

La salute psichica dei giovani

Studio sulla situazione in Svizzera e nel Liechtenstein

Sintesi

Salute psichica

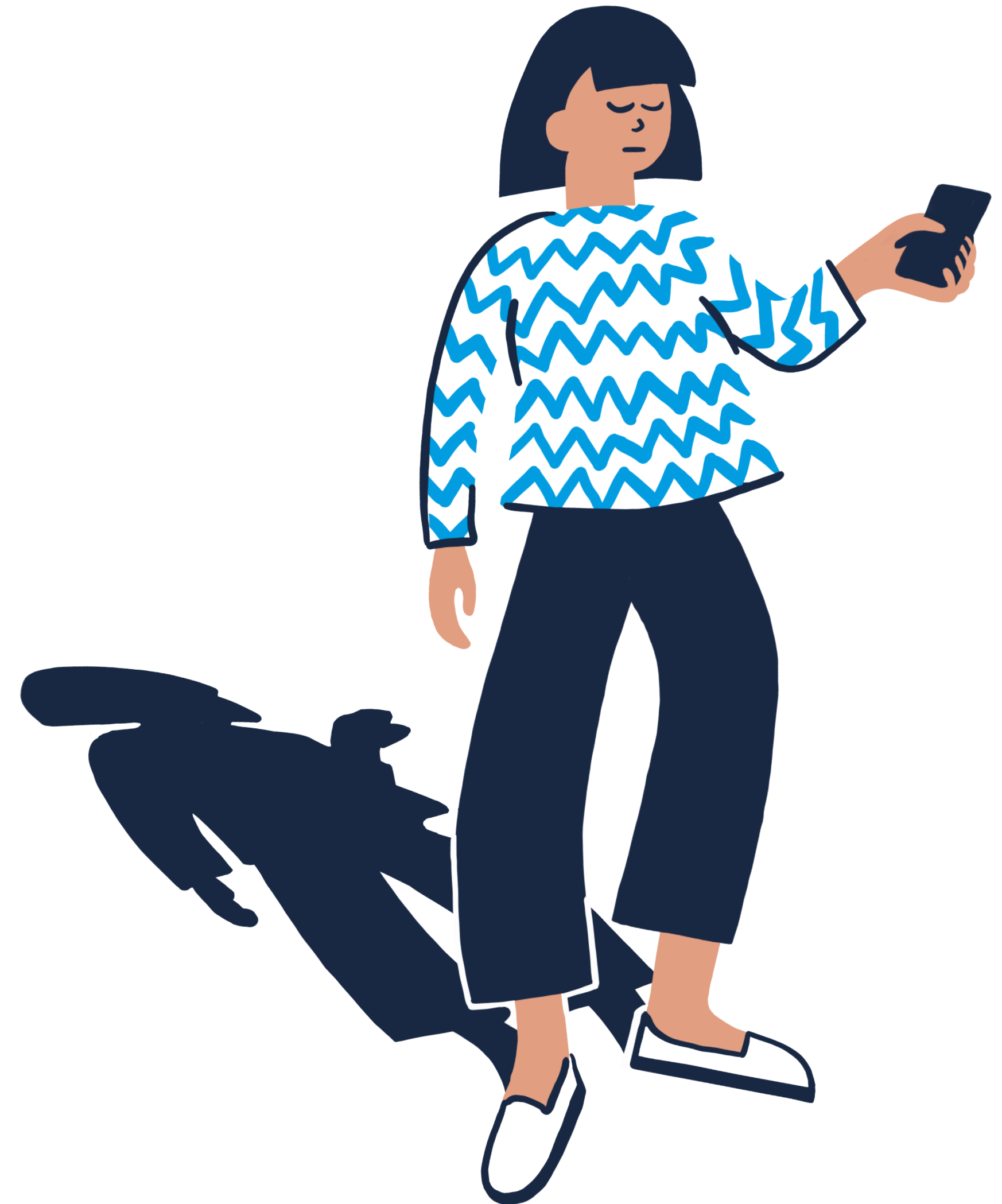
- Un terzo dei giovani tra i 14 e i 19 anni ha problemi psichici.
- Un/a giovane su undici ha già cercato di togliersi la vita

Fattori di rischio al centro dell'attenzione

- Condizioni familiari difficili
- Status socioeconomico basso
- Esperienze negative durante l'infanzia
- Disturbi cronici

