriminare, ma accettare e capire", come dice Sonia. Sonia nasce come una fisioterapista, ma dopo una laurea triennale di educatore diventa un'educatrice Asl. Lavora con persone, maggiorenni, che hanno disabilità: aiuta loro ad integrarsi e a trovare lavoro. È la sua mission impossibile. Come lei Fulvio che, grazie alla sua passione per i bambini, ha intrapreso questo percorso. Milena, collega di Sonia, spiega di aver frequentato il liceo artistico e casualmente di essere andata a lavorare con disabili in un centro diurno. Definisce creativo il suo lavoro e di capire grazie ad esso, cosa sono veramente le cose importanti. Marco, dell'istituto Vittorio Emanuele, dopo i laboratori sulle disabilità ha ammesso: «Prima magari scherzavo su questi argomenti, adesso non lo farò più»".



Lavoratori Asl con gli studenti

## Centro giovani **Asl3**, pareri da professionisti su argomenti personali

Giulia Dellacasa ha raccolto le parole di Stefania Venuti, assistente sanitaria. Eccole in sintesi: "Il Centro Giovani **Asl3** offre servizio di prevenzione per ragazzi sani tra i 14 e 21 anni. Costituisce la prima porta d'ingresso all'aiuto, al di fuori dei genitori e dei docenti, da cui spesso non si desidera ricevere pareri su argomenti personali. Aiutiamo i giovani a capire che cosa è normale e che cosa non lo è. Argomenti frequenti sono amicizia, relazioni e tradimenti, i rapporti sessuali, i problemi ginecologici. Gli adulti spesso hanno pregiudizi negativi nei confronti dei giovani: i ragazzi dimostrano più frequentemente di essere aderenti al rispetto. Ricordo che alla domanda "Cos'è l'amicizia?" una ragazza ha risposto: "Accettarsi così come siamo". Tra i giovani esistono i valori. La tecnologia? L'inconveniente è che non si ha la percezione della gravità e del peso di un'azione. Questo concetto è anche alla base del cyber-bullismo".