Repubblica e Cantone Ticino

Ricerca CoSmo
COvid e Salute Mentale dei giOvani
Motivazioni, Risultati, Proposte e Sviluppi
In collaborazione con Supsi DEASS

Conferenza stampa
Bellinzona, 9 settembre 2022

Repubblica e Cantone Ticino

Dipartimento della sanità e della socialità (DSS)
Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport (DECS)

Repubblica e Cantone
Ticino

Ricerca CoSmo
COvid e Salute Mentale dei giOvani

Introduzione

Raffaele De Rosa

Consigliere di Stato e Direttore del Dipartimento della sanità e della socialità

Dipartimento della sanità e della socialità (DSS)

Introduzione: percezione del problema e primi interventi

Diverse ricerche nazionali (UNI Basilea, Rapporto Pro Juventute) hanno mostrato ben presto (fine 2020) l'impatto negativo della pandemia e delle misure di contenimento e prevenzione della pandemia sulla salute mentale dei giovani, in particolare di quelli in situazione di vulnerabilità.

Il Consiglio di Stato ha reagito prontamente:

- Costituzione di una speciale Task force «Psy» che ha dato via a una hotline per garantire un supporto psicologico (a complemento di quanto fornito dal 147) – c.a. 400 chiamate/mail
- Campagna «Distanti, ma vicini» (video e meme di rinforzo, flyers): non colpevolizzare i giovani
- Monitoraggio e Accompagnamento delle strutture (Centri educativi per minorenni, nidi d'infanzia, centri extrascolastici, istituti per invalidi, colonie). P.es. Piani di protezione, infermiere in équipe.

Introduzione: interventi durante la pandemia*

- Piani di protezione per le scuole, in modo da penalizzare il meno possibile gli allievi
- Didattica a distanza nelle scuole
- Potenziamento dei supporti informatici per l'amministrazione cantonale
- Disponibilità nel fuori orario (UMC, Task-force, UFaG, ecc.)
- Aiuti straordinari COVID (a strutture e persone)
- Consulenza e formazione agli animatori dei centri giovanili
- Sportello COVID per famiglie su www.ticinoperbambini.ch

*Per approfondimenti, si rimanda alle risposte ai numerosi atti parlamentari sul tema (p.es. Interrogazione n. 16.22 del 14 gennaio 2022).

Introduzione: approfondire la problematica e individuare soluzioni

Nonostante gli aiuti messi in campo, gli sportelli psicosociali segnalavano un **aumento delle richieste d'aiuto (**+ 15/20%), nonché un **aumento importante di ricoveri di minorenni alla CPC** (da 34 nel '19 a 68 nel '21).

I quesiti più comuni rilevati dall'hotline erano inerenti ad aspetti fobici, disturbi ansiosi, conflitti e insofferenza verso le restrizioni e esternazione di vissuti e sentimenti depressivi.

Il Consiglio di Stato, su proposta del Dipartimento della sanità e della socialità, il 19 maggio 2021 dava allora **mandato di ricerca alla Supsi** DEASS per una ricerca sull'impatto della pandemia e delle misure di contenimento sulla salute dei giovani.

La ricerca SUPSI

CoSmO

Covid e Salute Mentale dei giOvani

Lorenzo Pezzoli, Anna Bracci, Maria Caiata Zufferey, Angela Lisi, Margherita Luciani, Rosalba Morese, Emiliano Soldini, Luca Crivelli

CoSmo – Covid e Salute Mentale dei giOvani

1. Ricerca quantitativa rivolta a giovani (14-24 anni)
2. Ricerca qualitativa tramite focus group di giovani (16-24 anni)
3. Indicazioni di policy per contrastare gli effetti della pandemia (basate su workshop con i professionisti della scuola, della salute mentale, della protezione dei minorenni e delle famiglie e spazio sociale – 20 gennaio 2022)

a) uno **studio quantitativo**;

b) uno **studio qualitativo**;

c) uno **studio sulle raccomandazioni di policy**

Lo studio quantitativo

- **Obiettivo generale**: realizzare uno studio sulla salute mentale di adolescenti e giovani adulti durante la pandemia da COVID-19, con un'attenzione particolare all'impatto delle relative misure di contenimento e distanziamento sociale.

