

NPS

(nuove sostanze psicoattive)

GUIDA PER I GENITORI

CONOSCERLE, PREVENIRE, INTERVENIRE

INDICE

1 | NPS (nuove sostanze psicoattive) PANORAMA GENERALE

2 | TIPOLOGIE ED EFFETTI DELLE NPS

3 | NPS E ADOLESCENZA: UN PERICOLO DIFFUSO

4 | FATTORI DI RISCHIO e DI PROTEZIONE

5 | GESTIRE IL SOSPETTO DI UTILIZZO DELLE SOSTANZE

6 | FAVORIRE I COMPORTAMENTI POSITIVI



NPS (nuove sostanze psicoattive) PANORAMA GENERALE

L'EVOLUZIONE DEL MERCATO DELLE DIPENDENZE

Il panorama delle dipendenze, da sostanze e comportamentali, è in rapida evoluzione. Ogni anno vengono introdotte sul mercato nuove sostanze e spesso la legislatura non è aggiornata rispetto all'uso e all'abuso di giovani e giovanissimi. Inoltre, le modalità di consumo sono in continuo cambiamento.

Il mercato delle sostanze psicoattive (NPS) si modifica periodicamente e per questo rappresenta un reale pericolo per la salute pubblica, contro cui forze dell'ordine e Servizi Sanitari si trovano spesso disarmati. Ad esempio:

Le SMART DRUGS

ossia molecole che sono strutturalmente e farmacologicamente correlate a sostanze psicoattive illegali, ne rappresentano l'alternativa legale.



La diffusione delle NPS

All'inizio degli anni Novanta, il fenomeno delle NPS (legal highs) sembrava limitato a un modesto numero di sostanze, che circolavano all'interno degli ambienti di divertimento dei giovani.

Nel tempo, la popolarità di queste sostanze è aumentata e sono utilizzate principalmente a scopo ricreativo per gli effetti stimolanti, euforizzanti, allucinogeni o empatogeni.

Spesso l'assunzione di queste sostanze è concomitante ad altre, come tabacco, alcol, cocaina, cannabis, eroina, benzodiazepine, etc. Tale uso genera un pericoloso fenomeno rappresentato dalla poliassunzione, che può condurre a gravi rischi per la salute.



TIPOLOGIE ED EFFETTI DELLE NPS

ESEMPI DI NPS

SPICE, SALVIA DIVINORUM, MEFEDRONE, METILENEDIOSSIPIROVALERONE, che possono avere componenti diverse tra loro, sintetiche o naturali.

Questi nuovi “prodotti” vengono introdotti velocemente sul mercato e successivamente modificati chimicamente; questo rende difficile il controllo e la persecuzione amministrativa e penale.

TIPOLOGIE DI NPS

Le NPS possono essere divise in cinque gruppi, in base agli effetti fisiologici e psicologici che hanno sul corpo:

- **STIMOLANTI (AMFETAMINA, ECSTASY):**
possono causare allucinazioni, confusione, delirio, etc.
- **CANNABINOIDI SINTETICI E CATINONI:**
i cannabinoidi sintetici producono agitazione, ipereccitabilità, allucinazioni e aumento dell'aggressività.
I catinoni, invece, sono stimolanti del sistema nervoso centrale ed, in base alla loro struttura chimica, possono avere anche effetto allucinogeno. Il loro uso può condurre a tachicardia, ipertensione, ipertermia, allucinazioni e convulsioni, fino a risultare letale.
- **SOSTANZE IPNOTICO-SEDATIVE (BENZODIAZEPINE):**
hanno proprietà ansiolitiche, sedativo-ipnotiche, anticonvulsivanti, miorilassanti e anestetiche, ma possono causare sintomi paradossali come irrequietezza, agitazione, irritabilità, aggressività, psicosi e allucinazioni.

- **SOSTANZE ALLUCINOGENE SIMILI (LSD, PSILOCIBINA):**
di origine vegetale (funghi, cactus) o sintetica (NBOME), inducono allucinazioni spaventose e possono provocare autolesionismo o suicidio involontario. Gli allucinogeni possono anche innescare il fenomeno dei “flashback”, con allucinazioni improvvise anche mesi o anni dopo l'assunzione.
- **SOSTANZE DISSOCIATIVE (KETAMINA):**
usata in anestesia, può provocare allucinazioni, stato mentale alterato, tachicardia, ipertensione, midriasi e nistagmo.





