

Unplugged: un programma efficace per la prevenzione dell'uso di tabacco, alcol e droghe

Corso di formazione *Unplugged*

□ **PREMESSA**

L'uso di tabacco, alcol e altre sostanze psicoattive è attualmente il più rilevante problema di salute pubblica tra i giovani nei paesi sviluppati.

Secondo i risultati dello studio ESPAD (Italia 2006) il 41% degli studenti di età compresa tra i 15 e i 19 anni riferisce di aver fumato almeno una sigaretta negli ultimi trenta giorni, mentre il 27,2% delle ragazze e il 26,6% dei ragazzi della stessa fascia di età dichiara di fumare quotidianamente. Circa il 70% dei giovani di età compresa tra i 15 e i 19 anni ha assunto alcolici negli ultimi 30 giorni. Per quanto riguarda la cannabis, l'uso "una o più volte nel corso degli ultimi 12 mesi" viene riferito dal 24,5% degli intervistati, mentre quello di cocaina ed eroina viene registrato rispettivamente in circa il 4% e 1,6% dei casi.

L'alcol, fumo di tabacco e le sostanze psicoattive hanno in comune la capacità di creare dipendenza: questa è ormai considerata una malattia del encefalo cronica-ricidivante, perché dopo la cessazione, l'astinenza totale è rara e difficile da mantenere e le ricadute si possono ripresentare. La prevenzione dell'inizio è dunque la strategia principale per affrontare questo problema. I programmi di prevenzione hanno due obiettivi: prevenire la sperimentazione in chi non ha mai fatto uso, e impedire che l'uso diventi abituale e crei dipendenza in chi ha già sperimentato.

La scuola rappresenta un contesto appropriato di prevenzione sia per la possibilità di raggiungere in modo sistematico ed efficiente un numero significativo di studenti ogni anno, sia perché l'insegnante può lavorare con gli studenti prima che si siano formati un'opinione stabile sulle sostanze psicoattive.

La maggior parte dei programmi di prevenzione scolastica condotti oggi in Europa non è mai stata sottoposto a valutazione e, per i pochi programmi valutati sono stati elaborati negli Stati Uniti e potrebbero non essere adeguati alla cultura europea.

Nel 2002 la Commissione Europea ha finanziato lo studio EU-Dap (European Drug Addiction prevention trial) con lo scopo di disegnare e valutare un programma scolastico standardizzato, *Unplugged*, per la prevenzione dell'uso di tabacco, alcol e altre sostanze. Lo studio ha coinvolto più di 7000 ragazzi d'età compresa tra i 12-14 anni in sette diversi paesi europei (maggiori informazioni sono disponibili sul sito web www.eudap.net).

Unplugged è un programma preventivo basato sul modello dell'influenza sociale in cui sono state integrate le differenti componenti ritenute efficaci: le attività di formazione e di sviluppo delle life skills (assertività, capacità di prendere decisioni, definire gli obiettivi, gestire lo stress e comunicare) vengono supportate dall'educazione normativa e dall'acquisizione di conoscenze sulle sostanze psicoattive. L'educazione normativa offre agli studenti gli strumenti per correggere le loro convinzioni sulla diffusione e l'accettazione dell'uso di sostanze psicoattive, nonché sugli interessi legati alla loro commercializzazione. *Unplugged* mira a migliorare il benessere e la salute psico-sociale dei giovani attraverso il riconoscimento ed il potenziamento delle abilità, personali e sociali, necessarie per gestire l'emotività, le relazioni sociali, e per contrastare le pressioni a favore del consumo di sostanze.

Dalla valutazione dell'efficacia di *Unplugged* condotta 12 mesi dopo l'intervento è emersa una netta diminuzione dell'uso di sostanze tra gli studenti che hanno partecipato al programma rispetto a quelli di controllo: riduzione del 30% del consumo giornaliero di sigarette e degli episodi di intossicazione da alcol e del 23% dell'uso di cannabis. I dati preliminari della valutazione a più lungo termine confermano a grandi linee gli effetti del programma. Questi risultati sono in linea con quelli dei migliori programmi americani (per maggiori dettagli consulta www.eudap.net).