- **Obiettivi specifici**:

  analizzare livelli e traiettorie di salute mentale di adolescenti e giovani adulti (14-24 anni), comparandoli con quelli degli adulti (25-65 anni);

  indagare quali caratteristiche individuali (socio-demografiche, di salute, …) sono significativamente associate alla salute mentale;

  studiare le associazioni tra salute mentale, da un lato, e misure di contenimento messe in atto dalle autorità piuttosto che preoccupazioni legate al COVID, dall'altro, per adolescenti e giovani adulti (14-24 anni), comparandole con quelle degli adulti (25-65 anni).

Lo studio quantitativo: la metodologia

- Utilizzo dei dati raccolti nell'ambito della ricerca *Corona Immunitas Ticino* → estrazione casuale degli indirizzi di 4000 bambini e adolescenti (5-19 anni) e 4000 adulti (20-65 anni) a cui è stato trasmesso l'invito a partecipare allo studio. Si sono formate due coorti digitali (luglio 2020 per gli adulti, novembre 2020 per bambini e adolescenti), con raccolta dati a ritmo settimanale/mensile) ed un numero complessivo di persone registrate all'inizio di circa 2150 soggetti (tasso medio di adesione: ~25%).
- Attenzione: il target di COSMO quantitativo (persone giovani in età tra i 14 e i 24 anni) si colloca a cavallo delle due coorti digitali.
- La salute mentale è stata rilevata su 4 dimensioni (stress, depressione, ansia, solitudine), ma con strumenti in parte diversi tra le coorti. È stata inoltre rilevata la soddisfazione con la vita.

Lo studio quantitativo: i principali risultati

- I giovani (14-24) presentano una situazione peggiore degli adulti (25-65) nelle seguenti dimensioni: **stress, ansia e solitudine**. Le loro traiettorie durante il periodo considerato sono peggiori rispetto a quelle degli adulti. Dichiarano invece una **miglior soddisfazione nei confronti della propria vita**.

- Sono correlate negativamente con la salute mentale **carateristiche sociodemografiche** (sesso femminile, essere in formazione/apprendista), **psicologiche** (instabilità emotiva, carattere introverso), **comportamentali** (riduzione ore di sonno rispetto a prima della pandemia, consumo d'alcol e attività fisica) e **cliniche** (presenza di malattie croniche).

- Per i giovani, l'adesione regolare ad alcuni **comportamenti preventivi** (mantenere la distanza, evitare assembramenti e l'uso della mascherina) è risultata associata negativamente ai livelli di stress, depressione, ansia e solitudine.

- I livelli medi di stress, ansia e solitudine rilevati nello studio non sono preoccupanti, ma è molto probabile che **l'autoselezione** (25%) **determinata dalla soglia di impegno richiesto** da Corona Immunitas abbiano portato ad una quasi totale assenza di giovani con situazioni gravi di salute mentale.

Lo studio qualitativo

Approfondire **l'esperienza dei giovani** nella loro vita quotidiana durante la pandemia

- ✓ Ambiti della vita quotidiana impattati
- ✓ Vissuti e sfide
- ✓ Risposte e strategie utilizzate per affrontare criticità e opportunità introdotte dalla pandemia

Lo studio qualitativo: la metodologia

- **Design qualitativo** per dare voce ai giovani in un’ottica esplorativa
- **Focus group** in presenza e online (registrati, trascritti, analizzati induttivamente)
- **Campione di 41 partecipanti** tra i 16 e i 24 anni, **diversificato per genere** (27♀□, 14♂□) **e percorso sociale** (13 in percorso scolastico, 12 in percorso professionale, 16 NEET), reclutato tramite rete informale e istituti sociali
- Risultati da intendersi come **fotografia di esperienze**: no rappresentatività statistica, ma illustrazione affidabile della varietà delle esperienze esistenti