NPS E ADOLESCENZA: UN PERICOLO DIFFUSO

L'uso di sostanze in età adolescenziale è molto diffuso e può rappresentare uno di quei **comportamenti legati alla sperimentazione**, tipica di questa fase di vita. In questo periodo si ha maggiore facilità di entrare in contatto per la prima volta con le sostanze. Tuttavia, questa "sperimentazione" **non è necessariamente un fattore che porta alla cronicizzazione**, poiché in adolescenza il **desiderio principale è quello di ricercare la propria autonomia, identità** e ristrutturare la propria immagine di sé.

L'uso di sostanze **può essere un tentativo di gestire momenti difficili, ansia, senso di inadeguatezza o incertezza**. È fondamentale che l'uso di sostanze non diventi un'abitudine e non influenzi negativamente lo sviluppo dell'identità dell'adolescente.

MOTIVAZIONI CHE SPINGONO ALL'USO DI NPS

Perché un adolescente potrebbe decidere di usare sostanze psicoattive? Secondo Ravenna (1997), le principali motivazioni sono:

- **FACILITAZIONE SOCIALE:**
le sostanze favoriscono la comunicazione e il senso di appartenenza a un gruppo.
- **REPUTAZIONE SOCIALE:**
desiderio di presentarsi come trasgressivo.
- **AMPLIAMENTO DEL SÉ:**
Permettono di esplorare immagini di sé diverse da quelle percepite.
- **REGOLAZIONE EMOTIVA:**
Usate per controllare emozioni spiacevoli.
- **RICERCA DI SENSAZIONI FORTI (sensation seeking):**
La curiosità e la propensione al rischio tipica dell'adolescenza.
- **RIDUZIONE DEL DISAGIO:**
Desiderio di attenuare il malessere percepito.
- **AUMENTO DELLE PRESTAZIONI:**
Le pressioni sociali e la competizione possono spingere a usare sostanze per migliorare le performance.

PREVENZIONE E FATTORI DI PROTEZIONE

Si possono identificare alcuni fattori di rischio e di protezione verso l'uso di sostanze, promuovendo strategie di prevenzione efficaci.

È fondamentale che genitori, educatori e operatori sanitari siano informati e consapevoli dei pericoli delle NPS, per poter intervenire precocemente e offrire supporto ai giovani a rischio.



FATTORI DI RISCHIO e DI PROTEZIONE

Tutti gli elementi di seguito riportati, hanno un duplice ruolo:
di protezione e di rischio:

- **ASPETTI SOCIALI:**
interazione continua con la comunità, la famiglia, l'ambiente scolastico, il gruppo dei pari .
- **FAMILIARI:**
le modalità relazionali nel contesto familiare possono contribuire a portare l'adolescente a trovare nelle sostanze un conforto che non viene percepito in famiglia, ma possono essere anche dei fattori di supporto e di protezione per lo sviluppo del benessere psicosociale dell'adolescente.
- **SCOLASTICI:**
l'andamento scolastico e l'ambiente scuola possono indurre l'adolescente ad avvicinarsi o meno all'uso di sostanze psicoattive.
- **GRUPPO DEI PARI:**
uno dei più rilevanti fattori di rischio per portare all'abuso di sostanze, ma dall'altra anche il più potente fattore protettivo, dato che le pressioni sociali possono avere un effetto positivo ed essere utilizzate nella prevenzione.
- **INDIVIDUALI:**
atteggiamenti, credenze e caratteristiche di personalità possono essere fattori di rischio e di protezione.

Come comportarsi se si ha un sospetto sull'uso o se si crede che il ragazzo/a sia entrato in un gruppo che ne fa uso conclamato o probabile?

IL DIALOGO

- Innanzitutto prima di dialogare, bisogna informarsi sull'argomento NPS e sostanze per essere precisi in ciò che si intende comunicare. Importante anche il confronto con altri genitori, **mostrare interesse per le opinioni del proprio figlio**
- Porre **domande non accusatorie** e che non facciano sentire il ragazzo/a sottoposto ad interrogatorio, partendo da informazioni e domande generiche (Ho visto Giovanni che stava fumando cannabis? Tu cosa ne pensi di quel comportamento?)
- **Mostrate a livello comunicativo fiducia nei suoi confronti** e che sia in grado di avere un'opinione critica. **Approfittare del dialogo sulle sostanze anche durante la visione di scene di una serie o occasioni social**, in cui si è esposti a tali comportamenti.
- Se il ragazzo/a durante il dialogo ritiene pericoloso quel comportamento, **rinforzate tale opinione**, anche portando esempi su come sia difficile allontanarsene e cosa ne pensa e quanto ne sa.
- **Restare sempre aperti e disponibili** alla discussione anche il ragazzo/a riferisce un'opinione diversa dalla vostra.
- In tal caso **individuate se ci sono punti in comune o in disaccordo nelle vostre opinioni** durante il dialogo.
- Se il ragazzo/a ritiene che l'uso possa migliorare l'adeguatezza, ad esempio durante un'occasione sociale, fategli notare che l'uso può anche rovinarla con conseguenze fisiche, psichiche, legali, etc.



