

## ABUSO DI SOSTANZE

Quando si parla di abuso di sostanze è importante capire il perché l'adolescente ne ha fatto uso o ne ha abusato e comprendere il suo stato d'animo in quel determinato momento.

Gli adolescenti spesso utilizzano droga per sentirsi "alla moda" o come forma di protesta verso il mondo degli adulti. Tali sostanze hanno effetti stimolanti, migliorano temporaneamente le performance fisiche e psichiche e disinibiscono il soggetto all'interno delle relazioni. Questo scopre che le sostanze sono funzionali a rispondere ai suoi bisogni psichici e le utilizza come sorta di automedicazione.

All'abuso di sostanze si collega la tossicodipendenza, disturbo che ha manifestazioni sintomatologiche di tipo cognitivo, comportamentale e fisiologico ed il soggetto diviene tossicodipendente nel momento in cui non è più lui a decidere di utilizzare una determinata sostanza ma tutto l'arco della giornata comincia a girare intorno alla ricerca di quella sostanza, venendo meno le energie impiegate nelle relazioni, nello studio e nel tempo libero.

I fattori che favoriscono la tossicodipendenza sono:

- Ambienti stressanti: gruppo dei pari, scuola, problematiche intrafamiliari, modelli educativi incostanti e il non superamento di un lutto

Tra le sostanze d'abuso maggiormente utilizzate troviamo:

- Sostanze stimolanti: cannabis, cocaina, ecstasy, alcool
- Sostanze deprimenti: oppio e derivanti come l'eroina
- Sostanze ipnotiche: allucinogeni

		SINTOMI FISIOLGICI	SINTOMI PSICHICI	DURATA DELL'EFFETTO
CANNABIS	Il fumo di marijuana contiene dal 50 al 70% di sostanze cancerogene e la viscosità attacca facilmente gli alveoli polmonare	Tachicardia, disorientamento, mancanza di coordinazione fisica e attacchi di panico. Modificazione della struttura spermatozoica e alterazioni nel ciclo mestruale. Danneggia la memoria e può provocare una divisione cellulare anomala con il rischio di provocare nel feto gravi difetti genetici	Psicosi, nevrosi d'ansia	
COCAINA		L'overdose provoca danni cardiovascolari cerebrali, vasocostrizione dei vasi sanguigni del cervello provocando ictus. Costrizione delle arterie del cuore che causa ischemia. Aumento pressione e frequenza cardiaca	Euforia, grandi quantità di energia, sbalzi d'umore. Astinenza: depressione, ansia, prurito, nausea e vomito	Possono durare per settimane e proseguire per mesi. Anche quando i sintomi non sono più presenti, il soggetto può sentirne il desiderio. I

EROINA	Si dividono in base all'impurità. I tipi più comuni sono: eroina bianca (neve) e base (brown sugar). La bianca viene iniettata e la base preferibilmente fumata	Gli effetti variano: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Endovena: maggiore intensità e rapido raggiungimento di euforia (7/8 sec)</li> <li>- Intramuscolare: effetto meno rapido (5/8 min). Se iniettata o fumata l'apice si ottiene dopo i 10/15 min</li> </ul>	Quando si fa uso giornaliero: disturbo di dipendenza che provoca assuefazione. la dipendenza psicologica si manifesta con il bisogno costante di assumere la sostanza, seguito da umore negativo e comportamento irrazionale e la dipendenza dura per tutta la vita	L'effetto euforizzante è chiamato rush, è paragonabile all'orgasmo e dura da qualche secondo a qualche minuto. Passato il rush si è in uno stato di semivigilanza, nel quale si verifica un distacco dalla realtà ed effetto sedativo sul SNC. Coordinazione e concentrazione sono ridotte, parola lenta e funzioni mentali annebbiate. Dopo il periodo definito "luna di miele", della durata di 10 gg, il soggetto diventa tollerante ed a bisogno di aumentare la dose. L'astinenza fisica dura circa due settimane
--------	---	---	---	--

fasi di disintossicazione terapeutica:

1) Disintossicazione: prevede l'uso di sostanze farmacologiche (metadone) e comprende l'analisi di eventuali malattie infettive come HIV

2) Intervento psicoterapeutico: modello teorico di psicoterapia risultato più efficace è la terapia cognitiva comportamentale. Fa leva sull'utilizzo di strategie per far fronte ad emozioni e situazioni associate all'uso e all'abuso di sostanze.

