

# ALTERNANZA SCUOLA·LAVORO IN ISS

5-8 e 14-16 febbraio 2018



## RAGAZZI CHI RISCHIA ?

Dal problema alla prevenzione dei principali fattori di rischio, vulnerabilità e dipendenza in adolescenza

### Studenti

- C. S. (Liceo Orazio)
- A. D. (Liceo Orazio)
- B. E. (Liceo Avogadro)
- G. S. (Liceo Avogadro)

### Tutor

Emanuele Scafato, Claudia Gandin, Silvia Ghirini  
Rosaria Russo, Riccardo Scipione

Osservatorio Nazionale Alcol

Centro OMS per la ricerca e la promozione della salute sull'alcol e problematiche alcolcorrelate

Centro Nazionale Dipendenze e Doping

## Dalla teoria...

- Abbiamo analizzato i **fattori di rischio sulle vulnerabilità degli adolescenti a ALCOL e dipendenze** e la prevenzione possibile. Abbiamo:
  - **preparato un questionario**
  - **diffuso via web un'indagine conoscitiva** sulle abitudini alcoliche di un campione di giovani
  - **elaborato i dati statistici** per l'analisi del fenomeno prestando particolare attenzione alle **attitudini e alle percezioni verificando che esiste una DISINFORMAZIONE** da colmare basata su culture del bere che promuovono le bevande alcoliche nei luoghi di aggregazione giovanile (happy hours ...)
  - Deciso di preparare un opuscolo di prevenzione specifica



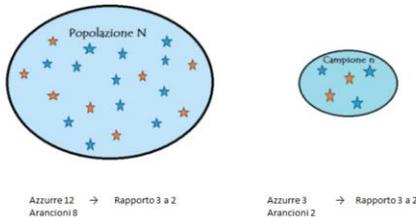
## ...alla pratica

- - Abbiamo appreso le tecniche di comunicazione e raccolto gli elementi di base necessari per realizzare il format grafico di una campagna di prevenzione e un opuscolo di sensibilizzazione per un target adolescenziale finalizzato alla riduzione del rischio legato al consumo **di alcol tra i giovani di età compresa tra i 12 e i 21**
- Abbiamo testato l'opuscolo e realizzato il prototipo da distribuire e da disseminare sul web e tramite i social network preparandoci all'organizzazione dell'Alcohol Prevention Day il 18 aprile 2018 in ISS

# PS2 · Ragazzi chi rischia? Dal problema alla prevenzione

## Nozioni fondamentali di statistica

**Il campione statistico**  
 Data una popolazione di N unità, un campione esprime una sua parte rappresentativa del tutto. Esso consente di indagare determinate caratteristiche della popolazione d'indagine e attribuirle per estrapolazione, all'universo di riferimento.



Un campione statistico può essere casuale, stratificato o a grappoli.  
**Il campione casuale semplice** è composto da n unità estratte in maniera casuale dalla popolazione N (tavole dei numeri casuali) che hanno tutte le medesime probabilità di entrarvi;  
**il campione stratificato**: si suddivide la popolazione N in k classi (detti strati) ciascuna con elementi il più possibile omogenei tra loro e si estrae un campione n<sub>i</sub> di opportuna dimensione da ciascuna classe;  
**il campionamento a grappoli**: si suddivide la popolazione N in k gruppi (detti grappi) ciascuno con elementi il più possibile eterogenei tra loro.

10. Pensi di conoscere un amico che possa avere problemi legati all'alcol?



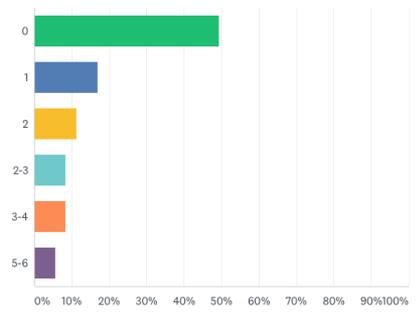
Saltata da: 0 Risposte: 71

SI	41%	29
NO	59%	42

**Il 41 % ritiene di conoscere un amico che ha problemi di alcol**

In una serata tipica (fine settimana) indica quanti bicchieri di SUPERALCOLICI / SHOTTINI consumi abitualmente