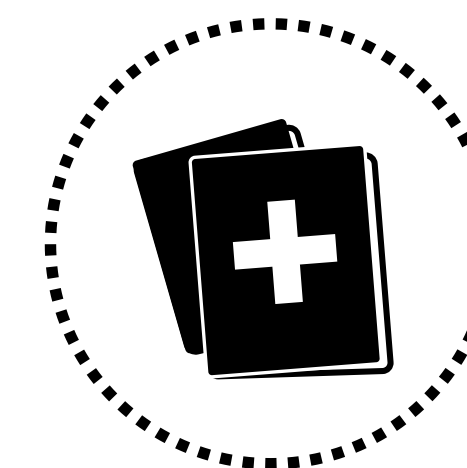
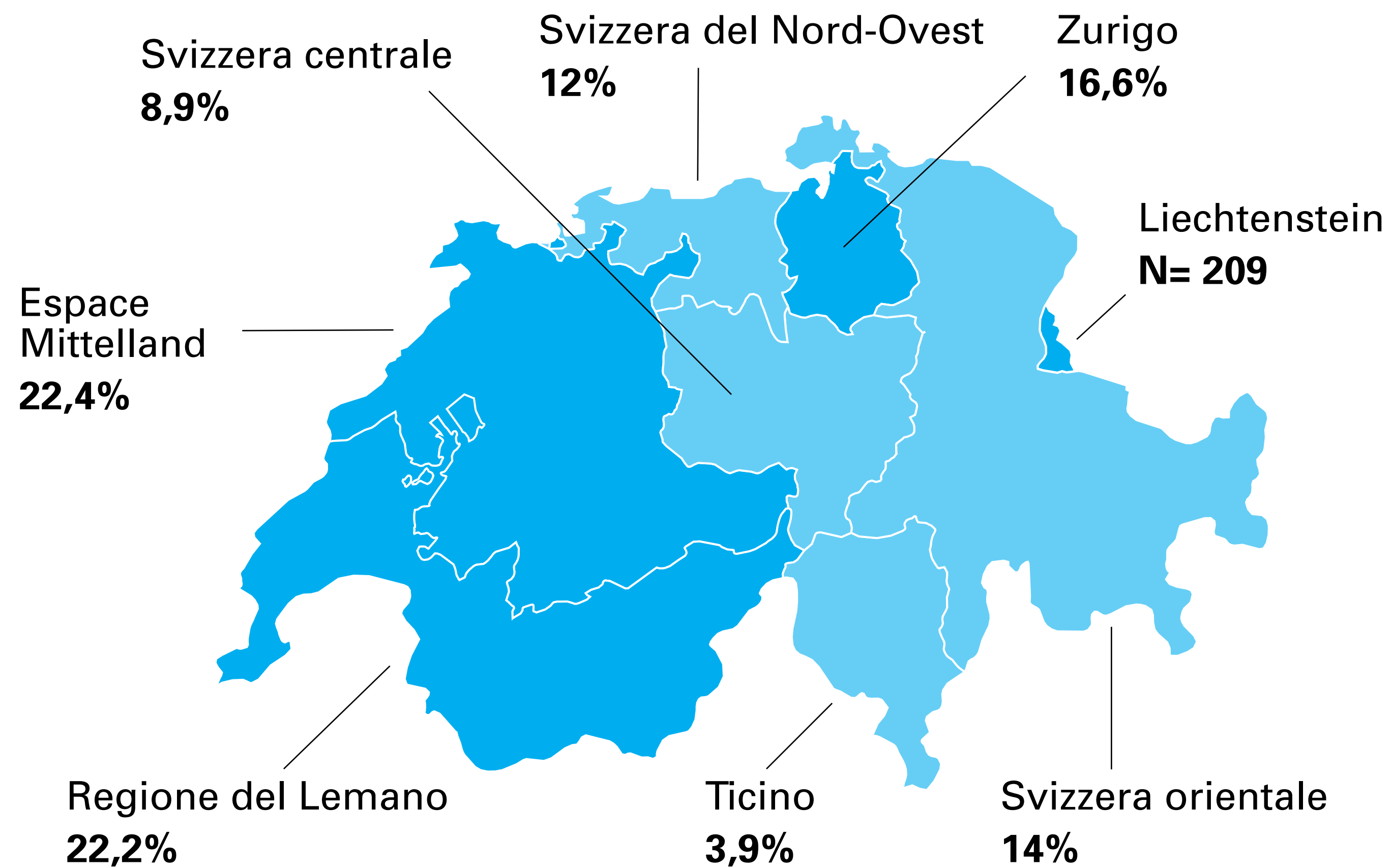
Mancanza di aiuto

- Un terzo viene lasciato solo con i propri problemi
- Meno della metà riceve un aiuto professionale
- Il 3 per cento si rivolge a specialisti del settore sanitario o dell'istruzione



Campione N=1097

Tra la primavera e l'estate del 2021 è stato attuato un sondaggio online.
Vi hanno partecipato giovani tra i 14 e i 19 anni della Svizzera e del Liechtenstein

