

Generazione 20.10: comportamenti di salute, contesti di vita e livelli di benessere degli studenti lombardi

*Indagine Health Behaviour in School-aged Children
(HBSC) Lombardia 2009-2010:*
stili di vita e salute degli studenti di 11, 13 e 15 anni

Sintesi Rapporto HBSC

Éupolis Lombardia
Istituto superiore per la ricerca, la statistica e la formazione
via Taramelli 12/F - Milano
www.eupolislombardia.it

Contatti: info@eupolislombardia.it

Copyright © 2013 Éupolis Lombardia

Edizione: maggio 2013

Pubblicazione non in vendita

Nessuna riproduzione, traduzione o adattamento può essere pubblicata senza citarne la fonte

**Sintesi Rapporto HBSC:
Generazione 20.10: comportamenti di salute, contesti di
vita e livelli di benessere degli studenti lombardi**

La ricerca *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC) è stata realizzata dall'Osservatorio Regionale sulle Dipendenze (OReD) di Éupolis Lombardia, per conto della Direzione generale Famiglia conciliazione integrazione e solidarietà sociale di Regione Lombardia, nell'ambito del "Sistema degli Osservatori di Éupolis Lombardia. Programma di attività 2012" (codice Éupolis Lombardia 2012B004).

Dirigente responsabile

Antonio Lentini, Éupolis Lombardia

Responsabile di progetto

Federica Ancona, Éupolis Lombardia

Gruppo di lavoro

Éupolis Lombardia

Veronica Velasco (assistente al coordinamento scientifico), Giusi Gelmi, Sara Alfieri, Francesca Cristini, Corrado Celata (coordinamento scientifico), Federica Ancona

Regione Lombardia

Marco Tosi, Direzione generale Famiglia conciliazione integrazione e solidarietà sociale; Marina Bonfanti e Liliana Coppola, Direzione generale Sanità

Referenti ASL

Luca Biffi, ASL Bergamo; Margherita Marella, ASL Brescia; Walter De Agostini, ASL Como; Leone Armando Lisè, ASL Cremona; Carlo Pellegrini, ASL Lecco; Celeste Zagheno, ASL Lodi; Valter Drusetta, ASL Mantova; Corrado Celata, ASL Milano; Paola Duregon, ASL Milano 1; Alessandra Meconi, ASL Milano 2; Ornella Perego, ASL Monza e Brianza; Elisabetta Mauri, ASL Pavia; Valentina Salinetti, ASL Sondrio; Manuel Benedusi, ASL Varese; Marina Salada, ASL Vallecamonica-Sebino

Comitato Tecnico Scientifico

Bruna Baggio, Ufficio Scolastico Regionale; Antonella Delle Fave, Università degli Studi di Milano; Attilio Gugiatti, Università Commerciale L. Bocconi; Elena Marta, Università Cattolica del Sacro Cuore; Vincenzo Russo, Università IULM; Luca Vecchio, Università degli Studi di Milano-Bicocca

Sintesi del rapporto finale "Generazione 20.10: comportamenti di salute, contesti di vita e livelli di benessere degli studenti lombardi"

HBSC è un protocollo di ricerca transnazionale promosso dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, volto ad acquisire una maggiore conoscenza degli studenti di 11, 13 e 15 anni e delle loro abitudini per monitorarne lo stato di salute. I dati e le informazioni raccolte permettono di individuare precocemente i fattori di rischio e i fattori protettivi verso cui dirigere le azioni dei diversi attori che, a vario titolo, sono coinvolti nel processo di crescita degli adolescenti e migliorarne così le condizioni di vita.

La ricerca si ripete ogni 4 anni dal 1982. L'Italia partecipa allo studio HBSC dall'edizione 2001/2002. Dall'edizione 2009/2010 il protocollo di ricerca è stato inserito nel progetto "Sistema di indagini *sui* rischi comportamentali in età 6-17 anni", coordinato dall'Istituto Superiore di Sanità (ISS). La Regione Lombardia aderisce al *network* italiano HBSC dal 2007.