Lo studio qualitativo

	Socialità (riduzione)	**Tempo libero** (riduzione)	**Vita famigliare** (congestione)	**Scuola** (digitalizzazione)	**Libertà** (contrazione)	**Futuro** (contrazione)
SFIDE EMOTIVE	Solitudine	Vuoto	Saturazione	Disorientamento	Costrizione	Perdita
SFIDE IDENTITARIE	Individuazione senza socialità	Sperimentazione senza attività	Emancipazione senza distanziamento	Socializzazione senza contesto	Autodeterminazione senza libertà	Proiezione senza futuro
RISPOSTE NEGATIVE	Stordimento da social	Sospensione esistenziale	Conflittualità famigliare	Disaffiliazione scolastica	Frustrazione della libertà	Negazione del futuro
RISPOSTE POSITIVE	Esplorazione via social	Sperimentazione alternativa	Negoziazione famigliare	Empowerment scolastico	Integrazione delle misure	Riappropriazione del futuro

AMBIVALENZA →

- Variabili strutturali
- Variabili processuali
- Processo riflessivo

Workshop

- **Reazioni e riflessioni di un gruppo diversificato di attori del territorio alla luce dei risultati delle investigazioni quantitative e qualitative (40 partecipanti)**
- **Attivare l'intelligenza collettiva**

  Gruppo scuola

  Gruppo protezione

  Salute mentale

  Prossimità e famiglie

Workshop: i risultati

- **riconoscimento di varie categorie esperienziali emerse** come concetti capaci di dare un senso a quanto osservato nel corso della pandemia
- **eterogeneità** del target
- presenza di **frange più in difficoltà** (pandemia come fattore peggiorativo a livello psicopatologico)
- presenza di una certa **resilienza**
- **relazione di conferma** tra misure di contenimento e disagio

Workshop: le indicazioni di policy

- esigenza di **misure differenziate** di prevenzione, intervento precoce, presa a carico
  - in base **al target** (giovani con vari tipi e livelli di vulnerabilità, adulti in contatto con questi giovani)
  - in base agli **spazi di azione (fisici, virtuali, psicologici)**
  - **Valorizzare varie forme di resilienza** emerse durante la crisi

Workshop

- Sviluppare un lavoro di **lettura della complessità per calibrare** la proposta di politiche mirate alle fasce d'età e alle specificità all'interno di queste fasce, senza trascurare un approccio capace di cogliere e valorizzare la resilienza che spontaneamente emerge.
- **L'individuazione precoce ed efficace di** chi manifesta **indicatori di disagio** più profondo per **favorire un aiuto mirato**, un **depistaggio precoce** e una **presa a carico adeguata e tempestiva** a livello dei servizi specialistici della salute mentale.
- Un **investimento anche su coloro che coi giovani lavorano**, vivono, condividono spazi e tempi non solo occasionali.
- **Creare occasioni di incontro e ascolto**, occasioni che siano **facilmente raggiungibili** da coloro che si vorrebbe intercettare, in quanto conosciute, di bassa soglia, previste come opportunità di contatto educativo a seconda degli ambiti all'interno dei quali vengono attivate (per permettere di raccontarsi e dare voce e parole ai propri vissuti)

Repubblica e Cantone
Ticino

Ricerca CoSmo
COvid e Salute Mentale dei giOvani

Considerazioni e sviluppo in ambito scolastico

Emanuele Berger

Coordinatore del Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport

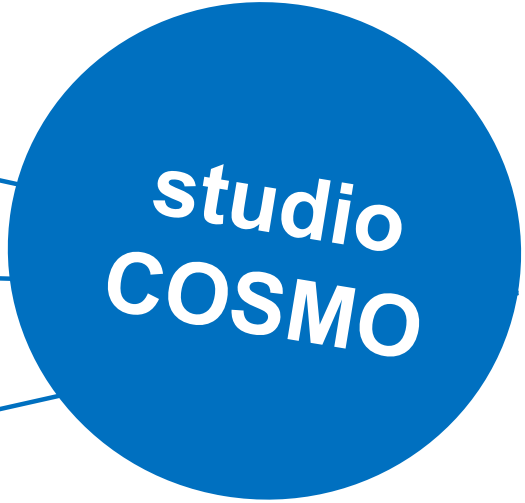
Dipartimento delle dell'educazione, della cultura e dello sport (DECS)