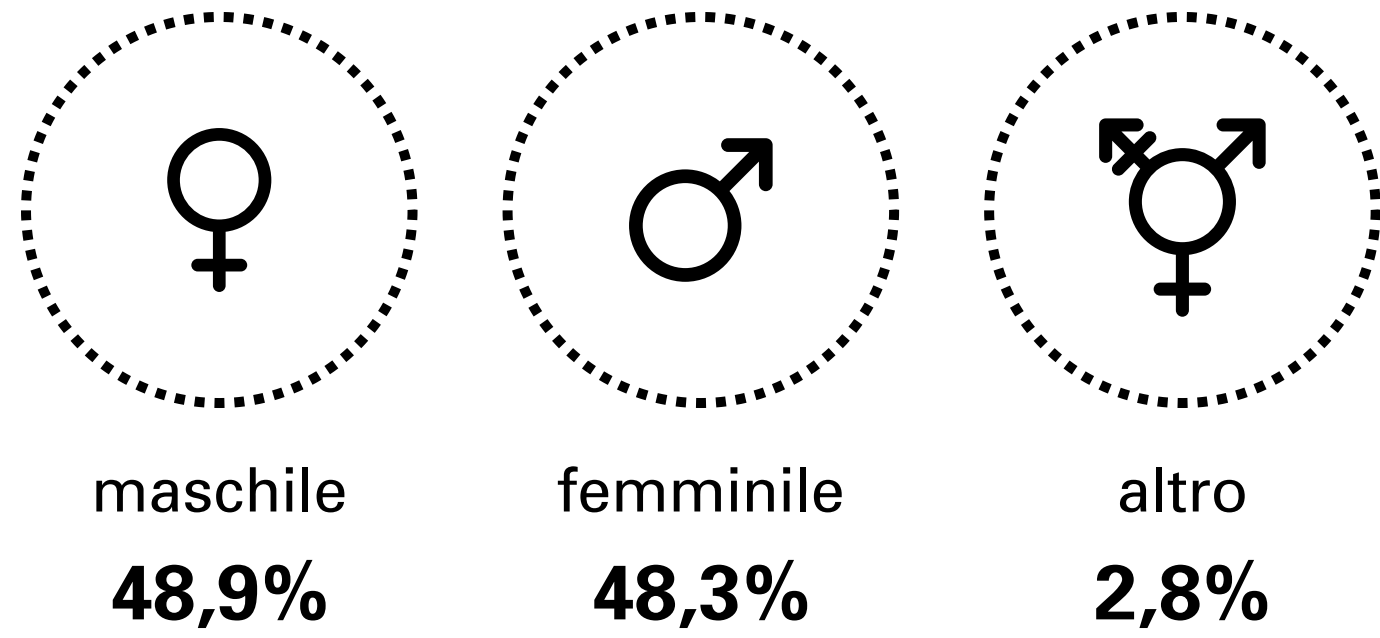


Persone nate in Svizzera
o nel Liechtenstein
87,7%

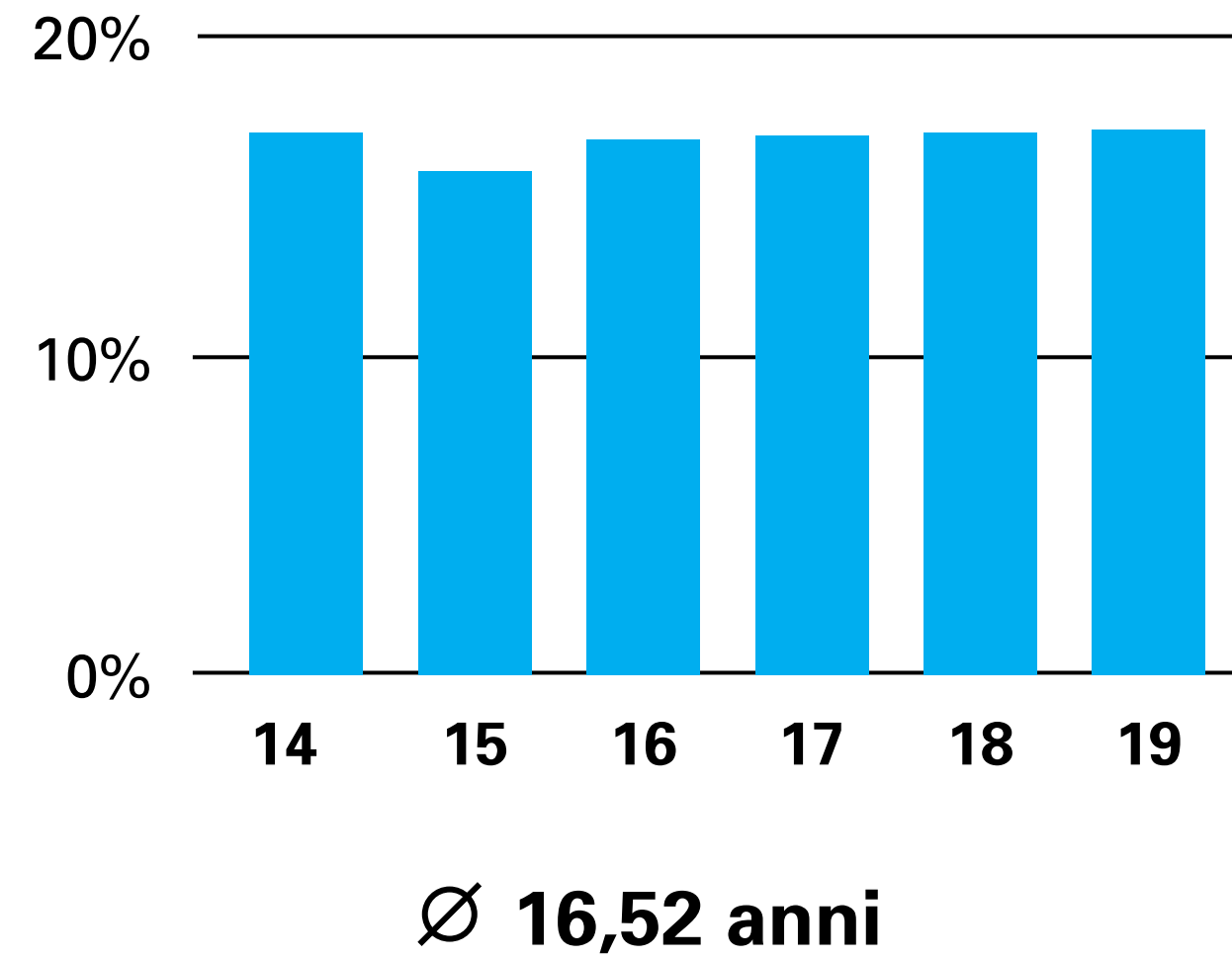


Persone nate all'estero
12,4%

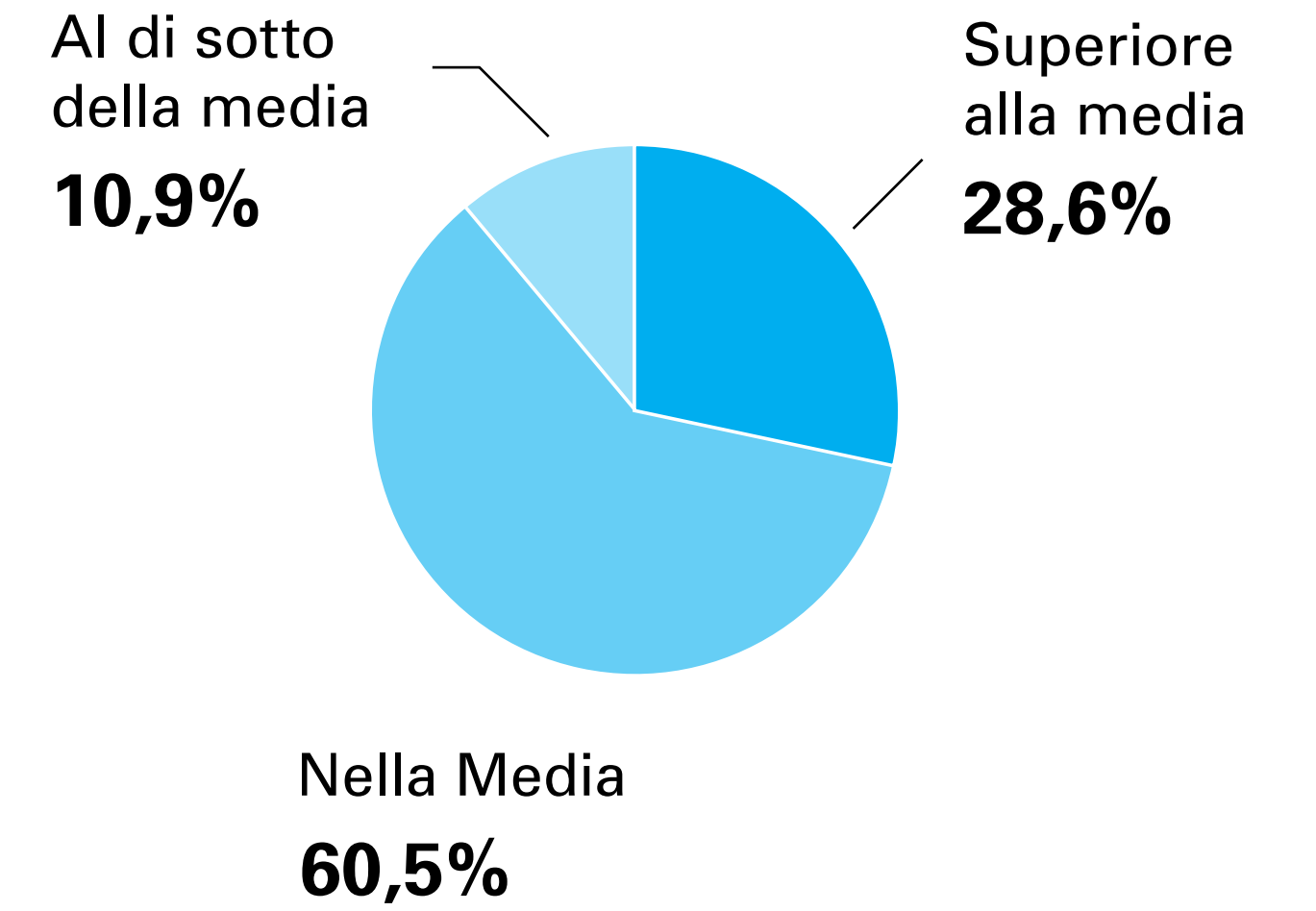
Sesso



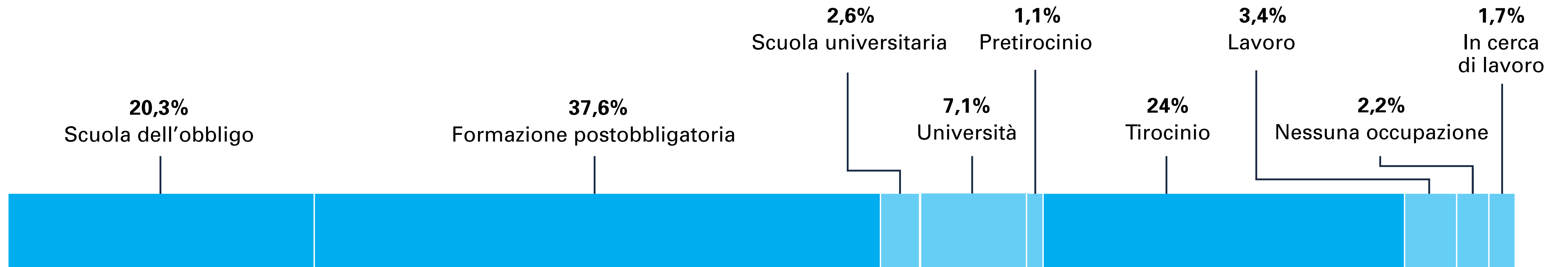
Età



Status socioeconomico



Istruzione

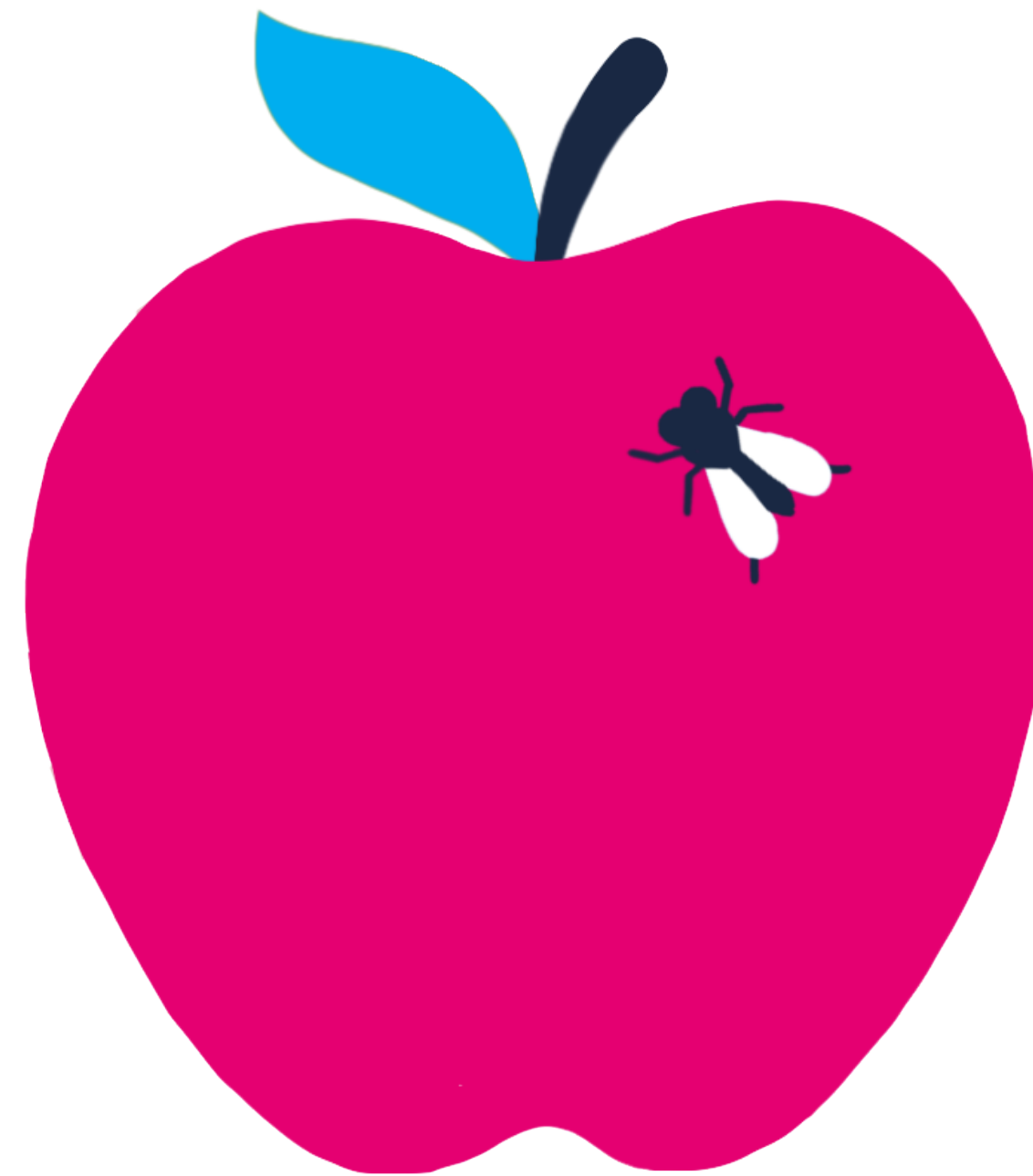


Salute fisica

La maggior parte indica condizioni di salute da buone a molto buone. Solo uno su sei ha dichiarato condizioni di salute mediocri o cattive. Tuttavia, molti hanno problemi di sonno, appetito o concentrazione.



68,8% Difficoltà a concentrarsi



66,9% Inappetenza, perdita di peso o eccessi alimentari



71,6% Difficoltà ad addormentarsi o a rimanere addormentati, o troppe ore di sonno

Salute psichica

Esperienza negativa durante l'infanzia

89% ha avuto almeno un'esperienza negativa durante l'infanzia.