□ Il programma *Unplugged*

OBIETTIVI

- Ritardare la prima assunzione di tabacco, alcol e altre sostanze tra gli adolescenti ed il conseguente passaggio al consumo regolare.
- Sviluppare e potenziare le abilità personali e sociali degli studenti.

CARATTERISTICHE

Il programma consiste di 12 unità, di cui una dedicata all'educazione normativa, suddivise in tre parti:

- le conoscenze e le attitudini in grado di sviluppare un atteggiamento non favorevole alle sostanze;
- le competenze interpersonali, tra cui la comunicazione efficace e l'empatia;
- le abilità intrapersonali, come per esempio il problem-solving e la capacità di prendere decisioni.

Il programma è interamente tenuto da un insegnante della classe, formato con un corso di 2,5 giorni e supportato da materiali riportanti istruzioni molto dettagliate e, qualora necessario, da un help desk gestito da OED-Piemonte.

Per le sue caratteristiche di ritardare o prevenire la sperimentazione delle sostanze psicoattive, il programma è mirato ai ragazzi del secondo e terzo anno delle scuole secondarie di primo grado e al primo anno delle scuole secondarie di secondo grado.

□ CORSO DI FORMAZIONE *Unplugged*

METODOLOGIA

Il corso è condotto da formatori accreditati dalla EU-Dap Faculty internazionale.

Il corso di formazione prevede una metodologia di tipo attivo-esperenziale che favorisce la partecipazione diretta ed il coinvolgimento dei partecipanti come soggetti attivi della formazione.

Durante il corso si prevede l'utilizzo delle seguenti tecniche/attività: discussioni, attività di gruppo, brainstorming, role-playing e giochi di situazione.

Queste metodologie sono le stesse che gli insegnanti utilizzeranno in classe con gli studenti.

Durante il corso viene presentato lo studio EU-Dap e vengono fornite informazioni sul background teorico dell'intervento; parte delle attività è dedicata in parallelo alla formazione del gruppo. Nel resto del corso ai partecipanti vengono proposte attività di gruppo per approfondire la conoscenza delle unità *Unplugged*.

OBIETTIVI

- Conoscere il modello dell'influenza sociale e le life skills, e il loro ruolo nella prevenzione scolastica dell'uso di sostanze e nella promozione della salute degli studenti.
- Apprendere la metodologia necessaria per lavorare in classe con il modello dell'influenza sociale e delle life skills.
- Conoscere la struttura, i contenuti e le attività di *Unplugged*.

DURATA DEL CORSO

Il corso, della durata di 20 ore, è articolato in due giornate e mezzo.

FORMATORI

I formatori sono membri della EU-Dap Faculty internazionale e hanno partecipato ad un training internazionale specifico

Dr.ssa Serena Vadrucci
Dr.ssa Silena Salmaso
Dr.ssa Daniela Calcagno
Prof.ssa Paola Giaccone

□ **INFORMAZIONI GENERALI**

Segreteria Didattica

Osservatorio Epidemiologico Dipendenze della Regione Piemonte - Servizio sovrazonale di Epidemiologia – ASL To3 Via Sabaudia, 164 - 10095 Grugliasco (Torino)

Serena Vadrucci
serena.vadrucci@oed.piemonte.it; Tel. 011/40188305
Laura Vitale
eudap@oed.piemonte.it; Tel. 011/40188303-310

Segreteria amministrativa

Osservatorio Epidemiologico Dipendenze della Regione Piemonte - Servizio sovrazonale di Epidemiologia – ASL To3 Via Sabaudia, 164 - 10095 Grugliasco (Torino)

Barbara Zunino
barbara.zunino@oed.piemonte.it; Tel. 011/40188309
Patrizia Gioia
patrizia.gioia@oed.piemonte.it; Tel. 011/40188302