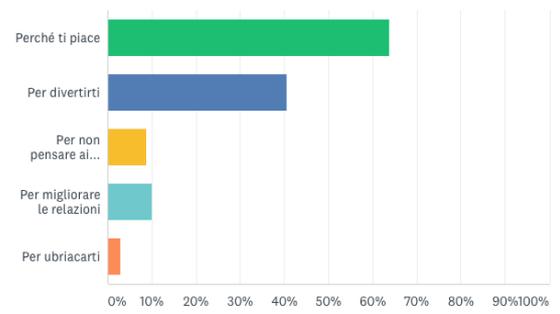
Risposte: 71 Saltate: 0



**CHI BEVE TROPPO consuma prevalentemente SUPERALCOLICI /COCKTAIL /SHOTTINI**

Perché bevi ?

Risposte: 69 Saltate: 2



OPZIONI DI RISPOSTA	RISPOSTE
▼ Perché ti piace	63,77% 44
▼ Per divertirti	40,58% 28
▼ Per non pensare ai problemi	8,70% 6
▼ Per migliorare le relazioni	10,14% 7
▼ Per ubriacarti	2,90% 2
Totale rispondenti: 69	

**Non si beve solo per piacere o divertimento MA anche per NON PENSARE AI PROBLEMI e PER UBRIACARSI**

Indagine conoscitiva del Progetto Alternanza Scuola Lavoro  
 Licei Orazio e Avogadro - Osservatorio Naz. Alcol Istituto Superiore di Sanità  
 Roma Febbraio 2018

\* 1. Quanti anni hai ?

\* 2. Maschio o Femmina ?

\* 3. Nell'ultima settimana, in quanti giorni ti è capitato di consumare bevande alcoliche ?  
 Mai  
 1-2  
 3-4  
 5-6  
 7-8  
 9-10  
 11-12

Indagine conoscitiva del Progetto Alternanza Scuola Lavoro  
 Licei Orazio e Avogadro - Osservatorio Naz. Alcol Istituto Superiore di Sanità  
 Roma Febbraio 2018

OK

Alcol e giovani : quanto ne sai ?

Ciao ! Puoi aiutarci a compilare questo breve questionario ANONIMO ?  
 GRAZIE !!!!

<https://it.surveymonkey.com/r/ZSCLLR2>

# PS2 · Ragazzi chi rischia? Dal problema alla prevenzione

L'ALCOL E' TOSSICO E DANNOSO PER IL FEGATO

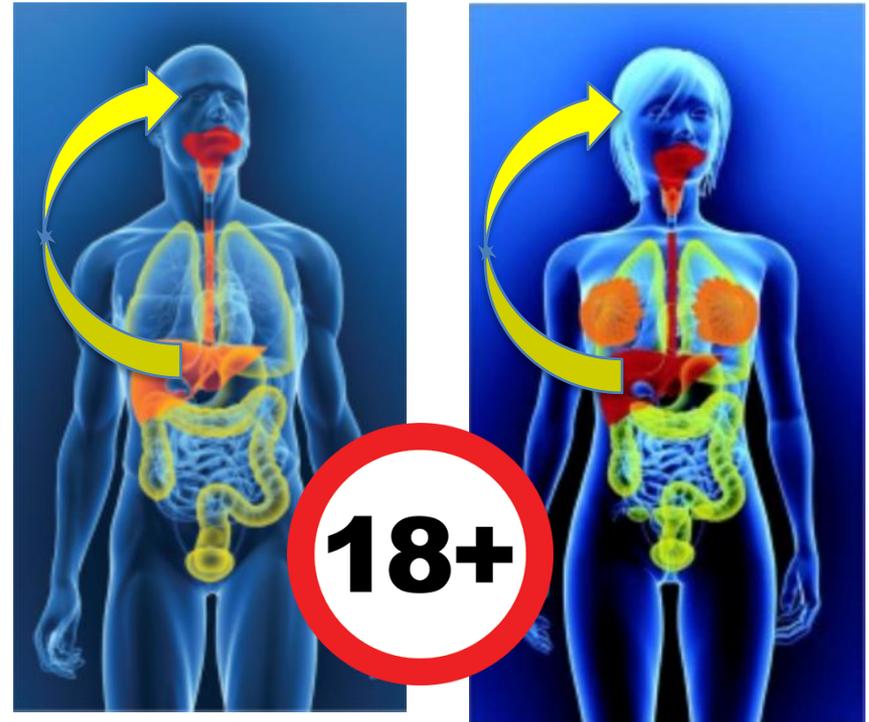


Il FEGATO metabolizza 1 UNITA' ALCOLICA in 2-3 ore  
L'ALCOL di OGNI bicchiere consumato IN PIU' CIRCOLA  
IMMODIFICATO E DANNEGGIA CERVELLO E FEGATO