Considerazioni e sviluppi nella Scuola

Ascolto

Individuazione

In-formazione



Considerazioni e sviluppi nella Scuola

Ascolto

sostegno pedagogico

docenti mediatori

ascolto attivo e consapevole (progetto docenti)

Individuazione

servizio medico psicologico (collaborazione con DSS)

intervento precoce (Radix)

In-formazione

campagna nazionale «salute mentale nella scuola» (Forum per la promozione della salute nella scuola)

formazione continua dei docenti (DFA)

Repubblica e Cantone
Ticino

Ricerca CoSmo
COvid e Salute Mentale dei giOvani

Considerazioni e sviluppi negli ambiti della salute mentale, della protezione dei minorenni e del sostegno alle famiglie e ai giovani

Raffaele De Rosa

Consigliere di Stato e Direttore del Dipartimento della sanità e della socialità

Dipartimento della sanità e della socialità (DSS)

Attività di promozione della salute mentale e di prevenzione

- Promozione della salute e del benessere: diversi progetti per favorire l'equilibrio e il benessere, in parte integrati nel Programma d'azione cantonale (PAC) «Promozione della salute» 2021-2024
- Consulenza: prima accoglienza professionale garantita dal Centro di contatto OSC (raggiungibile allo 0848 062 062 e attivo 24h su 24 e 7 giorni su 7)
- Prevenzione secondaria: consolidamento del programma «Face à Face»: intervento precoce per giovani autori di violenza
- Prevenzione secondaria/terziaria: accresciuta consulenza clinico-terapeutica a bassa soglia
- Prevenzione secondaria/terziaria: studio sulla problematica specifica dei minorenni con problemi psicosociali e bisognosi di protezione e di inclusione (mandato al Centro di documentazione e ricerca OSC)

Attività di promozione della «Salute mentale»

Attività in corso o in fase di sviluppo:

- Campagna nazionale Salutepsi
- Formazione per giovani su temi quali l'empatia – collaborazione con Fondazione Idéesport
- Rafforzamento dello sviluppo dell'identità e di competenze per la salute – collaborazione con Radix Svizzera italiana
- Sviluppo di una campagna d'informazione e di sensibilizzazione – collaborazione DSS - DECS - SUPSI - Pro Juventute
- Sensibilizzazione giovani e opinione pubblica: attività in occasione della «Giornata mondiale per la salute mentale» (10 ottobre) – collaborazione con Radix e Idéesport

La pianificazione sociopsichiatrica

La **Pianificazione socio-psichiatrica 2022-2025** (in esame in Gran Consiglio) ha come priorità la cura residenziale e ambulatoriale dei minorenni:

- Unità di cura integrata per minorenni (10 posti)
- Ospedalizzazione a domicilio (Home treatment, 5 posti)
- Ospedale di giorno (5 ospiti)
- Estensione dell'Unità per i disturbi del comportamento alimentare ai minori sotto i 16 anni
- Centri psicoeducativi: nuovi (Lugano, che raddoppia, e Tre Valli) e potenziamento (Stabio, Gerra Piano)
- Implementazione progetto Ifigenia (intervento con minore con famigliare malato o sofferente dal punto di vista psichico)

Considerazioni e sviluppi «Protezione dei minorenni»

Il settore della **Protezione dei minorenni** è stato potenziato negli anni:

- Creazione Centro educativo terapeutico per minorenni Archetto a Mendrisio (8 posti)
- Creazione progetto TOP (presa a carico residenziale di 2 casi complessi in Time Out Prolungati)
- Potenziamento Cellula socio-educativa d'urgenza per minorenni CSUM (14 minorenni seguiti in famiglia)