Un terzo, addirittura quattro o di più. Ciò riguarda giovani adulti con sintomi di disturbi d'ansia e/o depressione.

44,4% afferma di essere vittima di molestie o mobbing a scuola

28,4% si sente senza protezione, affetto o sostegno

25,2% ha ricevuto umiliazioni verbali

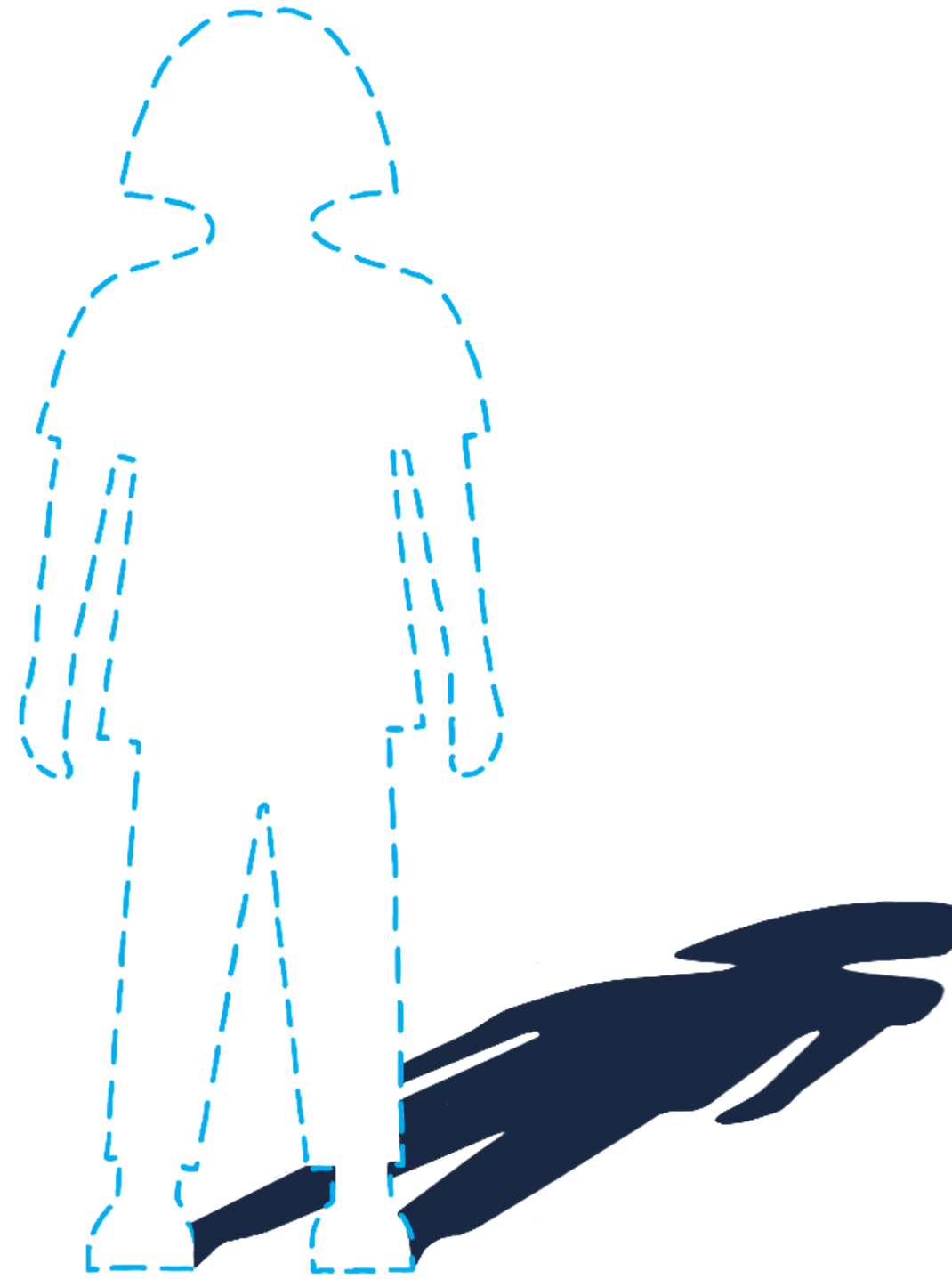
12,9% sperimenta discriminazione, che nel 48,7% dei casi è dovuta all'orientamento sessuale



Depressioni

37% accusa sintomi di disturbi d'ansia e/o depressione. Una cattiva salute psichica è spesso causa di scarso benessere emotivo.

1/3 dichiara di avere poca autostima.



