

Scuola media 'Dante Arfelli' di Cesenatico

Fumo e alcol fra i giovani: tutto troppo presto

Secondo studi recenti la fascia di iniziazione alla prima sigaretta è quella della scuola secondaria di primo grado: tra i 10 e i 13 anni

Tutto troppo presto. «La prima volta che ho fumato è stato in casa con una sigaretta elettronica di mio padre e lui non lo sapeva. Era appena uscito per andare a fare benzina allora io sono andato a vedere se c'era la sigaretta, era sulla tavola, l'ho presa, mi sono chiuso in bagno e ho fatto il mio primo tiro. Era una bella sensazione allora ho fatto diversi tiri e così mi è venuto il mal di testa». Anche i ragazzi delle medie fumano. Abbiamo chiesto ai nostri coetanei di raccontarci la loro esperienza. Molti hanno iniziato a fumare per imitare gli amici o le amiche, per sentirsi parte di un gruppo o perché, come ci hanno detto alcuni «fa apparire figo davanti agli altri».

Secondo studi recenti la fascia di età dell'iniziazione al fumo di sigaretta è quella della scuola secondaria di primo grado (10-13 anni) e circa uno studente su cinque dai 13 ai 15 anni ha fumato più di una sigaretta negli ultimi 30 giorni. La maggior parte dei ragazzi che abbiamo intervistato fuma sigarette elettroniche (le cosiddette Puff), ma non solo. Spesso sono gli amici che già fumano a far provare la prima sigaretta: «La prima volta che ho fumato è stato con degli amici al parco. Erava-



Un adolescente mentre fuma una sigaretta

mo appena usciti dalla discoteca e loro mi hanno chiesto di provare, avevo un po' di paura ma ero anche curioso, ho provato una Puff all'anguria e ho tossito subito. Poi i miei amici mi hanno spinto a fare altri tiri. All'inizio ero contrario ma poi mi hanno convinto. Da quel momento non ho mai smesso di fumare».

I giovani vengono spinti a fumare anche dagli aromi molto dolci e fruttati delle Puff: zucchero filato, coca-cola, fragola, e molti altri. Rispetto alle sigarette classiche poi, le Puff non lasciano cattivi odori sui vestiti, in bocca e nelle mani e quindi può essere piuttosto semplice il loro utilizzo all'insaputa dei genitori.

Bisogna ricordare che la legge prevede il divieto di vendita ai minorenni di qualunque tipo di sigaretta, dei liquidi (con o senza nicotina) e dei dispositivi elettronici. Nonostante questo anche i ragazzi molto giovani riescono a procurarselo. Come fanno? Le risposte si somigliano tutte: «me le compra mia sorella»,

«vado dal tabaccaio che non mi dice niente», «conosco ragazzi più grandi e me le faccio comprare da loro», «le compro al distributore automatico, uso la tessera sanitaria di mio fratello». I ragazzi che abbiamo intervistato ci dicono di sapere che il fumo fa male ma di non volere o di non potere farne a meno.

Un dato davvero preoccupante, considerando che questa è l'età dello sviluppo ed è stato provato che il fumo delle sigarette elettroniche può essere causa di malattie come ipertensione, diabete e può interferire con lo sviluppo neurologico dei più giovani. Ma perché quando si inizia a fumare queste sigarette è difficile smettere? In alcuni liquidi che vengono vaporizzati è presente la nicotina sintetica che è più potente di quella classica presente nel tabacco e crea più dipendenza. Quindi possiamo concludere dicendo che chi pensa che le Puff non facciano male alla salute si sbaglia: è molto facile iniziare a «svapare» ma è molto più complicato smettere.

Ginevra Della Chiesa, Elisa Forti, Matilde Mattioli, Alessandro Mordenti, Tabata Prati della classe III G della scuola media 'Dante Arfelli' di Cesenatico

La drammatica testimonianza di un adolescente

«Una sera in spiaggia ho bevuto vodka e ho perso conoscenza, mi sono risvegliato all'ospedale»

Il consumo di alcolici può provocare attacchi di rabbia e causare seri problemi di salute

Secondo uno studio Istat il 9% dei ragazzi italiani compresi fra gli 11 e i 15 anni ha assunto alcolici nell'ultimo anno. Il fumo non è l'unico problema diffuso fra i giovanissimi. Durante l'adolescenza si è alla ricerca della propria identità, spesso accompagnata da ansie e paure. In questo caso l'alcol funge da facilitatore (come si suol dire 'bere per dimenticare') come valvola di sfogo e via di fuga in quanto i

suoi effetti possono aiutare il ragazzo a superare i propri timori. Ma è un'illusione e i danni che derivano sono gravissimi. Molto spesso ci si fa influenzare da amici o addirittura dai genitori senza sapere che l'alcol può causare seri problemi di salute. Il consumo di alcol può infatti provocare attacchi di rabbia e perdita di controllo. Alcune conseguenze, compresi danni al cervello, non si manifestano subito ma in età adulta. Ad esempio fra i vari disturbi cerebrali associati all'alcol, sembra esserci un rischio maggiore di avere l'alzheimer.

Sulle ragazze l'effetto dell'alcol è maggiore perché sono più vul-

nerabili e lo smaltiscono più lentamente rispetto agli uomini, infatti la maggior parte degli incidenti stradali, avvenuti da ubriachi, sono causati da ragazze. I ragazzini spesso bevono vodka lemon, una bevanda alcolica che, come le Puff, ha diversi gusti. Spesso si lasciano ingannare dai gusti fruttati di alcuni alcolici pensando che non lo siano, ad esempio, liquori dolci o vodka con gusti alla frutta.

Infine ecco le parole di un nostro coetaneo che devono farci riflettere: «Era il 29 luglio 2022, la mattina io e amici cercavamo qualcosa di bello da fare la sera, allora abbiamo deciso di andare



al supermercato a prendere qualche alcolico. Abbiamo preso 2 bottiglie di Jack Daniel's e una di vodka alla pesca. La sera, visto che dovevamo fare una sorta di gioco in spiaggia, io e tre miei amici siamo andati prima a preparare tutto. Appena finito di preparare ci stavamo annoiando allora abbiamo deciso di aprire una bottiglia di Jack Daniel's. I miei amici ne hanno bevuta un po' e poi l'hanno passa-

ta a me quando mancavano circa tre quarti di bottiglia. Io, per fare il 'figo' davanti a loro, me la sono bevuta tutta. Da qui in poi non mi ricordo niente finché non mi sono svegliato in ospedale».

Ginevra Della Chiesa, Elisa Forti, Matilde Mattioli, Alessandro Mordenti, Tabata Prati della classe III G della scuola media 'Dante Arfelli' di Cesenatico