AbruzzoWeb
Tutte le notizie d'Abruzzo a portata di click

ADOLESCENTI E PANDEMIA, “SI SONO DIMENTICATI DI NOI”: IMPATTO PSICOLOGICO COVID SU GIOVANI ABRUZZESI

30 Giugno 2021



L’AQUILA – “Siamo più responsabili di quello che molti pensano”, “è stata ignorata la nostra salute fisica e soprattutto psicologica”, e ancora, “questa pandemia ci ha tolto gli anni migliori e tutti i rapporti sociali che avevamo”, “si sono dimenticati di noi”.

Sono solo alcune delle voci dei 426 adolescenti abruzzesi che, tra aprile e maggio di questo anno, hanno partecipato all’indagine online “Ora parliamo noi”, promossa da Cittadinanzattiva, con il sostegno non condizionato di Assosalute-Federchimica, e rivolta direttamente a ragazzi dai 14 ai 19 anni o attraverso le scuole con cui Cittadinanzattiva collabora.

Oltre 5.700 i ragazzi che hanno partecipato in tutta Italia e che chiedono in primo luogo di essere ascoltati, attraverso audizioni degli studenti in Parlamento e prevedendo rappresentanti delle istituzioni più competenti e vicine al mondo giovanile. Abbandono scolastico, povertà economica ed educativa e, soprattutto, l’impatto psicologico della pandemia covid, tutti “macigni” che pesano sui ragazzi che rispetto alle generazioni precedenti hanno sempre meno opportunità, anche a livello lavorativo, e un futuro incerto.

La prolungata interruzione delle attività educative scolastiche che ha colpito tutto il Paese ma che in alcune regioni, come la Puglia e la Campania, ha avuto una durata maggiore, ha avuto conseguenze importanti sui ragazzi. Infatti, la scuola oltre che offrire possibilità di apprendimento offre occasioni uniche di socialità e di interazione con i compagni e con gli insegnanti. Così come la stessa fruizione da parte dei ragazzi ha ampliato disagi e disuguaglianze riconducibili alla situazione economica delle famiglie. L’Istat rileva come tra il 2018 ed il 2019 il 12,3% dei ragazzi
tra i 6 e i 17 anni non aveva un computer a casa, così come le competenze digitali tra i minori sono meno diffuse di quanto si

pensi, richiedendo l'intervento degli adulti in aiuto ai figli, così come le
condizioni abitative non sempre sono favorevoli se si tiene presente che il 42% degli adolescenti vive in abitazioni sovraffollate e dunque prove di spazi adatti allo studio.

Queste condizioni, insieme alla chiusura prolungata delle scuole, alla gestione di isolamento fiduciario o quarantene, hanno contribuito all'aumento dell'inattività fisica, alla rinuncia di attività sportive all'esterno, all'eccessivo tempo di utilizzo degli schermi, all'alterazione dei ritmi sonno-veglia, e di diete alimentari poco sane e equilibrate.

Solo per quanto riguarda l'indagine sull'impatto psicologico della pandemia Covid 19 nelle famiglie in Italia promossa dall'IRCC G. Gaslini di Genova 6 (giugno 2020) è emerso come durante il lockdown i disturbi del sonno gli attacchi d'ansia, l'aumento di irritabilità siano stati i sintomi più frequenti di cui hanno sofferto bambine/i, ragazze/i.

Dal Rapporto dell'Istituto Superiore di sanità per un appropriato sostegno della salute mentale nei minori durante la pandemia Covid 197 si sottolinea come "le caratteristiche della pandemia, quelle delle misure messe in atto per contenerla, la vastità della popolazione interessata, non hanno precedenti negli ultimi 100 anni in Italia e nel mondo occidentale e rendono difficile prevedere le effettive conseguenze sulla salute mentale di bambini e adolescenti sia nell'immediato che nel futuro".

"La contemporanea prolungata chiusura della scuola, il distanziamento fisico e l'isolamento in ambiente domestico potrebbero aver impattato in modo negativo sulla salute fisica e psichica dei bambini e dei ragazzi aumentando il rischio di aggravio di problematiche di salute mentale e di disuguaglianze".

