



Sei comportamenti a rischio espongono i giovani a pericoli mortali

Data 30 giugno 2000
Categoria scienze_varie

I problemi di salute che più spesso portano a morte nella popolazione di età tra i 10 e i 24 anni si inquadrano in sei categorie di comportamento, secondo il dr Lloyd Kolbe, direttore della Division of Adolescent and School Health del CDC (Center for Disease Control and Prevention).

1) Uso di tabacco. Ogni giorno, circa 3000 giovani iniziano a fumare quotidianamente. Il 17% degli studenti ha dichiarato di aver fumato sigarette per 20 o più giorni nel corso dell'ultimo mese (i dati fanno riferimento all'anno 1997).

2) Comportamenti alimentari malsani. Circa tre quarti degli studenti delle scuole superiori non mangiano ogni giorno le quantità raccomandate di frutta e verdura, e il 40% sono in dieta dimagrante.

3) Attività fisica insufficiente. La partecipazione quotidiana a classi di educazione fisica è scesa al 27%, e la maggior parte degli studenti riferisce di praticare regolarmente poca attività fisica.

4) Consumo di alcool e di altre droghe. Più della metà hanno detto di aver bevuto alcolici nell'ultimo mese, e più di un quarto hanno riferito uso di marijuana nell'ultimo mese.

5) Comportamenti sessuali che possono esitare in infezione da HIV, altre malattie trasmesse sessualmente e gravidanze involontarie. Ogni anno quasi un milione di adolescenti rimangono incinte, e circa 3 milioni prendono un'infezione trasmessa sessualmente. Quasi la metà degli studenti delle scuole superiori hanno affermato di aver avuto rapporti sessuali.

6) Comportamenti che possono esitare in lesioni volontarie (come violenza e suicidio) e involontarie (come incidenti automobilistici). Il 19% degli studenti ha detto di non aver mai usato le cinture di sicurezza, il 37% ha detto di aver viaggiato con un autista ubriaco durante l'ultimo mese e un altro 37% ha avuto un combattimento fisico nell'ultimo anno.

Secondo Kolbe, gli studi dimostrano che le istituzioni sociali hanno una potente influenza sui giovani. Le famiglie, le scuole, i gruppi religiosi e comunitari, i media, i datori di lavoro e il governo potrebbero avere un impatto maggiore lavorando insieme per divulgare un comune messaggio: ridurre i comportamenti a rischio. Qui è dove i medici di famiglia entrano nel quadro. Kolbe ha incitato fortemente che i medici di famiglia vengano coinvolti a studio, nelle scuole, nella comunità e nelle assemblee legislative. I giovani prestano attenzione ai consigli del loro medico, egli ha detto. Essi possono non seguirli la prima volta, ma ascoltano ciò che voi state dicendo. I medici di famiglia possono anche consigliare i membri della famiglia su come affrontare i fattori di rischio, e possono essere enormemente persuasivi con altre organizzazioni. I decision makers (= quelli che prendono le decisioni) ascoltano realmente i medici di famiglia.

Amedeo Schipani, da: Family Physicians Report, giugno 2000