La possibilità del confronto a livello nazionale e internazionale e il monitoraggio nel tempo rappresentano un valore aggiunto in quanto offrono ulteriori chiavi di lettura per valutare la qualità della vita degli studenti lombardi e per comprendere le dimensioni e le direzioni di alcuni fenomeni.

Il protocollo di ricerca HBSC si avvale di un questionario standardizzato, comune a tutti i Paesi coinvolti, composto da un nucleo centrale di domande obbligatorie e da pacchetti opzionali che permettono di approfondire alcune aree di indagine. Il protocollo internazionale prevede tre versioni del questionario, differenziate in base all'età del *target* (11, 13 e 15 anni). Con il progredire dell'età dei destinatari aumentano gli argomenti di indagine e la profondità dell'analisi.

La composizione del campione è avvenuta secondo le istruzioni del protocollo internazionale di ricerca a garanzia della confrontabilità dei dati rilevati nelle diverse regioni e nel corso degli anni. È stato quindi costruito un campionamento a grappolo a due stadi, scegliendo come unità primaria le scuole e come unità secondaria le classi. Dagli elenchi completi e ordinati alfabeticamente delle scuole secondarie di I e II grado, sia pubbliche che private (paritarie), forniti dall'Ufficio Scolastico Regionale si è proceduto a un

campionamento stratificato, sulla base della tipologia di scuola (scuole secondarie di I e II grado) e della provincia di appartenenza, con lo scopo di assicurare una copertura geografica che rispettasse, proporzionalmente, l'effettiva distribuzione della popolazione dei ragazzi di 11, 13 e 15 anni in Lombardia, garantendo così la rappresentatività e la generalizzabilità dei risultati.

La numerosità campionaria è stata calcolata in circa 1200 soggetti per fascia di età, corretta per la popolazione regionale studentesca, al fine di raggiungere una precisione della stima, valutata sulla frequenza attesa dello 0,5 per una variabile binomiale, del $\pm 3,5\%$ con I.C. del 95%.

In Lombardia, nell'edizione 2009/2010 hanno partecipato 71 scuole secondarie di I grado e 78 scuole secondarie di II grado per un totale di 214 classi. Il campione lombardo finale è composto da 3569 studenti:

- 1318 studenti di 11 anni (36.9%);
- 1257 studenti di 13 anni (35.2%);
- 994 studenti di 15 anni (27.9%).

Il report è suddiviso in due aree:

- la prima si concentra sui principali contesti di vita degli adolescenti e sulle relazioni che possono instaurare in tali microsistemi: la famiglia, la zona abitativa, la scuola e gli amici. Tale sezione si focalizza sulle diverse condizioni individuali e sociali che possono influenzare i comportamenti dei pre-adolescenti: le condizioni socio-economiche, le risorse personali, quali l'autoefficacia o le abilità sociali e le condizioni di benessere fisico e psicologico. Tutti questi aspetti sono riconosciuti in letteratura come i principali fattori di protezione o di rischio che possono condizionare opinioni e comportamenti di pre-adolescenti e adolescenti. La sezione si conclude con un approfondimento che va a verificare come i diversi attori con cui si relazionano gli studenti si trasformino, o meno, in fonti di informazione cui i giovani attingono per ottenere risposte in tema di salute.
- La seconda descrive i comportamenti e gli stili di vita degli adolescenti. In particolare sono trattati i temi dell'alimentazione, dell'attività fisica, della sessualità, del consumo di sostanze (lecite e illecite) e del bullismo, la fruizione dei media, aspetto sempre più presente nella vita dei più giovani.

Analisi dei cluster

Chiude il report un capitolo che offre una lettura complessiva e trasversale dei dati cercando di esplicitare se e come i diversi comportamenti si combinino e cercando di identificare delle tipologie, ovvero dei gruppi di soggetti caratterizzati da una particolare “combinazione” di condotte.

Le tecniche di analisi multivariate effettuate sul solo campione dei quindicenni, hanno messo in relazione alcuni comportamenti di rischio e di salute (alimentazione, attività fisica, attività sessuale e consumo di sostanze) e hanno identificato la presenza di quattro tipologie (*cluster*) di giovani: studenti salutari (che rappresentano il 35% del campione), sedentari e sregolati nel cibo (33%), bevitori e consumatori sporadici (20%), consumatori assidui di sostanze (12%).

