



Da Assessore Provinciale alle Politiche Giovanili ho ritenuto doveroso fornire un contributo alla campagna Telethon 2007 mettendo a disposizione un opuscolo prezioso di facile consultazione, ma ricco di contenuti, realizzato da studenti del "Liceo Classico La Farina" di Messina, all'interno del quale vengono affrontati i fenomeni dell'abuso di sostanze alcoliche e stupefacenti, anoressia e bulimia, bullismo e doping.

I giovani parlano ai giovani: così la penna e la voce dei nostri ragazzi per comunicare ai loro coetanei i disagi che, spesso, vivono all'interno di questa società che troppo velocemente "tutto brucia", si da superarli con più consapevolezza. Vi ringrazio, pertanto, per il sostegno offerto, anche con un piccolo contributo che, come una goccia che si somma ad altre gocce, forma l'immenso mare della solidarietà.

Daniela Bruno
Assessore Provinciale alle Politiche Giovanili

grafica Francesca Tulei

LA RICERCA PER VINCERE HA BISOGNO di TE

Con il contributo della:


ARS
ASSEMBLEA REGIONALE
SICILIANA




PROVINCIA REGIONALE
Assessorato alle Politiche Sociali

...LA DROGA

Aumenta il consumo di droghe e alcolici da parte dei giovani, dicono le statistiche, ed aumentano anche i danni;

eccone alcuni:

DANNI FISICI

Sistema respiratorio
Sistema nervoso centrale
Sistema nervoso periferico
Sistema immunitario
Abbassamento della fertilità

DANNI PSICHICI

Distacco dalla realtà
Perdita della volontà
Depressione
Ansia
Perdita dell'attenzione

ATTENZIONE!!!

L'uso di marijuana può portare alla dipendenza! Insieme al desiderio, i sintomi della crisi d'astinenza possono rendere difficile smettere...

2

LA RICERCA
PER VINCERE
HA BISOGNO
di TE



elethon

“Non sprecate
la vostra
gioventù;
amatela e
vivetela
intensamente,,



3

...L'ALCOOL

Dopo aver bevuto qualcosa di alcolico, le persone, di solito, tendono a sentirsi comunque perfettamente in grado di guidare, ma non è così.

Studi scientifici dimostrano che una percentuale anche piccola di alcool nel sangue rallenta i riflessi e dunque i tempi di reazione. Si riduce il campo visivo; diminuisce anche del 30/40 per cento la capacità di percezione degli stimoli sonori e luminosi e quindi la capacità di reazione così come la percezione del rischio.

In Italia domina il "vinismo", che rappresenta oltre l'80% dell'alcool totale consumato.

Tendenzialmente l'alcoolismo si sviluppa soprattutto in soggetti affettivamente immaturi, molto dipendenti dalle persone che stanno loro intorno e che abbiano delle importanti tendenze depressive.



LA RICERCA
PER VINCERE
HA BISOGNO
di TE



**“Non bruciare
la tua vita
con l'alcool,”**



...IL BULLISMO

Il termine "**Bullismo**" indica un insieme di comportamenti in cui qualcuno ripetutamente fa o dice cose per avere potere su un'altra persona o dominarla". Le vittime dei bulli hanno vita difficile, possono sentirsi oltraggiati e provare il desiderio di non andare più a scuola. Alcuni possono provare sintomi di stress: mal di stomaco e mal di testa, incubi o attacchi di ansia. All'interno della scuola sono sempre più presenti casi di bullismo che si esprimono con comportamenti di prevaricazione e di aggressioni spesso sommersi.

Lo sai che il Bullismo è:

- quando sei costretto a subire piccoli furti, minacce e prepotenze da parte di uno o più compagni che ti dicono e fanno cose spiacevoli ?
- quando vieni sempre escluso dal gruppo ?
- quando ti considerano un debole e ripetutamente se la prendono con te?

Se uno fa il BULLO CON TE ...

