

Dal tirarsi i capelli al mangiarsi le unghie, boom di comportamenti spie del disagio tra i giovani

Descrizione

default watermark

(Adnkronos) â??
Strapparsi i capelli, pizzicarsi la pelle, mangiarsi le unghie: sono comportamenti sempre piÃ¹ comuni tra i giovani e causano un notevole disagio, secondo una nuova ricerca. Ad accendere un faro Ã¨ lâ??universitÃ di Oxford. Lo studio, pubblicato su â??Bmj Mental Healthâ?? indaga su una serie di azioni ripetitive che vengono definite â??comportamenti ripetitivi focalizzati sul corpoâ?? (Bfrb). Gli autori hanno posto domande a oltre 5.400 studenti di etÃ compresa tra gli 11 e i 18 anni, principalmente nellâ??Oxfordshire e a Liverpool, nellâ??ambito della piÃ¹ ampia â??OxWell Student Surveyâ??. A chi aveva sperimentato i Bfrb, Ã¨ stato chiesto in che misura tali comportamenti li avessero turbati o angosciati, con una scala di risposta che andava da â??per nienteâ?• a â??moltissimoâ?•. I dati hanno mostrato in primo luogo che questi comportamenti sono molto diffusi: il 58,5% dei giovani nel campione ha riferito di aver manifestato almeno un disturbo da comportamento ripetitivo focalizzato sul corpo. Il 13% ha percepito questi comportamenti come una fonte significativa di disagio (rispondendo che causavano â??abbastanzaâ?• o â??moltoâ?• disagio o turbamento).

Il comportamento piÃ¹ frequentemente segnalato Ã¨ stato mangiarsi le unghie (43,6%), seguito da stuzzicarsi la pelle (31,3%) e strapparsi i capelli (14,5%), con il 17,6% di coloro che presentavano Bfrb che ne segnalavano due o piÃ¹. Strapparsi i capelli e pizzicarsi la pelle sono risultati associati a livelli di disagio sostanzialmente piÃ¹ elevati rispetto al mangiarsi le unghie (rispettivamente 37% e 29% contro lâ??11%). Le ragazze (1 su 6) e i giovani transgender e di genere non conforme (1 su 4) avevano una probabilitÃ sostanzialmente maggiore rispetto ai ragazzi sia di sperimentare Bfrb sia di trovarli angoscianti, rispetto a circa 1 ragazzo su 18. Oltre un terzo dei giovani con ansia e depressione (34%) aveva sperimentato comportamenti ripetitivi focalizzati sul corpo angoscianti, cosÃ¬ come il 27% di coloro che avevano subito bullismo. I ricercatori hanno anche scoperto che i Bfrb angoscianti sono stati segnalati da circa un quinto dei giovani che si identificavano come autistici o affetti da Adhd, circa il doppio rispetto a coloro chi non presentava queste condizioni. Differenza in gran parte spiegata da livelli piÃ¹ elevati di disagio emotivo ed esperienze di bullismo, piuttosto che dalla neurodivergenza in sÃ©, precisano gli esperti.

â??Questi risultati â?? commenta Clare Mackay, autrice principale dello studio e docente presso il Dipartimento di Psichiatria dellâ??UniversitÃ di Oxford, che ha sperimentato in prima persona i Bfrb â?? dimostrano che i Bfrb sono comuni negli adolescenti e che sono fortemente associati a disagio emotivo e avversitÃ sociali. Questo disagio spesso non viene riconosciuto perchÃ© questi tipi di comportamenti sono raramente discussi nelle scuole, nei servizi sanitari o nella societÃ in generale, e quindi chi ne soffre spesso riceve poco supporto. I Bfrb non sono semplici cattive abitudini. Spesso sono segnali che un giovane sta attraversando un momento difficileâ?•. Fare domande al riguardo â??potrebbe dare inizio a una conversazione importante. Se riconosciamo questi comportamenti precocemente, abbiamo molte piÃ¹ possibilitÃ di offrire supporto prima che si radichinoâ?•.

La ricerca â??evidenzia la necessitÃ di un maggiore supporto per i giovani con Bfrb â?? conclude la coautrice del lavoro, Polly Waite, vicedirettrice dellâ??Oxford Centre for Emerging Minds Research â?? La vergogna e lo stigma possono rendere difficile per loro parlare di questo o chiedere aiuto. Dobbiamo aprire un dialogo sui Bfrb, sfidare lo stigma che li circonda e aiutare i giovani a capire che non sono soliâ?•.

Questi risultati fanno seguito a un altro recente studio qualitativo (pubblicato sulla rivista â??Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practiceâ??) che ha evidenziato il ruolo centrale della vergogna nei giovani che soffrono di tricotillomania. Dodici adolescenti hanno partecipato a interviste semi-strutturate, dalle quali Ã¨ emerso che questa Ã¨ unâ??emozione persistente che innesca, mantiene e aggrava il comportamento di tricotillomania.

default watermark

â??

salute

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione
Novembre 22, 2026
Autore
redazione