L’opportunità di disporre tali tipologie offre uno strumento prezioso per programmare interventi mirati che tengano conto delle specificità dei destinatari cui sono rivolti.

Le aree indagate e i principali risultati emersi sono:

Contesto familiare

Dal punto di vista strutturale le famiglie lombarde intercettate dalla ricerca mantengono le caratteristiche considerate tradizionali, in cui i figli vivono con entrambe le figure genitoriali. Quelle monoparentali rappresentano circa il 12%, quelle ricostituite circa il 3%. La maggior parte delle famiglie è composto da persone nate in Italia. Accanto a queste si delineano altre tipologie di famiglie straniere: circa l’8% dei giovani è nato in Italia e uno dei genitori all’estero (famiglia mista), il 4% dei giovani è nato in Italia ed entrambi i genitori sono nati all’estero (seconda generazione); un ulteriore 4% è nato all’estero come i propri genitori (famiglia straniera). Dal punto di vista delle relazioni intra-familiari, la gran parte degli adolescenti trova facile parlare con i genitori (anche se questa dimensione diminuisce con l’età), li riconosce come sostegno, ne percepisce un *monitorig* (livello di conoscenza e controllo indiretto da parte dei genitori) adeguato. Tuttavia emerge una diversa percezione delle figure genitoriali per cui la madre è percepita come più presente sia dal punto di vista affettivo sia normativo.

Contesto scolastico

Complessivamente la scuola piace “molto” o “abbastanza” e il rapporto con i propri compagni è buono. Tuttavia col crescere dell’età quasi tutte le valutazioni del clima scolastico tendono a peggiorare: la scuola piace sempre meno, i rapporti con gli insegnanti si fanno più difficoltosi e quelli con i compagni più critici. Inoltre, considerando anche altri due indicatori

dell'esperienza scolastica, si evidenzia che al crescere dell'età la valutazione del proprio rendimento scolastico decresce e il livello di stress percepito per il carico di lavoro si acuisce. Le ragazze sembrano apprezzare maggiormente e investire più energie nella scuola rispetto ai coetanei che, d'altro canto, dichiarano rapporti migliori coi compagni di classe. Si rilevano anche differenze tra tipologie di istituto: i liceali percepiscono un maggior senso di appartenenza alla scuola ma si sentono più stressati.

Contesto amicale

In sintesi, le amicizie e le frequentazione diventano sempre più salienti e significativi in adolescenza. La relazione appare più facile con i coetanei dello stesso genere. Le sfere amicali delle femmine e quella dei maschi appaiono differenti, soprattutto se si prende in considerazione l'evoluzione nel tempo e i mezzi per comunicare con gli amici. Le ragazze hanno un numero minore di amicizie ma più intime e approfondite. I contatti diretti sono inferiori rispetto a quelli dei ragazzi e mantengono più frequentemente i rapporti tramite telefono o computer. I ragazzi sembrano privilegiare l'allargamento della rete amicale: col passare degli anni le amicizie aumentano e si fanno più varie, includendo anche amicizie femminili. Le uscite con gli amici dopo la scuola e di sera sono più frequenti per i maschi.

Contesto di residenza

I giovani della ricerca HBSC dimostrano complessivamente di essere soddisfatti e partecipi del proprio contesto abitativo. Una percentuale consistente ritiene che vi sia un livello economico adeguato e la quasi totalità afferma di sentirsi sicuro nella zona in cui vive. Ciò che fa del quartiere un elemento di primaria importanza per lo sviluppo dei giovani è l'aspetto relazionale, definito capitale sociale. Dai dati emergono molteplici sfaccettature: buona parte dei giovani dichiara che la gente del proprio quartiere saluta, che vi è la possibilità di chiedere aiuto ai vicini, ecc. D'altro lato, va evidenziato che la fiducia, sembra essere percepita come carente.