Suicidio

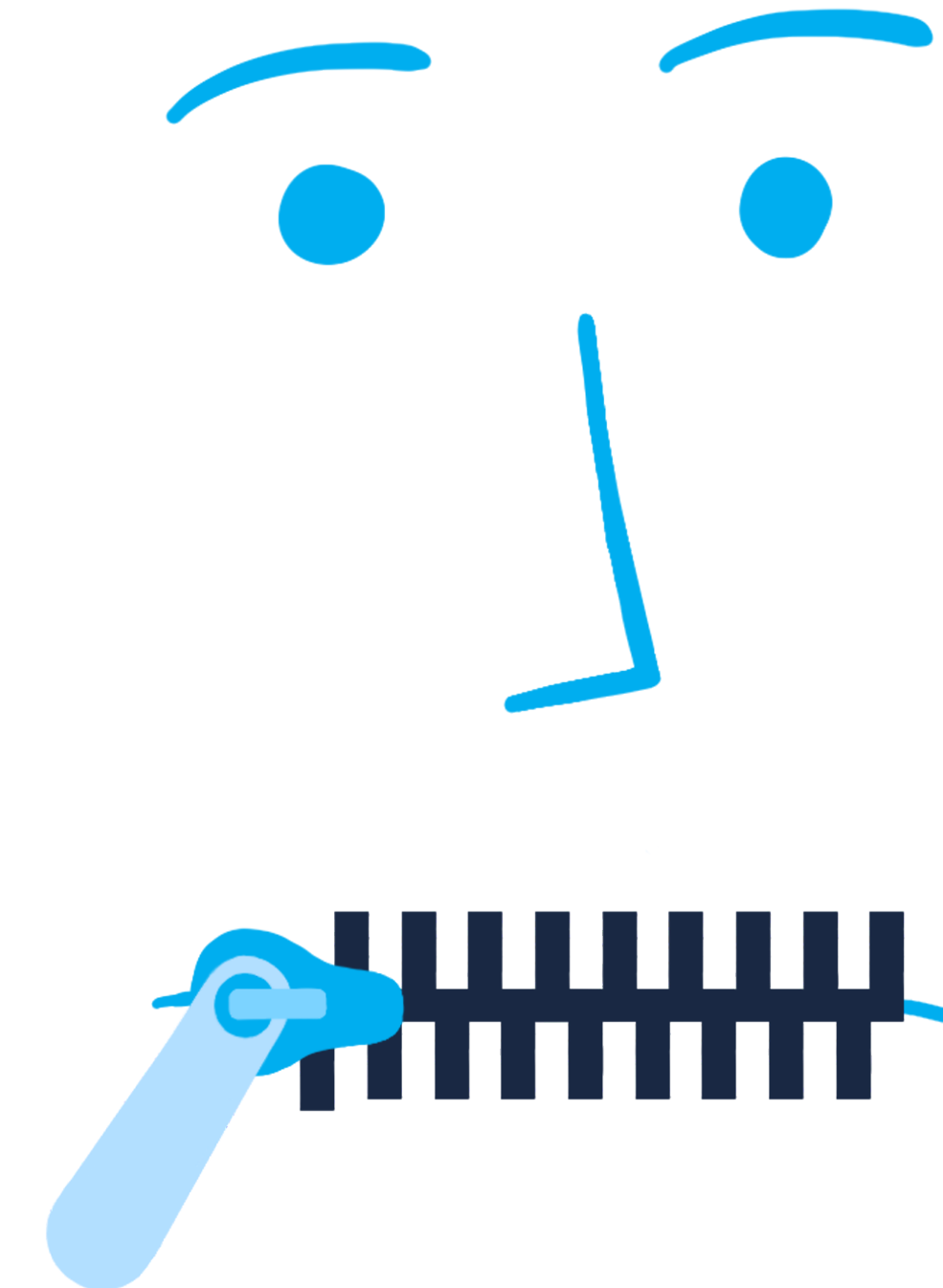
8,7% ha cercato di togliersi la vita.

17% dei giovani con sintomi di disturbi d'ansia e/o depressione ha già cercato di togliersi la vita. Tra questi, addirittura il 48 per cento ha tentato più volte di suicidarsi

Confidarsi con qualcuno

29,1% degli interpellati ha dichiarato di non parlare con nessuno dei propri problemi.

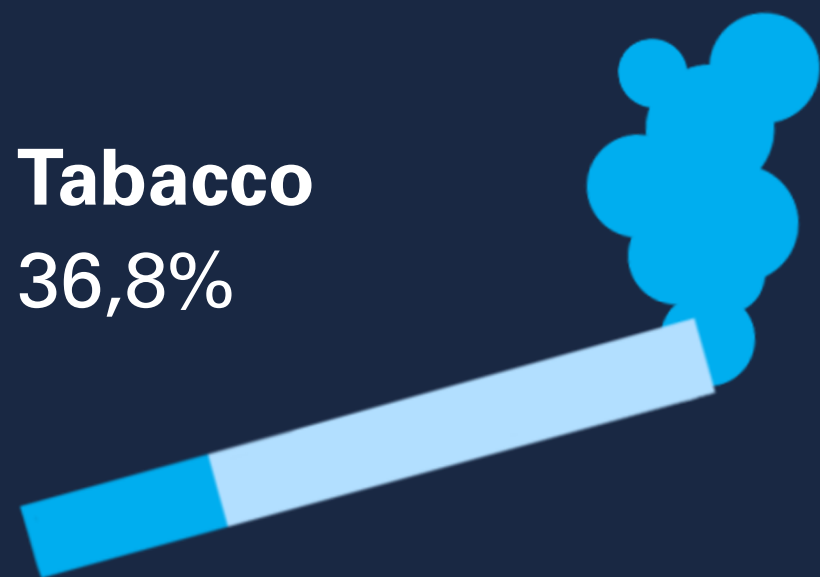
<50% consulta un servizio di assistenza psicosociale per ricevere aiuto. Solo il tre per cento si rivolge a specialisti del settore sanitario o dell'istruzione.



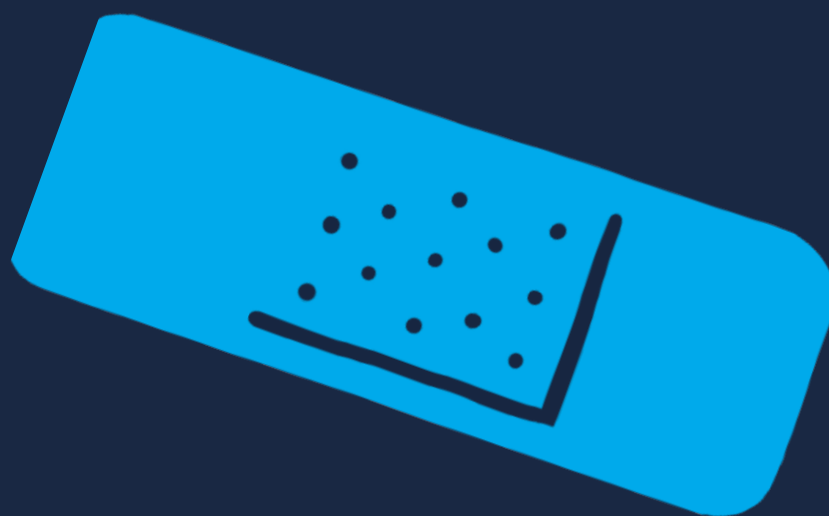
Comportamento a rischio

La salute psichica è legata a un comportamento a rischio, soprattutto al consumo di sostanze. Non è possibile stabilire se si tratta della causa o dell'effetto. Se dall'anamnesi emerge che un giovane consuma sostanze, bisognerebbe verificare se soffre anche di disturbi psichici, e viceversa.