Il FEGATO NON metabolizza l'ALCOL PRIMA  
DEI 18-21 ANNI



1 bicchiere = 1 unità = 12 grammi di alcol



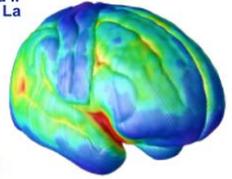
# PS2 · Ragazzi chi rischia? Dal problema alla prevenzione

L'ALCOL E' TOSSICO E DANNOSO PER IL CERVELLO

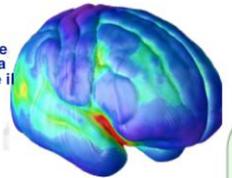


## Perché l'ALCOL danneggia lo sviluppo del CERVELLO degli adolescenti

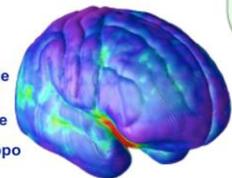
**12 ANNI**  
Durante l'adolescenza il cervello si trasforma. La materia grigia diminuisce e le connessioni sono rimodellate.



**16 ANNI**  
Il cervello è in fase di pieno sviluppo e si rimodellano le connessioni a prevalenza prefrontale (razionalità). In questa fase l'alcol impedisce il rimodellamento

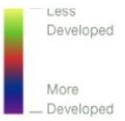


**21 ANNI**  
Lo sviluppo è completato. Le connessioni sono rimodellate irreversibilmente. Il risultato finale conferisce all'adulto le sue caratteristiche di razionalità grazie alla prevalenza prefrontale SE l'alcol non ha danneggiato lo sviluppo cerebrale.

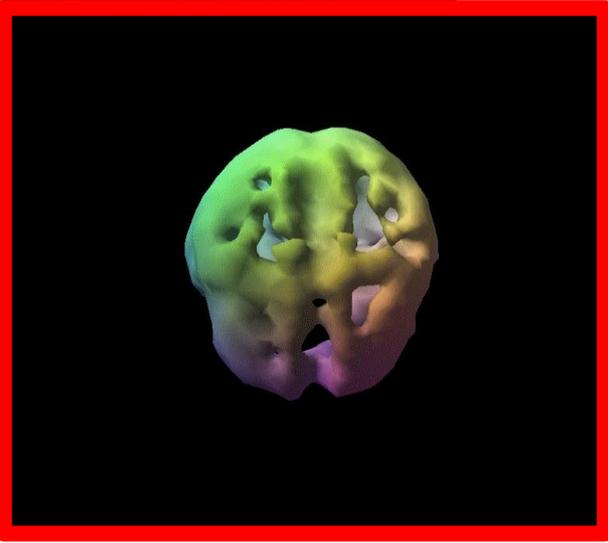
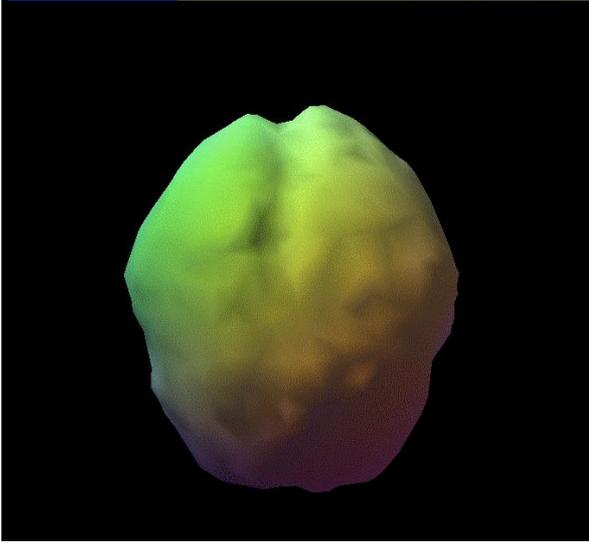


Dai 12 ai 21 anni un ampio rimodellamento (*pruning*) conduce il cervello da una modalità di ragionamento impulsiva, emozionale ad una razionale.