Racconta quanto è successo ad una persona di cui ti fidi

Se uno fa il BULLO CON QUALCUN ALTRO ...

invita anche i tuoi amici a non sostenerlo
e chiedi aiuto ad un adulto se la situazione peggiora.

6

LA RICERCA
PER VINCERE
HA BISOGNO
di TE



elethon

**"IL BULLISMO...
parlarne è
la tua forza,,**



7

...L'ANORESSIA E LA BULIMIA

L'anoressia e la bulimia non sono patologie dell'alimentazione; esse non sono il risultato di cattive abitudini alimentari o di comportamenti errati connessi all'attività di nutrirsi. L'anoressia e la bulimia sono una manifestazione di problemi affettivi rilevanti.

Anoressia

Nella ragazza comincia il più delle volte, se è adolescente, con una difficoltà a riconoscersi nel proprio corpo.

Il corpo cambia, avviene qualcosa che non possiamo controllare, i segni della funzione riproduttiva appaiono e modificano la relazione della ragazza con se stessa e con gli altri. Il tentativo di tenere sotto controllo questo cambiamento può prendere la forma del controllo dell'alimentazione che viene ridotta al limite della sopravvivenza.

Il cibo viene assunto in maniera saltuaria, preferibilmente in solitudine, dando la preferenza ad alimenti a basso contenuto calorico.

Più la fame cresce più cresce l'importanza di dominarla.

Bulimia - Obesità

Le donne che soffrono di bulimia, a differenza di quelle che soffrono di anoressia, non conoscono il controllo ma la sconfitta.

L'introduzione del cibo, anche in questo caso, non è in relazione al fabbisogno calorico dell'organismo ma è legata a uno squilibrio della relazione con il mondo esterno e con se stesse.

Se però nell'anoressia l'emozione dominante, anche se a carissimo prezzo, è quella della vittoria, nella bulimia si cede senza potersi difendere a saziare una fame che non è del corpo ma dell'anima, e quando la sensazione di ripienezza giunge si è invasi da sensi di colpa devastanti che conducono al vomito indotto che lascia frastornate e doloranti.

8

LA RICERCA
PER VINCERE
HA BISOGNO
di TE



*“Il cuore batte troppo forte... ma
intanto mangio ancora...
Forse mi sto solo tappando
la bocca per non chiedere aiuto,
per non scoppiare in un pianto
interminabile che nessuno
potrebbe interrompere.
Un pianto represso da anni,
tutto il dolore e la rabbia che
non ho mai potuto esprimere”.*



9

...IL DOPING

Il doping è l'uso (o abuso) di sostanze o medicinali con lo scopo di aumentare artificialmente il rendimento fisico e le prestazioni dell'atleta. Il doping è un fenomeno con cui si individua un'infrazione all'etica sia dello sport che della scienza medica.



**Meglio
segnare
di testa
che uscire
di testa**

I composti chimici utilizzati illecitamente nello sport sono molti, con diversi meccanismi d'azione e diverso indice di pericolosità. Ogni Federazione Sportiva ha stabilito il proprio regolamento e l'elenco delle sostanze proibite. In genere, vengono vietate quelle sostanze il cui uso da parte dell'atleta viene finalizzato a ridurre la percezione della fatica, migliorare la prontezza dei riflessi, accrescere la forza e/o la resistenza muscolare, diminuire il dolore, controllare la frequenza cardiaca e/o respiratoria, ridurre il peso corporeo, attenuare l'ansia o mascherare la presenza nelle urine delle sostanze vietate. fare sport non deve significare voler vincere ad ogni costo, ma solo migliorarsi con l'allenamento e lo spirito di sacrificio che caratterizzano i veri Campioni, dando il meglio di se stessi, indipendentemente dal risultato delle gare. "Il cervello è la forza dei tuoi muscoli"

LA RICERCA
PER VINCERE
HA BISOGNO
di TE



eleThon



**“Lo sport
è un gioco,
perché
barare?,,**