GESTIRE IL SOSPETTO DI UTILIZZO DELLE SOSTANZE

Avete il sospetto che faccia uso o che ogni tanto lo faccia?

- Non mostrate preoccupazione o rabbia, parlatene in un momento in cui siete calmi.
- Esprimete con calma le vostre preoccupazioni ed ascoltate cosa ha da dire.
- Se il ragazzo cerca di tranquillizzarvi, ma siete comunque dubbiosi, diteglielo.
- Iniziate a comunicare cosa vi ha fatto scattare il campanello d'allarme, quali sono le preoccupazioni.
- E se il ragazzo/a risponde voi fumate le sigarette e bevete alcol, cosa impedisce a me di fumare le canne o di usare sostanze? Dove è la differenza? Parlate dei rischi legati alle sostanze senza metterle in concorrenza.
- Adottare uno spirito critico, far comprendere che tutte le sostanze creano delle conseguenze ed è per questo importante informarsi. Parlare della dipendenza che creano e che ad un certo punto non si riesce più ad averne il controllo, non c'è più solo ad un certo punto la dipendenza psichica soltanto, ma subentra a tutti gli effetti quella fisica.

Quanto sono da valutare l'influenza, le compagnie e il consumo?

- Provate ad incoraggiare vostro figlio ad invitare a casa gli amici.
- Tale opportunità, anche al fine di conoscerli e farvi un'opinione in merito.
- Importante mantenere il ruolo di genitori e non di amico, mantenendo le regole in casa vostra.
- Importante il modo in cui vi relazionate con il ragazzo/a davanti agli amici.

FARE ATTENZIONE ALLE CRITICHE

- Se non dovessero piacervi gli amici, se non siete d'accordo con il loro comportamento, ditelo, ma importante è non commentare ciò che sono, ma ciò che fanno concretamente.
- Non proibite la frequentazione, poiché potrebbe ottenere l'effetto contrario, ma lasciate che la frequentazione prosegua, continuando a farlo riflettere sui comportamenti di quelle persone e riflettere insieme dialogando cosa ne pensa vostro figlio/a.



QUANTO È IMPORTANTE FAVORIRE I COMPORTAMENTI POSITIVI?

- **INFLUENZARE VOSTRO FIGLIO/A NELL'INIZIARE INSIEME AI SUOI AMICI UN'ATTIVITÀ**, un hobby, uno sport, anche mettendovi a disposizione per gli spostamenti, se potete.
- **ACCETTATE CHE VOSTRO FIGLIO ABBA QUALCHE PICCOLO SEGRETO**. Alcuni argomenti preferirà non affrontarli con voi, quindi non insistete. Mostrate ascolto e disponibilità nell'ascolto. Non chiamate i genitori di qualche amico a suo insaputa o qualche amico/a per sapere, condividete tale potenziale azione.
- **AIUTATE VOSTRO FIGLIO A CREARE UN'OPINIONE PERSONALE**. Aiutatelo a sviluppare il senso critico, a costruirsi una propria opinione sui diversi temi, discutete su temi di attualità. Dimostrate che avere opinioni divergenti, non rovinerebbe la relazione tra voi.
- **RACCONTATE DI VOI**: condividete le esperienze che avete vissuto e come il vostro gruppo vi abbia influenzato, parlate delle vostre difficoltà. Parlate di strategie che possono essere impiegate per far fronte a situazioni ritenute pesanti, di disagio o siano fonte di preoccupazione e di ansia. Parlate in prima persona dei rischi e delle soluzioni di un dato comportamento, possono essere usate dal ragazzo/a come esempi nei momenti di difficoltà.
- **NON DIRE SEMPRE SÌ** perché tutti gli altri genitori lo fanno. I limiti e le regole stabilite tra le vostre mura domestiche non sono le stesse degli altri. Se il genitore di un amico/a accetta alcuni comportamenti, non siete obbligati a farlo anche voi.