**BERE ALCOL interferisce sul RIMODELLAMENTO e BLOCCA lo sviluppo RAZIONALE verso lo stato cognitivo dell'adulto.**



Source : modified from <http://learn.genetics.utah.edu/content/addiction/factors/>



# PS2 · Ragazzi chi rischia? Dal problema alla prevenzione

**Abbiamo testato su un campione di giovani lo standard di comunicazione e il CLAIM per valutare la comprensibilità e l'efficacia del messaggio e prodotto un PROTOTIPO di opuscolo da realizzare attraverso una grafica professionale per l'ALCOHOL PREVENTION DAY 2018 come opuscolo di LIBERO DOMINIO per le scuole italiane**



**ALCOL MA TU QUANTO NE SAI ?**

**CONOSCERE PER NON RISCHIARE**



**E TU A CHE POSTO STAI?**  
Sotto i 18 anni è consigliabile non bere ma se bevi qual è il tuo rischio? Fai il test!

- Con quale frequenza consumi bevande alcoliche?
  - Mai 0 punti
  - Meno di 1 volta al mese 1 punto
  - 2-4 volte al mese 2 punti
  - 2-3 volte a settimana 3 punti
  - 4 o più volte a settimana 4 punti
- Nei giorni in cui bevi quante bevande alcoliche consumi in media?
  - 1-2 0 punti
  - 3-4 1 punto
  - 5-6 2 punti
  - 7-9 3 punti
  - 10 o più 4 punti
- Con quale frequenza ti è capitato di bere 6 o più bicchieri di bevande alcoliche in un'unica occasione?
  - Mai 0 punti
  - Meno di 1 volta al mese 1 punto
  - 1 volta al mese 2 punti
  - 1 volta alla settimana 3 punti
  - Ogni giorno o quasi 4 punti

**Risultati:**  
 1° 0 punti (zero rischio)  
 2° 1-3 punti (media probabilità di rischio)  
 3° da 4 punti in poi (alta probabilità di rischio)

Consulta comunque il tuo medico per farti consigliare

**PER TUTELARE LA PROPRIA SALUTE, E' CONSIGLIABILE PARLARNE CON IL PROPRIO MEDICO.**

**NUMERI UTILI:**  
 Telefono verde alcol  
 Istituto Superiore di Sanità  
 Ministero della salute  
 tel. 800 63 2000

**CONSULTAZIONE SITI:**  
[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)  
[www.epicentro.iss.it/alcol](http://www.epicentro.iss.it/alcol)  
[www.alcologiainfanzia.com](http://www.alcologiainfanzia.com)  
[www.alcolonline.it](http://www.alcolonline.it)

**INFO:** [alcol@iss.it](mailto:alcol@iss.it)

**Studenti:**  
 Alice Dionisi  
 Cecilia Schiavoni  
 Benedetta Esposito  
 Gloria Staffieri

**Tutor ISS:**  
 Emanuele Scafato  
 Claudia Gandin  
 Silvia Ghirini

**ALCOL**  
 Ma tu quanto ne sai ?

**CONOSCERE PER NON RISCHIARE**

**SII CONSAPEVOLE...**  
 Cos'è l'alcol?

L'alcol è una sostanza tossica capace di creare dipendenza. Può causare circa 200 patologie tra cui 14 tipi di cancro. Al contrario di come si ritiene comunemente, sebbene l'alcol contenga circa 7Kcal per grammo, non è un nutriente; ma ha effetti dannosi per l'intero organismo e per i giovani in particolare per il cervello.

**Rischio e salute**

Se hai meno di 18 anni il tuo organismo non è in grado di metabolizzare l'alcol e la legge italiana vieta la vendita e la somministrazione ai minori di tale età. Secondo evidenze scientifiche è consigliabile non assumere alcol fino all'età di 21 anni. Il consumo di alcolici può:

- alterare il tuo autocontrollo
- abbassare la percezione del rischio
- provocare danni cellulari a molti organi (cervello, fegato, stomaco, mammella)
- Causare perdita di coordinamento e orientamento
- Avere effetto depressivo o eccitante

Inoltre, l'organismo delle donne è più vulnerabile rispetto a quello degli uomini; infatti, raggiungono più velocemente livelli elevati di alcolemia con tempi più lunghi di smaltimento. Per questo è consigliabile per le donne non superare un'unità alcolica di 12 grammi, mentre per gli uomini non più di 2 unità. Per i giovani sotto i 18 anni zero è il consumo consigliato.

