

Il Report, nel dettaglio

Per quanto riguarda la **qualità dei rapporti con i genitori**, emerge maggiore difficoltà nel parlare delle proprie preoccupazioni con il padre piuttosto che con la madre, ma c'è dialogo con entrambi: il 53,8% degli adolescenti parla facilmente o molto facilmente con il proprio padre di ciò che lo rende pensieroso (e tra i maschi la percentuale sale), mentre comunicare con la madre è più semplice sia per i ragazzi che per le ragazze (70,8%). In ogni caso, però, la facilità di dialogo con i genitori cala al crescere dell'età.

In merito al **supporto familiare** (aiuto o sostegno emotivo), il 55% degli intervistati lo considera elevato, e si riducono le **famiglie con un'alta scala di agiatezza**, che passano dal 28% del 2018 al 23,5% del 2022, ipotizzando quindi un peggioramento delle situazioni socio-economiche dopo il Covid-19.

Passando alle **abitudini alimentari**, il 58,9% degli adolescenti fa colazione ogni giorno prima di andare a scuola e la metà consuma pasti con la propria famiglia, anche se il consumo giornaliero tende a diminuire al crescere dell'età. Il 30% degli intervistati mangia frutta, il 24,8% verdura e il 26,1% legumi tra i due e i quattro giorni a settimana, il 27,9% mangia dolci una o più volte al giorno e l'8,5% fa un consumo di bevande zuccherate.

Altra voce indagata, lo **stato nutrizionale**: in Emilia-Romagna la stragrande parte dei ragazzi e delle ragazze è normopeso (80,1%), ma il 13,9% è sovrappeso e il 3,2% obeso. Uno su quattro però si percepisce "un po' troppo grasso", soprattutto tra le ragazze, e il 21,5% è a dieta. I dati poi mostrano come ci sia una correlazione tra le abitudini alimentari "positive" e l'indicatore di ricchezza familiare: **ad un aumento del benessere socio-economico corrisponde una maggiore diffusione di buone pratiche.**

Sul versante **sport e tempo libero**, poco più della metà degli adolescenti (il 53,5%) fa **attività fisica tre volte a settimana**, livello raccomandato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, con un andamento sempre calante all'aumentare dell'età e una quota non trascurabile di giovani (10,7%) che non svolge mai alcun tipo di attività. Comparando i dati pre-pandemia con quelli attuali, si nota una diminuzione dell'attività fisica moderata-intensa: si è passati dal 46,9% al 43,7%.

La **scuola** piace molto o abbastanza a oltre il 65% degli undicenni contro il 43% circa dei diciassetenni. Gli ultimi anni sembrano però aver stressato di più i ragazzi e le ragazze, che manifestano meno disponibilità nei confronti dei compagni e meno fiducia nei confronti delle loro insegnanti. Ma oltre il 70% degli adolescenti ha **amici** su cui poter contare nel bene e nel male. E la maggior parte dei ragazzi e delle ragazze (86,9%) non ha mai subito episodi di **bullismo o cyberbullismo.**

Il report analizza anche le **dipendenze**, i cui rischi sono più frequenti nei ragazzi e nelle ragazze provenienti da famiglie con maggiore disponibilità economica. In Emilia-Romagna la maggior parte degli intervistati (84,6%) ha dichiarato di non aver "mai" fumato una sigaretta negli ultimi 30 giorni, ma il consumo di **sigarette**, compreso quello più saltuario, aumenta sensibilmente con l'età, passando dal 5,8% dei tredicenni al 35,1% dei diciassetenni.

La metà dei ragazzi e delle ragazze dice di non aver "mai" bevuto **alcol** (52,6%), ma la percentuale di adolescenti che dichiara di aver consumato alcol nell'ultimo mese tende a

crescere con l'età - passando dal 4,3% degli 11enni al 72,2% dei 17enni - e nel periodo post pandemia, passando dal 47% nel 2018 al 59% nel 2022 per i 15enni.

Ancora: circa il 30% dei 15-17enni ha fatto uso di **cannabis** almeno una volta nella vita, mentre il **gioco d'azzardo** coinvolge circa il 32% degli intervistati, con sostanziali differenze di genere: il 44,2% dei maschi e il 20,7% delle femmine ha giocato d'azzardo almeno una volta nella vita.

E arriviamo al **benessere complessivo**. Il 78,5% dei ragazzi e delle ragazze dichiara livelli medio-alti di soddisfazione, anche se il Covid ha evidenziato un impatto considerevole su questo indicatore. Il 14,4% degli intervistati soffre d'insonnia, il 22,9% afferma ogni giorno di **sentirsi nervoso**, il 21,5% di sentirsi giù di morale e il 18,2% irritabile. Questi sintomi psicologici sono molto più evidenti nelle femmine, così come lo è la **solitudine percepita**, con il 24,4% delle ragazze che ha dichiarato di sentirsi sola negli ultimi 12 mesi "sempre" o "la maggior parte delle volte".

Da ultimo, la fotografia di **social media e gaming**. Il 78,2% degli adolescenti che ha partecipato alla ricerca è in contatto tutti i giorni con la cerchia di amici stretti tramite i nuovi media, in percentuale crescente all'aumentare dell'età. Ma cresce anche l'uso problematico dei social media, soprattutto tra le ragazze. Invece il 16,5% dei maschi tra gli 11 e i 17 anni dedica ai videogiochi almeno 4 ore in un giorno (contro il 9,1% delle femmine) e il loro uso problematico decresce con l'età, con una percentuale più elevata negli undicenni (27,2).