**ALCOOL:** sostanza di abuso che può portare al coma etilico. Nel periodo di astinenza si possono avere crisi psicotiche, allucinazioni microscopiche che includono a visioni di piccoli animali che camminano sul proprio corpo. Tali possono manifestarsi anche nei soggetti predisposti che non presentano la sintomatologia ma si possono manifestare sintomi di tipo psicotico.

#### **DIPENDENZE SENZA SOSTANZA**

Tra le dipendenze senza sostanza si ricordano: la dipendenza da internet (IAD) e di dipendenza da gioco d'azzardo (GAP). La dipendenza IAD riguarda quegli adolescenti per i quali internet rappresenta l'altro,

È importante che l'adulto mantenga attiva la comunicazione con l'adolescente, lo accolga e lo riaccolga anche in quelle manifestazioni che possono apparire esagerate ed esuberanti, mediante l'utilizzo di poche regole ma che siano chiare e condivise.

- **GIOCHI DI GRUPPO VIRTUALI:** negli anni '90 si è iniziato a studiare un fenomeno che in Europa è approdato intorno al 2000, riguardante gli Ikikimori, fusione di due parole che hanno significato di indietreggiare/isolarsi/togliersi dalla realtà, per rinchiudersi nella realtà virtuale. Tale dipendenza avviene perché probabilmente gli adolescenti maggiormente esposti sono introversi, piuttosto timidi e che non riescono a vivere adeguatamente le relazioni ed il rapporto con i pari. La modalità quotidiana in cui vive l'ikikimori risulta anomala, si rinchiude nella sua stanza, non esce nemmeno per mangiare ed è generalmente la famiglia che gli poggia il cibo davanti alla porta della sua camera, che è rigorosamente chiusa. Accumulano sporcizia, il loro ritmo del sonno si modifica, dormendo di giorno e rimanendo svegli la notte, ogni tentativo di dialogo diventa un monologo che trova chiusa la porta emotiva del ragazzo, così come è chiusa quella della sua stanza.

Terapia: percorso psicoterapeutico cognitivo comportamentale, ove vi è la necessità di una terapia farmacologica, rappresentata dall'utilizzo combinato di farmaci ansiolitici ed antidepressivi in quanto, di fronte all'incapacità di relazione vi è un abbassamento del tono dell'umore..

Gli adolescenti incanalano le proprie energie e risorse cognitive esclusivamente nel continuare ad essere isolati e giocare a questi giochi multiplayer. Il rischio è particolarmente alto negli adolescenti in quanto non sono ancora sviluppati sufficientemente.

### **SEXTING**

Neologismo inglese che deriva dall'unione delle parole sex e text e possono essere scritti o immagini con contenuti sessuali espliciti. Come sua conseguenza vi è il cybersesso, praticato o simulato attraverso strumenti tecnologici al quale possono partecipare due o più persone.

Il sexting è l'evoluzione digitale di quella pratica dell'inviarsi foto o ritratti nudi, che inizialmente era nata per conservare l'intimità nei periodi di lontananza forzata e che nel tempo si è trasformata anche in uno strumento di seduzione ed addeccamento, che inizialmente riguardava solamente uomini e donne adulti. Una ricerca di Emily Stasko e Pamela Geller ha evidenziato tale rischio prendendo in esame un ampio campione di persone (870 di età compresa tra i 18 e gli 82 anni, più della metà rappresentato da donne). La ricerca aveva come obiettivo di quantificare la pratica, valutare le ragioni ed il perché coloro che facevano sexting mettevano in pratica tale metodo. Il grado di piacere sessuale provocante. Circa l'82% ha risposto affermando che almeno una volta nell'ultimo anno hanno praticato sexting, il 65% nel contesto di relazione consolidata, come parte divertente del rapporto, mentre il 43% ha risposto di aver fatto sexting all'interno di rapporti occasionali. Le ricercatrici hanno poi scoperto che all'interno delle coppie consolidate rappresenta la parte divertente che comporta un aumento del soddisfacimento sessuale da parte dei partner.