**Quantità "sicura"**

12 g di alcol determinano uno stato di 0,2 g/l di alcolemia che varia in funzione del peso, sesso e stomaco pieno o vuoto. Un'unità alcolica richiede 2-3 ore per essere metabolizzata dal fegato e quindi per riportare a zero l'alcolemia. Inoltre 12 g di alcol corrispondono a 100 Kcal e per smaltirle occorrerebbe camminare per circa 50 minuti. Limitare il consumo delle bevande alcoliche o smettere di bere è una delle indicazioni per ridurre il peso.

**Cin Cin**

**Pericolo alla guida**

Per il codice della strada il livello di alcolemia durante la guida deve essere pari a ZERO per chi ha meno di 21 anni, per i neopatentati e per i conducenti pubblici; per tutti gli altri guidatori non deve superare 0,5 g/L.

**OGGI L'ALCOL ALLA GUIDA RAPPRESENTA LA PRIMA CAUSA DI MORTE FRA I GIOVANI**

**Quando dire no**

- Durante la gravidanza
- Durante l'allattamento
- Al di sotto dei 18 anni
- Se si assumono farmaci
- Se si è a stomaco vuoto
- Se si hanno altri tipi di dipendenza

**Ricorda che...**

L'alcol può farti ubriacare e causarti problemi indipendentemente dal tipo di bevanda alcolica che consumi.

Quindi, è opportuno non superare le unità consigliate o non assumerle proprio.

Il cervello e l'organismo dei più giovani sono ancora in via di formazione, e l'uso di alcol può causare problemi di apprendimento, di memoria, di perdita di orientamento; inoltre, può aumentare la probabilità di avere problemi di alcolismo da adulti.

Non temere di essere isolato dicendo "NO ALL'ALCOL"; le statistiche dicono che la maggioranza dei ragazzi e ragazze non beve alcolici: sei in buona compagnia se decidi di essere uno di loro!

# PS2 · Ragazzi chi rischia? Dal problema alla prevenzione

- Abbiamo avviato la presentazione del progetto di realizzazione dell'opuscolo per la prevenzione nelle scuole con un INTERVISTA a DIREGIOVANI pubblicata sul web
- <http://www.dire.it/14-02-2018/174193-aquali-sono-i-rischi-dellalcol-ecco-lautovalutazione-dei-giovanissimi/>

**DIRE**  
AGENZIA DI STAMPA NAZIONALE



Giovani



14 febbraio 2018

Un dato centrale, per Scafato, "che le ragazze in questi giorni in alternanza scuola-lavoro hanno appreso" ed è "fondamentale per capire come esista un vuoto di informazione" o, nel peggiore dei casi, una cattiva informazione basata su **fake news** sempre più diffuse sul web, anche rispetto agli effetti dell'alcol: "Bisogna accompagnare i giovani sul web per fargli capire che tutte le notizie vanno analizzate alla luce dell'evidenza scientifica e che non devono seguire tutto ciò che gira sui social, dove spesso ci sono inviti a comportarsi in maniera rischiosa e a consumare bevande alcoliche- conclude- in modo da abbassare la percezione del rischio".



14 febbraio 2018



ROMA - Un invito all'autovalutazione del rischio derivato dal consumo di alcol. È questo l'obiettivo del materiale informativo destinato ai giovani che quattro studentesse dei licei 'Orazio' e 'Avogadro' di Roma in alternanza scuola-lavoro all'Istituto Superiore di Sanità stanno realizzando sotto la guida del direttore dell'Osservatorio Nazionale Alcol Emanuele Scafato.

Due settimane di full immersion in cui le quattro ragazze hanno studiato sintomi e rischi correlati al consumo di alcol, soprattutto tra gli adolescenti, ed appreso le basi dell'approccio statistico, fondamentali per la realizzazione e valutazione di un questionario online somministrato da circa una settimana ai loro coetanei.



14 febbraio 2018

