



PROMOZIONE DEL BENESSERE E PREVENZIONE DEL DISAGIO NELL'INFANZIA E NELL'ADOLESCENZA

A livello di salute pubblica è ormai noto da anni che ci siano dei significativi vantaggi economici derivanti dall'affrontare i problemi di salute prima che questi insorgano. Gli interventi di promozione del benessere e prevenzione del disagio si collocano all'interno di questa cornice, andando in primis a favorire la capacità della popolazione di migliorare il proprio benessere fisico e psicologico e in secondi ad ostacolare l'insorgenza di una situazione problematica.

Gli interventi preventivi possono collocarsi su diversi livelli, infatti la logica della prevenzione mira a catturare tutto lo spettro delle azioni da compiere prima, durante e nel momento stesso in cui i primi sintomi di disagio insorgono. Per questo è possibile agire al fine di contrastare la nascita di una patologia, ma si può anche lavorare affinché la salute di un individuo con diagnosi precoce non deteriori, oppure, ad un livello terziario, è possibile ridurre l'impatto che un disturbo ha sulla qualità della vita, con l'obiettivo di evitare la cronicizzazione.

I disagi psicologici, come quelli di natura organica, si manifestano attraverso segni precoci che, se precocemente individuati ed adeguatamente trattati, possono ridurre il rischio di dover gestire esordi psicopatologici e disturbi conclamati. Per prevenire è quindi necessario arrivare prima che un danno si verifichi nella sua totalità; intervenire quando il problema si è già cronicizzato significa invece rendere lunga e complessa la cura, la quale inevitabilmente risentirà del peso che l'urgenza porta con sé.

Tra le diverse fasce della popolazione, quella dell'età evolutiva dovrebbe essere il target privilegiato per tale tipologia di interventi, dato che bambini, preadolescenti ed adolescenti si trovano

in una fase di sviluppo particolarmente delicata. Il termine "evolutiva" fa appunto riferimento all'imponente potenzialità di crescita e trasformazione di questo periodo, che va dalla nascita alla piena maturazione sessuale, caratterizzato da innumerevoli modificazioni su diversi piani: fisico, cognitivo, psichico, sociale, relazionale. In questi periodi critici e travagliati è necessario non dimenticare mai le grandi risorse per il cambiamento che bambini e adolescenti possiedono. L'età evolutiva è un arco temporale prezioso per ricostruire, modificare e percorrere insieme quelle traiettorie evolutive che porteranno poi alla costruzione dell'identità e della personalità adulta. Proprio per questo motivo, il beneficio che i minori potrebbero trarre da interventi di promozione del benessere e prevenzione del disagio è davvero significativo. Individuare precocemente eventuali segni di difficoltà che il soggetto presenta e prevenire la strutturazione di una patologia, ha un influsso rilevante nella vita futura della persona e del suo modo di vivere all'interno della società. E' qui che si pongono, infatti, le fondamenta per la costruzione della persona che sarà, per lo sviluppo della personalità e per la formazione dell'identità, in un gioco complesso che vede l'interazione di diversi ordini di fattori: gli aspetti biologici-costituzionali s'intersecano con la qualità delle esperienze vissute e dei legami sperimentati, in una situazione in continuo divenire. Alla base della salute della persona, adulto o minore che sia, vi è un delicato equilibrio di fattori organici, psichici ed ambientali e mai come in questa fase il ruolo del contesto sociale e delle relazioni affettive risulta determinante, configurandosi al tempo stesso sia come fattore di protezione, sia come potenziale fattore di rischio.

L'adolescenza è considerata come un crocevia, una fase di passaggio fra l'infanzia e l'età adulta e proprio per tale ragione è anche un periodo di crisi e di trasformazione degli equilibri e delle acquisizioni raggiunte durante l'età precedente. Antonelli a tal riguardo afferma che l'adolescente si trova ad affrontare tre lutti: la perdita del corpo infantile, del ruolo infantile e dei genitori dell'infanzia, procedendo (non senza esitazioni e tentennamenti) come un equilibrista lungo un filo sottile, fra il bisogno di dipendenza e l'esigenza di autonomia.

Fare prevenzione fin dai primi anni di vita significa non solo lavorare con il bambino, ma andare a modificare i delicati equilibri del sistema famiglia, le modalità con cui i genitori si rappresentano il figlio e le loro relazioni con quest'ultimo. In adolescenza l'intervento va a toccare un contesto ancora più ampio, dato che non è possibile parlare di prevenzione senza tenere presente il gruppo come una risorsa indispensabile; il gruppo in adolescenza è un soggetto psicologico potente nell'influencare le decisioni individuali: in esso vengono definiti mode, idoli, stili oltre che parametri di condotta da seguire, favorendo l'identificazione ed il riconoscimento da parte degli altri.

Il gruppo si configura quindi come spazio in cui trovarsi e ri-trovarsi, scontrarsi e confrontarsi, identificarsi e differenziarsi, permettendo all'adolescente di sentirsi parte di qualcosa di più grande senza però perdere la propria identità, al fine di crescere condividendo emozioni e paure con i coetanei. Chi si occupa di salute pubblica non può dimenticare quindi l'impatto che gli interventi di prevenzione del disagio hanno sulla salute non solo del singolo bambino o adolescente, ma anche della sua famiglia e in generale dell'intera rete sociale. È perciò auspicabile pensare ad un futuro in cui approcci individualistici volti alla cura del singolo in situazione di disagio conclamato si integrino con approcci preventivi collettivistici. Tale scelta può però nascere solo dalla consapevolezza che grazie al lavoro integrato di prevenzione e cura si possono raggiungere obiettivi più ambiziosi, ovvero quelli di far star bene molte più persone con costi sociali più bassi.

Giulia Sernagiotto, Psicologa
CER Grande Carro/Zefiro
Sara Sabbadin, Psicologa
CER Grande Carro/Zefiro