In Europa il 70% utilizza internet e 30 milioni di persone in Italia lo utilizzano tutti i giorni. Fino ai primi anni 2000, gli utenti di internet cioè che maggiormente cercavano erano informazioni affiancate all'utilizzo di email mentre negli ultimi anni è cresciuto il numero di persone che utilizzano chat, sms, social network, giochi e usufruiscono della visione di siti pornografici. L'età degli utenti si è notevolmente abbassata, tra gli 11 e i 15 anni si ha già lo smartphone e la metà di essi lo usa online. Minore è l'età, maggiori sono i rischi in cui gli adolescenti sono coinvolti: in Italia, coinvolge il 15% degli adolescenti di età compresa tra gli 11 e i 16 anni ed il 35% dei minori nel nostro paese invia o pubblica su social messaggi, foto e video a contenuto espressamente sessuale.

Quali sono le conseguenze?

- Rischio di malattie sessuali a seguito di sessualità non coperta
- Rischio di dipendenza perché l'età evolutiva è un passaggio molto rapido in quanto la parte

### **DIPENDENZA SESSUALE (SEX ADDICTION)**

Definita come desiderio sessuale eccessivo ed atipico. Negli ultimi 30 anni questa dipendenza è stata oggetto di discussioni nell'ambito degli studiosi di dipendenze e sessualità. Il dibattito è centrato sul fatto se sia legittimo parlare di una dipendenza sessuale e se possa essere considerata vera e propria malattia medica oppure no. Nella comunità scientifica non si ha ancora oggi un consenso unanime sul fatto che effettivamente esista tale dipendenza, alcuni la definiscono al pari delle dipendenze da sostanze ed i soggetti sono considerati al pari dei tossicodipendenti ed altri invece, ritengono che tale dipendenza esista ma appartenga alla categoria dei disturbi ossessivo compulsivi e per altri è addirittura un mito. La dipendenza sessuale è stata anche etichettata in diversi modi:

- 1983, Carnes la definisce dipendenza sessuale
- 1987, Barth e Kinder la definiscono impulsività sessuale
- 2001, Kafka la definisce come ipersessualità non parafilica e Coleman la definisce come comportamento sessuale compulsivo o sessualità disregolare
- I manuali DSM-5 ed IC10 definiscono il comportamento sessuale eccessivo degli uomini come satiriasi, nelle donne come ninfomania. Sono considerati con una diagnosi medica (DSM-5= disordine ipersessuale)

Coloro che si sono occupati di definire la presenza di dipendenza sessuale, hanno rilevato la presenza di comportamenti caratteristici che si riscontrano nelle storie di questi individui:

1. Presenza di storie di abusi
2. Tipo di attaccamento: insicuro, presenza di relazioni caotiche nella famiglia ed assenza di regole chiare e precise
3. Disturbo del controllo degli impulsi: ADHD
4. Compresenza con altre dipendenze ad esempio vi è interconnessione tra la dipendenza sessuale e quella da sostanze, shopping compulsivo e dipendenza da gioco d'azzardo

Quali sono le conseguenze?

- Perdita di relazioni affettive, gravi problemi coniugali e familiari, difficoltà lavorative e perdita di interesse verso ciò che non riguarda il sesso
- Sviluppo di tolleranza come accade negli altri tipi di dipendenza, non traggono più soddisfazione dall'attività sessuale fatta fino a quel momento, costringendoli ad aumentare la frequenza con cui intrattengono le proprie esperienze sessuali, portandoli a ricercare attività sessuali insolite ed un maggiore utilizzo di materiale pornografico
- Connessione tra dipendenza sessuale e IAD = dipendenza da sessualità online, dove la rete viene impiegata per soddisfazioni sessuali come lo scambio di materiale pornografico, chat room o webcam per praticare attività erotiche.

Nel 1998, Kooper ha suggerito che vi sono tre fattori primari che facilitano e alimentano la sessualità online:

1. Accessibilità
2. Convenienza
3. Anonimato

Qual è l'identikit di chi fa uso di questi siti?

Età: qualsiasi

Cultura: qualsiasi

Razza: qualsiasi

Livello socioeconomico: qualsiasi

Istruzione: qualsiasi

La ricercatrice Jung suggerisce un recupero integrato, rappresentato da un percorso di psicoterapia cognitivo comportamentale che porta ad un cambiamento nel comportamento del soggetto e tende a far sì che l'individuo eviti le situazioni di maggior rischio che lo portano ad utilizzare un sito hard ed un