Pur non essendoci ancora dati disponibili, alcuni recenti studi realizzati suggeriscono che "lo scenario emergenziale possa impattare negativamente sul benessere psicologico e influenzare negativamente la salute mentale"8 di bambini e adolescenti causando un aumento di sintomi di ansia e depressione nel 43,7% e nel 37,4% rispettivamente tra gli studenti delle scuole superiori. Tra i fattori di stress compaiono i timori di infezione, la frustrazione e la noia, l'informazione inadeguata, la mancanza di contatti personali con compagni di classe, amici e insegnanti, la mancanza di spazio personale in casa, le difficoltà finanziarie della famiglia.

Tutti fattori che emergono in misura considerevole anche nella Survey di Cittadinanzattiva. Come anche questa indagine evidenzia attraverso le parole, le immagini, i vissuti degli intervistati,
"le risposte emotive dei bambini e degli adolescenti dipendono da molti fattori incluso il background culturale, la loro personalità, i cambiamenti del contesto e la loro percezione sulle differenze tra ciò che sperimentavano prima della pandemia rispetto al contesto attuale, oltre che il cambiamento delle loro immagine di sé e dei loro piani di vita".

L' allarme di neuropsichiatri infantili, come il dottor Stefano Vicari, dell'Ospedale Bambin Gesù di Roma denuncia come "almeno il 20%degli adolescenti abbia un disturbo mentale, che è la stessa percentuale che si ritrova nella popolazione in generale, mentre nell'infanzia siamo al 10%". Poiché la disponibilità di servizi di salute mentale per bambini e ragazzi non era già sufficiente a soddisfare i bisogni pre pandemia, ora il problema diventa grave ed urgente.

Attualmente in Italia sono 92 i posti dedicati nei reparti di neuropsichiatria infantile, oltretutto non distribuiti in modo omogeneo su tutto il territorio dal momento che alcune regioni come Abruzzo, Umbria e Calabria ne sono privi.

Tornando al report, tra le varie domande, è stato chiesto ai ragazzi anche dell'eventuale uso dei farmaci e dei prodotti per la salute. Poco meno della metà (43,3%) dichiara di non averne utilizzati nell'ultimo anno. Tra quelli più usati, invece, al primo posto vengono indicati gli integratori alimentari e le vitamine (40%), seguiti dagli anti dolorifici (23%) e dai farmaci da banco (17%).

Un ragazzo/a su 20 ha fatto uso di ansiolitici e anti depressivi o di prodotti dietetici, anoressanti o per perdere peso: 5,4% e 5,3% rispettivamente. Per procurarsi questi farmaci e prodotti si ricorre innanzitutto ai propri genitori (57%), ma anche al proprio medico (52%), o si chiede consiglio al farmacista (36%), o si cerca tra i prodotti presenti in casa (33%). Molto bassa la percentuale di coloro che li acquistano autonomamente in farmacia, parafarmacia, supermercato (13%).

Questi dati evidenziano un atteggiamento consapevole e responsabile da parte dei ragazzi nel ricorrere a figure di riferimento familiari o professionali quanto devono affrontare un problema di
salute, affidandosi in maniera residuale al consiglio degli amici (3%) e all'acquisto di farmaci su internet (2%).

I ragazzi sono anche consapevoli dei cambiamenti nei loro comportamenti abituali nell'ultimo anno, a causa della pandemia e dei lunghi periodi di lockdown.

Innanzitutto, in cima ad una ipotetica graduatoria al primo posto la stragrande maggioranza degli intervistati indica gli sbalzi di umore (63%), seguiti dai disturbi del sonno (come l'insonnia, la
difficoltà nell'addormentamento, gli incubi, i continui risvegli) nel 57% e, in percentuale identica, dall'uso dei video games.

Al 3° posto vengono dati in aumento i disturbi dell'alimentazione (46%), seguiti al 4° posto dal desiderio di stare soli (39%), e dalla consapevolezza di essere iper connessi (quasi 38%); a seguire i
comportamenti verbali e fisici di aggressività verso gli altri (32,5%) ma anche verso sé stessi con episodi di autolesionismo (18%). In forte aumento anche l'accesso e la visione di materiale pornografico (30%), di consumo di tabacco (31%), e di alcolici (24%), così come quello di droghe (13%) e del gioco d'azzardo (10%).

