Dipendenze e comportamenti a rischio in adolescenza: una revisione sistematica e un’analisi qualitativa

Data di inserimento	11/12/2025
Anno	2025
Domanda di ricerca	Identificare le sostanze più comunemente utilizzate dagli adolescenti e i comportamenti di dipendenza più diffusi, analizzando anche fattori di rischio, caratteristiche dei consumatori e contesto socio-familiare associati a tali comportamenti.
Quello che conta	- Alcol e tabacco risultano le sostanze più frequentemente consumate dagli adolescenti europei; seguono cannabis e, in misura minore, cocaina. - Le dipendenze comportamentali (uso problematico di internet, smartphone, social media, videogiochi e gioco d’azzardo) sono altamente prevalenti, con impatti significativi su salute mentale, rendimento scolastico e relazioni sociali. - L’esordio precoce (spesso tra i 12 e i 14 anni) aumenta il rischio di sviluppare dipendenze più strutturate e comportamenti antisociali. - Numerosi fattori influenzano l’insorgenza delle dipendenze: disponibilità economica, dinamiche familiari (uso in famiglia, scarsa supervisione), pressione dei pari, impulsività, bassa regolazione emotiva e ricerca di sensazioni. - Le dipendenze tecnologiche mostrano comorbilità con l’uso di sostanze e sono associate a bassa autostima, ansia, scarsa capacità di autoregolazione e aumento delle condotte aggressive.
Caveat	- I 41 studi inclusi presentano disegno principalmente trasversale, limitando le inferenze causali. - Grandi differenze tra studi (contesti culturali, misure di dipendenza, strumenti di valutazione) possono influenzare l’eterogeneità dei risultati. - Gli studi si basano spesso su campioni non rappresentativi dell’intera popolazione adolescenziale, e in particolare alcuni sono condotti su gruppi scolastici circoscritti. - La revisione include solo articoli pubblicati in database specifici, limitando la copertura delle evidenze disponibili. - La presenza di bias di pubblicazione e la scarsità di studi longitudinali possono ridurre la solidità delle conclusioni.
Contesto	L’adolescenza è un periodo caratterizzato da intensi cambiamenti biologici, psicologici e sociali, che espongono maggiormente i giovani al rischio di comportamenti impulsivi e alla ricerca di ricompense. L’ampio accesso alle tecnologie, la normalizzazione sociale del consumo di alcol e tabacco e la facilità di accesso a sostanze e giochi d’azzardo contribuiscono all’elevata prevalenza delle dipendenze. La revisione colloca i risultati nel contesto delle politiche europee sulla prevenzione delle dipendenze e della crescente allarme per le dipendenze da tecnologia.
In evidenza	- Età media di avvio del consumo: 13–14 anni per alcol, tabacco e cannabis. - Motivi principali del consumo di alcol: divertimento, disinibizione sociale, riduzione del disagio emotivo, pressione dei pari. - Il tabacco, inclusi e-cigarette e vaporizzatori, è associato a impulsività e comportamenti rischiosi. - Cannabis: elevato rischio di dipendenza e associazione con disturbi psicologici e comportamenti problematici. - Videogiochi e internet: prevalenza significativa di uso problematico (fino al 21% per l’internet addiction); correlati a bassa autostima, disregolazione emotiva e isolamento sociale. - Gambling: inizia spesso tra i 12 e i 13 anni; motivazioni includono ricerca di emozioni positive, gestione dello stress e socializzazione. - Uso contemporaneo di più sostanze o dipendenze frequente, con interazioni tra dipendenze tecnologiche e uso di sostanze.

Implicazioni per la pratica	- Necessità di programmi preventivi integrati che considerino sia l'uso di sostanze sia le dipendenze digitali. - Importanza di una identificazione precoce di comportamenti a rischio sia a scuola che nei servizi territoriali. - Ruolo chiave della famiglia: promozione della supervisione parentale, comunicazione e modelli comportamentali positivi. - Utilità di interventi che rafforzino competenze socio-emotive, autoregolazione e capacità di resistere alla pressione dei pari. - Possibilità di sviluppare interventi tra pari per favorire norme sociali positive e prevenire comportamenti dannosi
Giudizio di qualità revisione	La revisione è metodologicamente solida: segue PRISMA, include un ampio numero di studi e presenta un'analisi qualitativa dettagliata. Gli studi inclusi presentano in prevalenza punteggi qualitativi elevati (QualSyst 79–100%). Tuttavia, la mancanza di studi longitudinali e l'eterogeneità metodologica costituiscono limiti significativi. Nel complesso, la qualità della revisione è buona.
Riferimento bibliografico revisione	Simón Márquez MM, Fernández Gea S, Molero Jurado MM, Molina Moreno P, Pérez-Fuentes MC. **Addictions and risk behaviors in adolescence: a systematic review and qualitative analysis.** *Frontiers in Psychology.* 2025;16:1646746. doi:10.3389/fpsyg.2025.1646746.
Altri riferimenti	La revisione cita numerosi studi primari su: alcol, tabacco, cannabis, dipendenza da smartphone, dipendenza da internet, videogiochi e gioco d'azzardo. - Kaya, A., and Dalgiç, A. I. (2021). How does internet addiction affect adolescent lifestyles? Results from a school-based study in the Mediterranean region of Turkey. *J. Pediatr. Nurs.* 59, e38–e43. doi: 10.1016/j.pedn.2021.01.021 - Warburton, W. A., Parkes, S., and Sweller, N. (2022). Internet gaming disorder: evidence for a risk and resilience approach. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 19:5587. doi: 10.3390/ijerph19095587 - Wicki, M., Mallett, K. A., Delgrande Jordan, M., Reavy, R., Turrisi, R., Archimi, A., et al. (2018). Adolescents who experienced negative alcohol-related consequences are willing to experience these consequences again in the future. *Exp. Clin. Psychopharmacol.* 26, 132–137. doi: 10.1037/pha0000184 - Zammit, N., Maatoug, J., Ghammam, R., Bhiri, S., and Ghannem, H. (2018). Tobacco use: the main predictor of illicit substances use among young adolescents in Sousse, Tunisia. *Int. J. Adolesc. Med. Health* 32:20170213. doi: 10.1515/ijamh-2017-0213
Parole chiave	- dipendenze - dipendenza da fumo - dipendenza da gioco - comportamenti a rischio - dipendenza da sostanze - adolescenti - dipendenza da computer/internet/telefono - Consumo/Abuso di alcool -
Aree di intervento	- dipendenze -
Setting	- scolastico - comunitario -
Outcome	- Prevalenza dei diversi tipi di dipendenza. - Età di inizio. - Fattori di rischio (familiari, economici, psicologici, sociali). - Conseguenze su salute fisica, mentale, rendimento scolastico e comportamento. Associazione tra dipendenze digitali e consumo di sostanze
Sintesi e traduzione	*A cura di Benedetta Contoli, Centro Nazionale per la Prevenzione delle malattie e la Promozione della Salute, Istituto Superiore di Sanità.* *Revisione a Cura di Cristiano Piccinelli, , SSD Epidemiologia e Screening (CRPT) dell'AOU Città della Salute e della Scienza*