In corso:

- Progetto Viva Voce (Supsi) per educatori, assistenti sociali e membri ARP per la formazione all'ascolto e alla partecipazione dei minori in protezione

In previsione/allo studio:

- Creazione di un Centro educativo intensivo per casi complessi (CECM)
- Allestimento di una pianificazione ad hoc
- Potenziamento del sostegno psicologico alle strutture (gestione casistica complessa)

Sviluppi «Famiglia e Spazio sociale»

- **Programma cantonale di promozione dei diritti, di prevenzione della violenza e di protezione dei bambini e giovani (0-25 anni) 2021-2024:**
  - Sostegno a progetto ASPI per supporto a famiglie migranti
  - Sostegno a progetto “Una famiglia per una famiglia” dell’Associazione L’oRA, affiancamento di una famiglia formata ad una famiglia in situazione di vulnerabilità
  - Sostegno a progetto “Educativa territoriale” dei Comuni di Chiasso e Mendrisio, rafforzamento delle competenze genitoriali
  - Sostegno ad Associazione Empa-ti, elaborazione di competenze nella comunicazione non violenta genitori-figlio
  - Progetti di prevenzione del cyber-bullismo (Croce Rossa Svizzera, CERDD)
  - Creazione Piattaforma Sportinforma.ch (prevenzione in ambito sportivo)
- Potenziare formazione/consulenze in rete ai genitori (Parental Academy Forum Genitorialità, in fase di elaborazione)
- **Revisione della legge giovani e della legge colonie** (in corso; volta a maggiore riconoscimento del lavoro di prossimità, dell’educazione tra pari, della ricerca e della prevenzione, favorire la messa a disposizione di spazi ai giovani, attività di prevenzione e di sensibilizzazione)

Conclusioni: l’impegno dello Stato

Potenziare la **presa a carico** (urgenza-medio-lungo termine), accompagnandola ad azioni di **prevenzione** e **d’intervento precoce,** ma anche:

- Identificare i **bisogni del territorio**, segnatamente delle fasce più vulnerabili
- Valorizzare e rafforzare le **iniziative in atto**, creandone di **nuove e innovative**, promuovendo il **coordinamento** e le sinergie intersettoriali
- Sviluppare il **know-how** nell’elaborazione di progetti a tutela della salute mentale
- **Sostenere** educatori/docenti/curanti in difficoltà e migliorarne la resilienza
- **Sensibilizzare** la popolazione sul tema dei diritti dei bambini e della salute mentale
- Favorire la **partecipazione** dei bambini e dei giovani rafforzandone la consapevolezza e l’autoefficacia
- Fornire l’**orientamento e la consulenza** ai giovani e alle famiglie

Conclusioni: l’impegno dello Stato

- Lo studio SUPSI conferma che la pandemia è stata vissuta come un **periodo di «rottura biografica» e di forte difficoltà**, che ha investito diverse aree di vita (socialità, tempo libero, vita famigliare, scuola, ecc.)
- Emerge dallo studio come l’impatto **non sia stato per tutti uguale**: la pandemia ha colpito in maniera **differenziata**, con conseguenze maggiori per i giovani con maggiori vulnerabilità
- CoSmo conferma **la bontà e la validità delle azioni e delle politiche pubbliche** avviate e previste in ambito di promozione, prevenzione, intervento precoce, nonché cura e riabilitazione delle forme più gravi di sofferenza
- La ricerca rende attenti sull’importanza sia di **attività di promozione della salute più generali**, sia di focalizzare l’azione su iniziative mirate a **target specifici**

Grazie per l’attenzione. Domande?

Repubblica e Cantone Ticino

Ulteriori informazioni

Ufficio del sostegno a enti e attività per le famiglie e i giovani (UFaG)
Viale Officina 6, 6500 Bellinzona
091 814 71 51
dss-ufag@ti.ch

CARTELLA STAMPA
www.ti.ch/stampa

Repubblica e Cantone Ticino

Dipartimento della sanità e della socialità