Risorse personali

Il quadro che emerge dai dati raccolti è quello di giovani ben attrezzati rispetto alle proprie risorse personali. Gran parte di loro manifesta valori medi e alti rispetto all'autoefficacia percepita e ritengono di possedere buone abilità sociali.

Maschi e femmine si differenziano rispetto a queste dimensioni e i punteggi dei primi sono più elevati di quelli delle coetanee. Buona è anche la percezione autostima sociale, un costrutto che rileva il grado di importanza attribuito ad alcune sfere della vita: tempo libero, scuola, indipendenza, immaginazione, tolleranza e rispetto degli altri, obbedienza. Per quanto concerne la tendenza

all'individualismo o al collettivismo, i ragazzi dichiarano di essere maggiormente orientati verso il secondo. Queste tendenze si riflettono anche nel coinvolgimento in associazioni e organizzazioni frequentate assiduamente da molti di loro.

Salute e benessere

Sintetizzando con uno sguardo trasversale rispetto al genere e all'età, emerge che le femmine riportano, in generale, valori inferiori di salute e benessere rispetto ai coetanei: esse hanno una percezione della propria salute peggiore, sono meno soddisfatte della propria vita, hanno minori livelli di benessere psicosociale e maggiori di malessere psicosomatico; fanno anche maggiore uso di farmaci. Tuttavia, emerge che le femmine hanno maggiore cura per la propria persona (igiene personale) e riportano un numero inferiore di infortuni.

Probabilmente la fase del ciclo di vita che stanno attraversando le rende maggiormente vulnerabili, oppure possiedono maggiore senso critico rispetto alle variabili prese in considerazione, come già emerso anche per quanto concerne le risorse personali.

Fonti di informazione

In generale, dai dati raccolti la Tv appare essere la fonte informativa più occasionale per i giovani rispetto ai temi di salute: alimentazione, alcol, droga, sessualità e bullismo. Internet pare, invece, ancora relativamente occasionale. Le agenzie educative (famiglia e scuola), benché sempre presenti, variano notevolmente il loro peso nelle diverse tematiche, sia in assoluto sia in relazione alle altre fonti di informazione (la famiglia è indicata come fonte informativa sull'alimentazione da oltre due terzi degli studenti mentre la percentuale scende intorno al 20% per la sessualità, tema che quasi la metà dei ragazzi preferisce discutere con gli amici). I dati confermano che gli adolescenti trovano difficoltà a trattare alcuni temi con le figure educative di riferimento, siano esse in famiglia o a scuola.

Alimentazione

La maggior parte delle famiglie lombarde stabilisce regole precise su come si sta a tavola. Per la maggior parte di loro contano le buone maniere ed è importante che si mangi seduti intorno a un tavolo. Il 70% ha la buona abitudine di fare colazione e la percentuale sale nei fine settimana. Rispetto alla qualità della dieta è possibile fare ulteriori miglioramenti. A titolo esemplificativo: benché molti studenti mangino frutta e verdura ogni giorno, sono ancora in pochi ad assumerne più porzioni quotidianamente. Il pesce è mangiato spesso da un'ampia fetta della popolazione ma il 35% non lo assume mai. I cereali integrali sono pressoché sconosciuti. Inoltre sarebbe sano ridurre l'apporto di dolci che

appare molto frequente. Infine, il 12.2% dei giovani afferma di seguire una dieta dimagrante.

Attività fisica

I giovani lombardi praticano sport abbastanza frequentemente, per poche ore al giorno. Dal confronto del tempo dedicato all'attività fisica nell'orario scolastico ed extrascolastico sembra che una fetta di popolazione giovanile limiti l'esercizio fisico alle sole ore proposte dalla scuola. In generale sono i maschi a impegnarsi maggiormente nello sport rispetto alle coetanee e si assiste a una progressiva diminuzione dell'esercizio fisico con l'aumento dell'età.

