



COME VANNO LE COSE

Fuorigioco

DI ANTONIO MAZZI



Noi e i nostri figli schiavi delle pastiglie

Stando a uno studio del Cnr, pare che otto ragazzi su cento si "dopino" facendo ricorso a psicofarmaci, soprattutto prima degli esami, per evitare attacchi di panico, ansie e paure. Ogni anno queste ricerche escono puntuali, devastanti, incomplete.

Chi conosce i primi rudimenti di psicologia dovrebbe sapere, per esempio, che la parola "doping" scatena conseguenze incontrollate, collegando il grande mondo dello sport con il piccolo mondo quotidiano. Purtroppo il fenomeno è conosciuto e denunciato da noi, operatori di comunità, da sempre, senza usare paroloni imprudenti. Con una preoccupazione molto meno medica e molto più educativa. I calmanti, gli stimolanti, le pillole per diete e cose simili sono usati da famiglie intere quasi sempre con il consenso degli adulti.

Ripeto che non mi fido dei campioni elaborati dagli istituti di ricerca. Le risposte sono sempre meno credibili. I ragazzi, soprattutto se adolescenti, nel campo degli psicofarmaci collegati all'alcol e alle droghe rispondono come vogliono e come tira il vento.

Del pericolo di imitazioni e traini facili, ho già detto sopra. L'adolescente difficilmente si apre e ancor più difficilmente ammette quello che fa. Ha una sua maschera che usa per auto-

LE MISCELE DI COCA, FARMACI E ALCOL SONO SPAVENTOSE NON SOLO IN TEMPO D'ESAMI. ALLARMIAMOCI SEMPRE.

difesa delle birichinate. Se poi, aggiungiamo l'ambiente scolastico, strano e falso, la frittata si completa. Urge convincere i genitori, quasi obbligarli, a svuotare gli armadietti dei farmaci e a essere i primi a non farne uso, con o senza i certificati medici. **Le percentuali degli adulti che usano tranquillanti è spaventosa. Manchiamo di un'educazione preventiva, di una regola di benessere fisico e psichico più legato al verde, alle passeggiate nei parchi, all'alimentazione sana, alla meditazione interiore, auto rilassante, alla musica classica.**

Il pericolo c'è ma non è legato solo ai giovani e nemmeno all'efficienza intellettuale e mnemonica in prossimità degli esami. L'ignoranza nostra, in questo campo, è deleteria, come al solito arriviamo quando sono scappati carro e buoi. Già pochi giorni dopo la nascita, sento genitori parlare di pillolette, purghette, di pediatri a ogni piè sospinto.

Non allarmiamoci e soprattutto non allarmiamo i nostri figli. Lavoriamo molto prima. Attenzione ai rifornimenti via Internet e per le ragazze non fermiamoci al compito in classe, o all'interrogazione di chimica. Il preoccupante fenomeno dell'anoressia e della bulimia ha percentuali devastanti.

Le miscele di farmaci, coca, alcol sono molto più spaventose e non sono legate solo alla fine d'anno scolastico. Se dobbiamo allarmarci, facciamolo in modo intelligente, permanente, meno paranoico. Ne abbiamo parlato più volte da queste pagine. ■

alla moviola

150 mila studenti

Il 6% della popolazione scolarizzata, tra i 15 e i 19 anni, ha usato psicofarmaci (per l'attenzione, per la dieta, per dormire) senza la prescrizione medica negli ultimi 12 mesi.

È quanto emerge dall'ultimo studio Espad 2011, realizzato a Pisa dall'Istituto di fisiologia clinica del Cnr.