Tabacco
36,8%



Risse
10,5%



Furti
8,4%



**Cannabis e
altre droghe**
20,3%



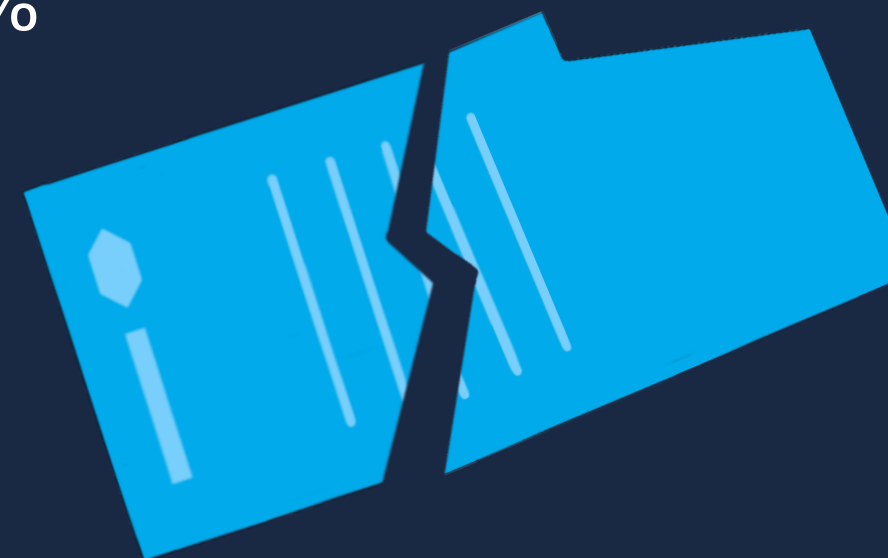
Ubbriachezza
38,4 %



Danni materiali
10,1%



Viaggiare senza biglietto
34,4%



44,5% con stress psichico

26% con stress psichico

La pandemia di coronavirus come fattore che può peggiorare la situazione

1/4

degli interpellati ha dichiarato
che la propria salute fisica è
peggiorata dall'inizio della
pandemia.

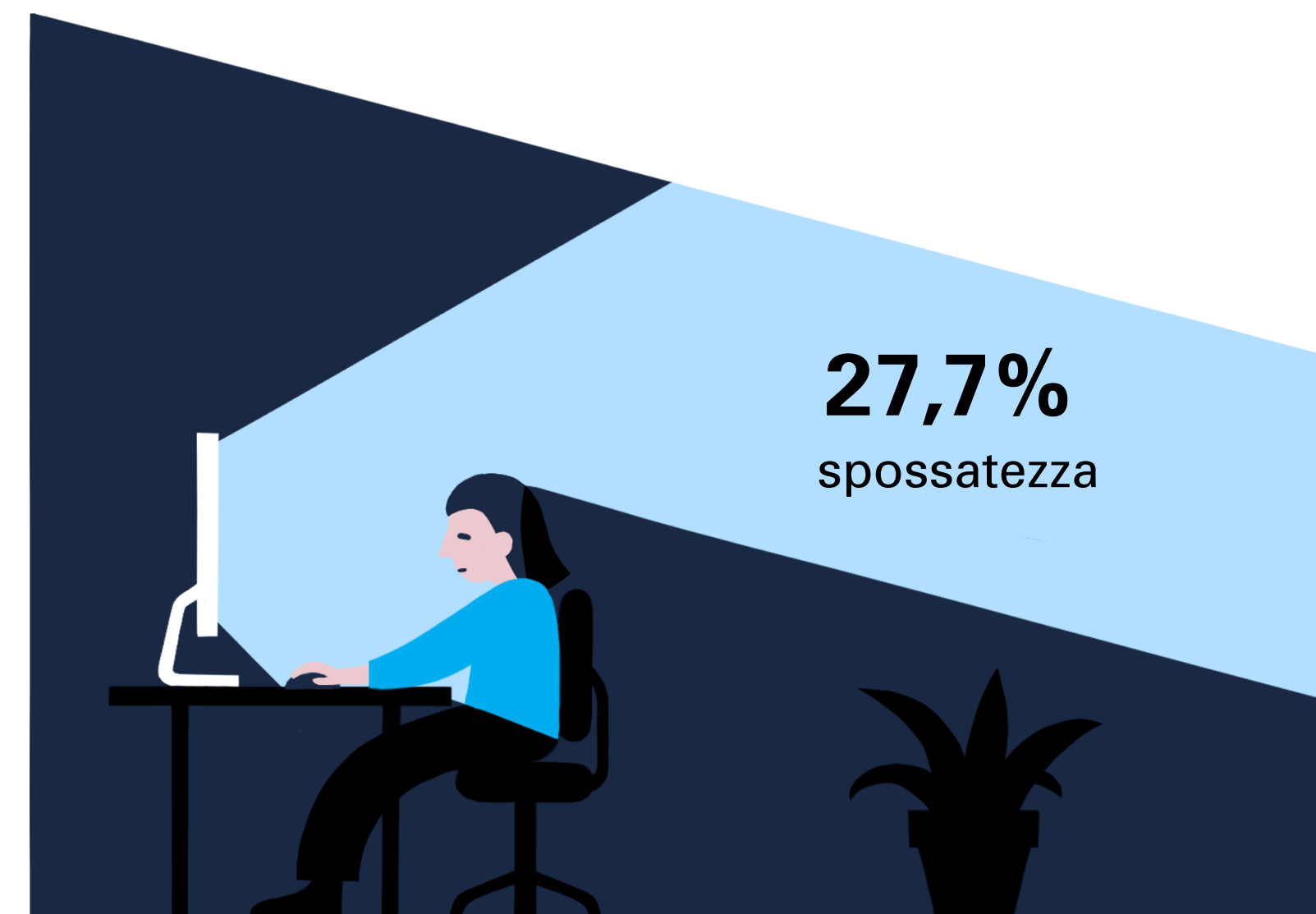
47,1%

giudica la propria salute
psichica peggiore rispetto a
prima della pandemia.