Sviluppo fisico e sessualità

Lo sviluppo fisico del campione femminile e maschile è in linea con le indicazioni di letteratura. Per quanto riguarda la sfera sessuale (indagata sono nei quindicenni), dichiara di aver avuto rapporti sessuali completi meno di un quarto dei quindicenni. Tra i metodi per evitare una gravidanza, quello maggiormente utilizzato risulta essere il profilattico, scelto dall'82% degli adolescenti sessualmente attivi. Accanto a questo, i ragazzi indicano anche il coito interrotto e la pillola, sebbene siano molto meno utilizzati. Accanto a questi, vi è un 9% che afferma di non utilizzare alcun metodo.

Bullismo e violenza

Nel campione lombardo il bullismo è un fenomeno che coinvolge circa il 12-18% degli studenti, sia in qualità di vittime sia di artefici. La ripetizione sistematica (1 o più volte alla settimana) di comportamenti aggressivi riguarda circa il 2% degli studenti. Queste percentuali si modificano al crescere dell'età, mostrando un maggior coinvolgimento attivo degli studenti di 13 e 15 anni. Nel report il tema è stato analizzato in profondità solo negli studenti di 13 anni permettendo di rilevare le diverse forme di bullismo: indiretto (esclusione, insulti, diffusione di bugie), diretto (insulti pesanti, spintoni, colpi o calci) e il "cyberbullismo" (tramite computer, e-mail, cellulare).

Consumo di sostanze

Dai dati raccolti è emerso come oltre la metà degli studenti di 11, 13 e 15 anni sia coinvolto nel consumo di sostanze, anche a fronte di numerose indicazioni internazionali circa gli effetti negativi del loro uso. Se si esclude l'uso esclusivo dell'alcol, legato nel nostro Paese ad una particolare cultura e tradizione alimentare, emerge che circa il 25% degli studenti ha fatto uso almeno 1 volta di una delle altre sostanze indagate (tra cui il tabacco). In particolare, circa l'8% ha

fatto uso di almeno una sostanza illegale. Tale dato cresce fino al 24% nei quindicenni e al 30% se si considerano soltanto i maschi.

Fruizione dei media

Gli studenti lombardi dichiarano un alto utilizzo di questi strumenti: tra il 40 e il 70% degli intervistati fa uso di uno dei media indagati per 2 o più ore al giorno, e tra il 10 e il 25% li utilizza per 4 ore o più.

Il media maggiormente fruito risulta essere la televisione. L'altro strumento particolarmente utilizzato è il computer. La quasi totalità degli studenti di 13 e 15 anni possiede un cellulare e l'85% dei quindicenni dichiara di tenerlo acceso durante l'orario scolastico. Circa il 70% degli studenti naviga frequentemente in internet.

Ricadute operative

La ricerca mostra una popolazione prevalentemente sana sia dal punto fisico che psicofisico. Dall'analisi dei cluster si rileva però un nucleo circoscritto di soggetti che mette in atto frequentemente comportamenti rischiosi e gode di un numero limitato di risorse personali e ambientali. Ciò suggerisce l'opportunità di pensare a progetti mirati di prevenzione selettiva e indicata specificatamente rivolti a loro. Un esempio di contesto su cui intervenire in modo selettivo sono gli istituti professionali i cui studenti dichiarano regolarmente la messa in atto di comportamenti più rischiosi e la minor disponibilità di risorse personali e ambientali.

Il quadro d'insieme evidenzia, però, un generale peggioramento delle condizioni di salute al crescere dell'età. Tale indicazione sostiene l'ipotesi, ampiamente riportata nella letteratura di settore, dell'importanza di intervenire precocemente per rafforzare abitudini sane acquisite durante l'infanzia e contrastare la fisiologica tendenza al loro declino.

Maschi e femmine, inoltre, appaiono differenti e le seconde dichiarano in generale un minor possesso di risorse personali tra cui, ad esempio, l'autoefficacia. Questa indicazione suggerisce l'utilità di predisporre interventi differenziati per i due generi. La differenza tra maschi e femmine rispetto ai comportamenti quali l'assunzione di sostanze psicotrope, tende a scomparire verso i 15 anni sostenendo ulteriormente l'importanza di un intervento precoce.

Copyright © 2013 Éupolis Lombardia

Edizione: maggio 2013