Destano preoccupazione anche l'aumento degli episodi di cyberbullismo a cui si è assistito e lo dichiara 1 ragazzo su 7 (14%), o che sono stati subiti personalmente da più di 1 ragazzo su 10 (11%).
Considerando che la gran parte del target della nostra indagine di ragazze e ragazzi è minorenne (3.948, 69%), l'aumento così significativo di tali fenomeni deve allarmare ancora di più.

Riguardo allo stato d'animo in cui si trovano ragazze e ragazzi in questi ultimi mesi, siamo in presenza di un caleidoscopio di emozioni compresenti e spesso contrastanti: si sente altalenante, con
frequenti sbalzi di umore il 57% e irritabile il 37%; annoiato il 53%, solo il 30% e triste il 33%; distratto il 36% e privo di interessi (32%). Sereno (33%) e felice (26%), soddisfatto di sé stesso
(19%) ma anche arrabbiato (24%) e inadeguato (22%). Il clima in famiglia in questo periodo viene definito come sereno (53%), piacevole (34%) e divertente (28%) ma anche altalenante (35%), agitato (21%), fino a diventare invivibile (5%).

LE VOCI DEI RAGAZZI ABRUZZESI, LE RICHIESTE AL GOVERNO

Vorrei che non ci trattaste come oggetti (16, F, San Salvo, CH); capire le nostre priorità (16, M, Roccaspinalveti, CH); incentivarmi a vivere (19, F, santa Maria Imbaro, CH); Più libertà, come uscire di casa, noi giovani siamo responsabili, al contrario di quello che molti pensano (15, M, Avezzano, AQ); Vorrei che il Governo tutelasse tutti i ragazzi e le ragazze della mia età perché saremo proprio noi i cittadini del futuro (15, F, Avezzano, AQ); cercare di capire come ci sentiamo (15, F, Vasto, CH); che pensasse più a noi come giovani e non che la scuola è la cosa più importante per noi (14, F, Vasto, CH); maggiore attenzione alle necessità di noi adolescenti, visto che si è sempre parlato di adulti o bambini/ragazzi più piccoli (15, F, Monteodorisio, CH); invece di sminuire il nostro lavoro scolastico, si impegnasse a mettere in pratica soluzioni per farci tornare a scuola (14, F, Vasto, CH);

Anche il governo dovrebbe capire in che situazione ci troviamo e che noi siamo adolescenti e che ci stiamo solo perdendo quello che avremmo dovuto fare a quest'età (14, F, Lentella, CH); siamo la nicchia che ha risentito di più delle restrizioni, si è data giustamente importanza ad abbassare i contagi (male), ma è stata ignorata la nostra salute fisica e soprattutto psicologica. bisognerebbe smettere di aprire e chiudere di continuo, ma attendere una definitiva stabilizzazione della situazione per poi dare un progressivo via libera ufficiale (15, F, Vasto, CH); che ci aiutasse al posto di affondarci, ci trattano come giocattoli (16, F, Guardiagrele, CH); vorrei che tutelasse gli adolescenti e i giovani in generale, questa pandemia ci ha tolto gli anni migliori e tutti i rapporti sociali che avevamo. Si parla sempre di anziani a rischio o di bambini che soffrono per via della quarantena, ma agli adolescenti chi ci pensa? Sento che tutti si siano dimenticati di noi, come se non avessimo alcun diritto di soffrire o di esternare le nostre preoccupazioni per il presente e per il futuro. (19, F, Lanciano, CH); pensare un po' di più a noi ragazzi che stiamo perdendo tutto (17, F, Guardiagrele, CH); che senta anche l'opinione di noi giovani, e che non facciano tutto di testa loro, perché noi ragazzi siamo ormai tutti distrutti (15, M, Vasto, CH).

© 2026 Abruzzo Web Enfasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n°501 del 2 settembre 2003
Iscrizione al ROC n. 26362 - P.IVA 01812420667
Direttore responsabile Berardo Santilli