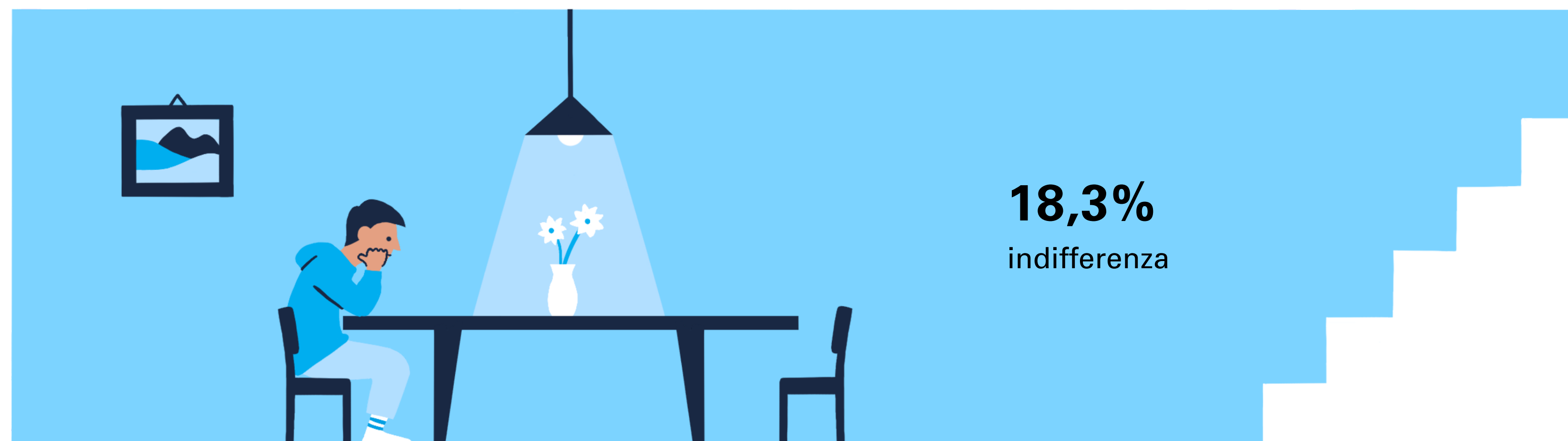
27,9%
brutte
prospettive
per il futuro



27,7%
sposatezza



18,3%
indifferenza



Raccomandazioni

I problemi e i disturbi psichici spesso cominciano a farsi strada già in età giovanile. Molti però rimangono inosservati. L'UNICEF presenta pertanto quattro raccomandazioni concrete:

1 I programmi di prevenzione devono raggiungere già molto presto le persone giovani.

Tali programmi dovrebbero mirare a rafforzare i fattori di protezione coinvolgendo, oltre a specialisti del settore sanitario, anche gli adulti che fanno parte dell'ambiente diretto dei giovani.

2 Bisogna superare lo stigma legato al farsi aiutare

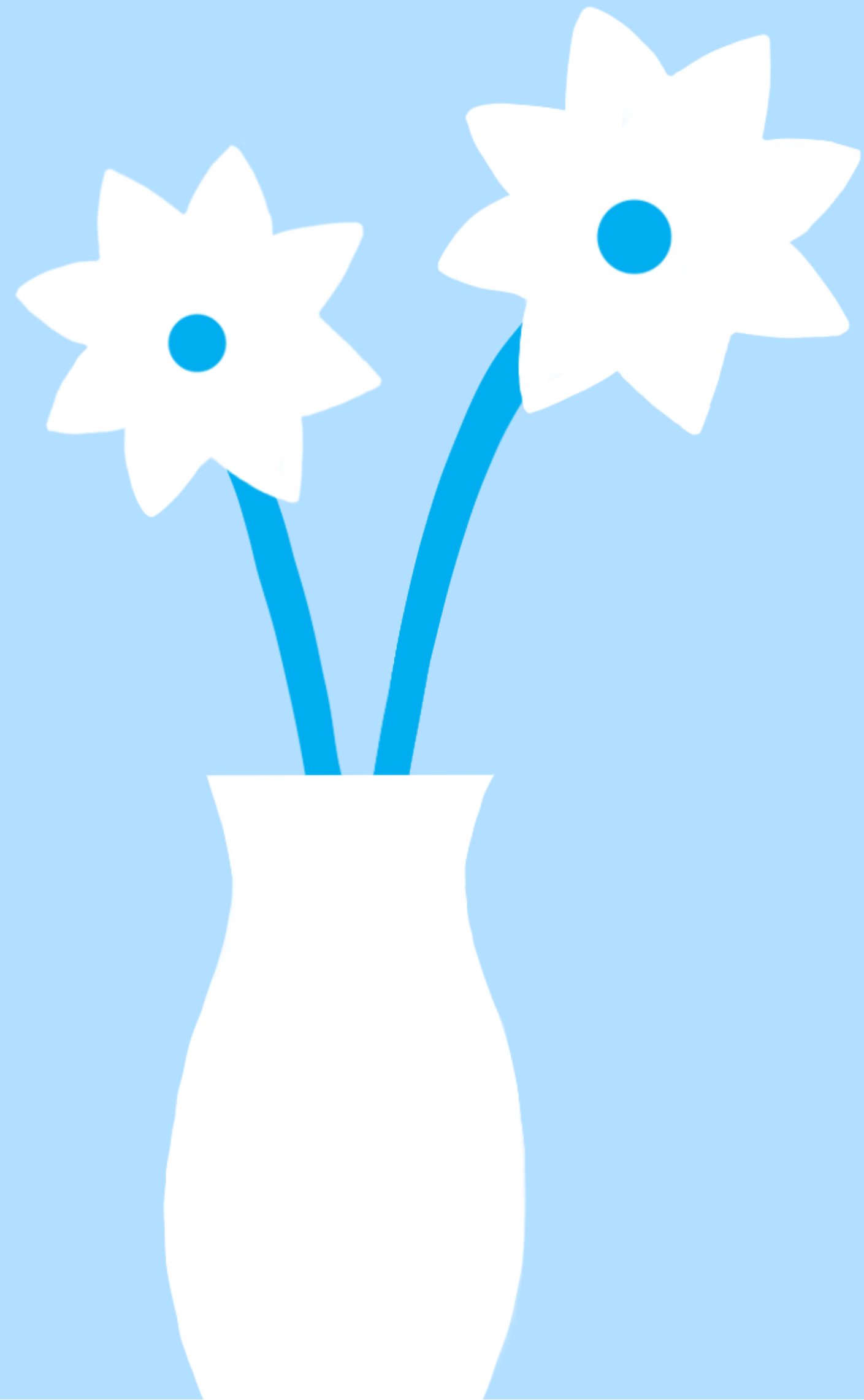
Ciò è possibile soltanto se noi come società impariamo a parlare dei nostri sentimenti; questo presuppone un intenso lavoro di sensibilizzazione che deve rivolgersi sia ai giovani sia agli adulti.

3 Il monitoraggio continuo è fondamentale.

La situation des jeunes et de leur santé mentale doit faire l'objet d'enquêtes régulières, sans s'arrêter à la pandémie. C'est la seule façon d'évaluer l'évolution dans le temps.

4 Le offerte devono essere elaborate per e con i giovani

Soltanto attraverso un dialogo diretto con le persone giovani è possibile accertare di quali servizi usufruiscono, nonché come e quali sono secondo loro le carenze nell'assistenza. Ogni giovane deve sentirsi legittimato a chiedere aiuto. I servizi dovrebbero essere facilmente accessibili e disporre di capacità adeguate.



Grazie!