ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ
CENTRO NAZIONALE
DIPENDENZE E DOPING

Come affrontare con gli alunni il tema dell'uso delle sostanze psicoattive

MANUALE PER INSEGNANTI



PARTE 1
PREVENZIONE

ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ

CENTRO NAZIONALE
DIPENDENZE E DOPING

COSA SONO LE SOSTANZE PSICOATTIVE?

Le sostanze psicoattive sono sostanze naturali o sintetiche che agiscono sul sistema nervoso centrale, modificando pensieri, emozioni, percezioni e comportamenti. Gli effetti variano in base alla sostanza, alla dose, alla modalità di assunzione, alle caratteristiche della persona e all'eventuale uso contemporaneo di altre sostanze

STIMOLANTI
Aumentano l'attivazione dell'organismo e possono causare agitazione, ansia, insonnia e aumento della pressione.
Esempi: cocaina, amfetamine.

SEDATIVE
Rallentano l'attività del sistema nervoso centrale e possono ridurre i riflessi, alteare lo stato di coscienza e ostacolare la respirazione. I rischi aumentano quando vengono associate tra loro.
Esempi: Cannabis, benzodiazepine.

CANNABINOIDI
Possono compromettere memoria, attenzione, coordinazione e percezione del tempo.
Esempi: cannabis e cannabinoidi sintetici.

OPPIOIDI E OPPIACEI
Possono causare forte dipendenza e rallentare la respirazione fino all'overdose.
Esempi: eroina, morfina, fentanyl.

ALLUCINOGENE
Alterano la percezione della realtà e possono causare paura, confusione e comportamenti pericolosi.
Esempi: LSD, mescalina, psilocibina.

ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ

CENTRO NAZIONALE
DIPENDENZE E DOPING

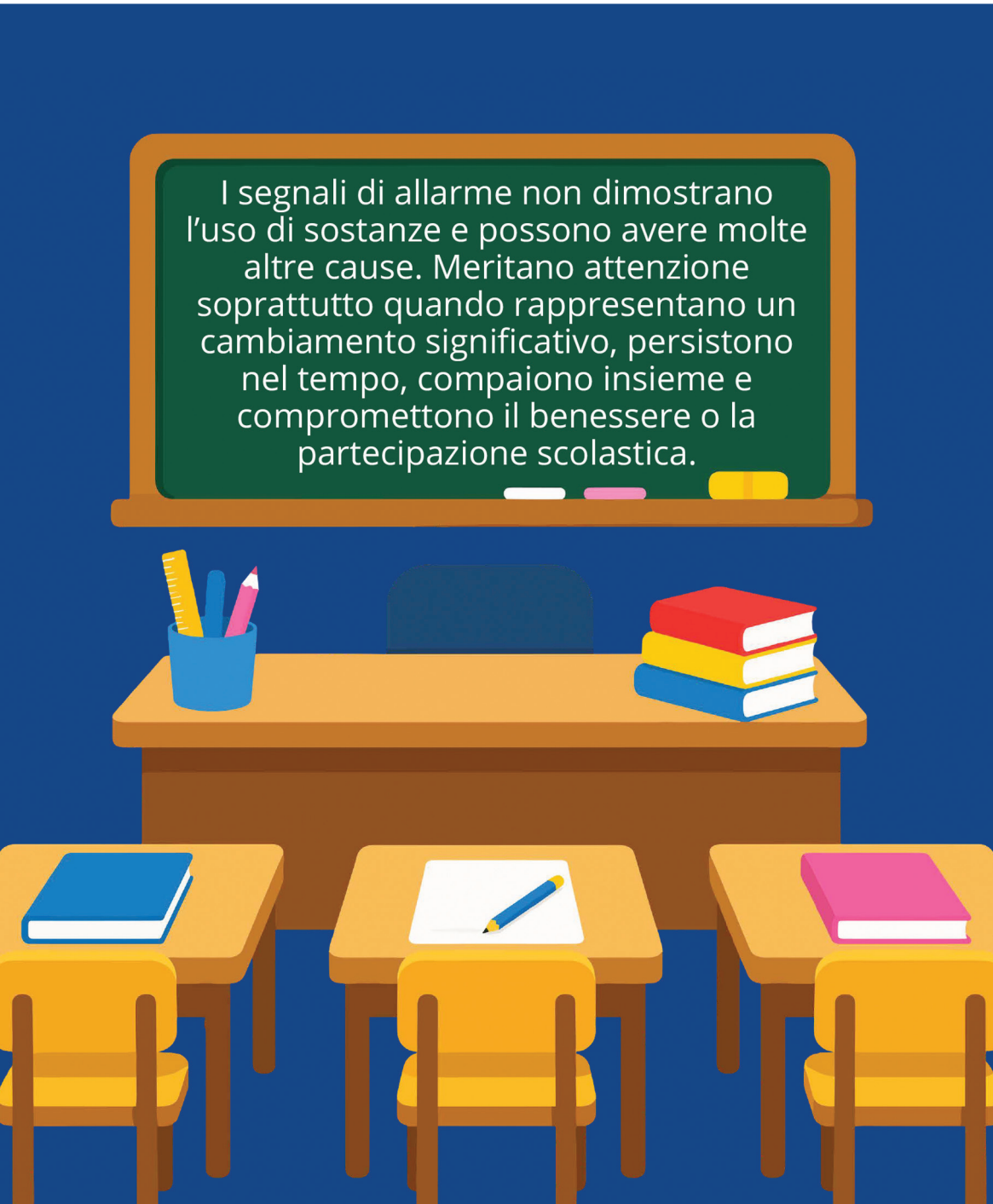




SEGNALI A CUI PRESTARE ATTENZIONE IN CLASSE

1. **RENDIMENTO:** calo improvviso e assenze ripetute.
2. **COMPORTAMENTO:** agitazione, sonnolenza, disorientamento o impulsività insoliti e persistenti.
3. **UMORE:** irritabilità, apatia, ansia, tristezza o ritiro che rappresentano un cambiamento rispetto al comportamento abituale.
4. **ASPETTO:** improvvisa trascuratezza, occhi arrossati, pupille insolitamente dilatate o ristrette, difficoltà di coordinazione o odori insoliti e persistenti.
5. **RELAZIONI:** progressivo isolamento, frequenti conflitti o improvviso abbandono delle attività e delle relazioni abituali.

OSSERVA I CAMBIAMENTI, NON CERCARE UNA DIAGNOSI


I segnali di allarme non dimostrano l'uso di sostanze e possono avere molte altre cause. Meritano attenzione soprattutto quando rappresentano un cambiamento significativo, persistono nel tempo, compaiono insieme e compromettono il benessere o la partecipazione scolastica.

ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ

CENTRO NAZIONALE
DIPENDENZE E DOPING

IL CLIMA SCOLASTICO PUÒ FAVORIRE IL BENESSERE E LA PREVENZIONE

Una relazione educativa rispettosa e attenta contribuisce alla prevenzione. Il compito dell'insegnante è promuovere un ambiente sicuro, riconoscere i cambiamenti e attivare le risorse previste dalla scuola.

✓ COSA COSTRUISCE UN CLIMA PROTETTIVO	✗ COSA LO ERODE
Conoscere gli studenti, i loro interessi e i loro bisogni educativi	Ignorare i cambiamenti
Prestare attenzione alle assenze e chiedere come stanno	Rispondere alle difficoltà soltanto con sanzioni
Mostrare interesse per le loro difficoltà	Comunicare solo in situazioni di crisi con lo/la studente/studentessa
Creare occasioni di ascolto rispettose e non giudicanti	Fare commenti pubblici su comportamenti personali
Stabilire regole chiare e coerenti	Applicare le regole senza considerare i diversi bisogni educativi
Valorizzare i progressi e la partecipazione	Interrompere il sostegno educativo dopo il coinvolgimento della famiglia o dei servizi

E' fondamentale favorire la collaborazione tra famiglia, scuola e servizi territoriali di competenza, nel rispetto dei diversi ruoli

PARTE 2
OSSERVAZIONE

CENTRO NAZIONALE
DIPENDENZE E DOPING

COME PARLARE CON UNO STUDENTE QUANCDO ALCUNI CAMBIAMENTI DESTANO PREOCCUPAZIONE

1. **SCEGLI IL MOMENTO:** Parla con lo/la studente/studentessa in un luogo riservato, quando appare lucido e sufficientemente tranquillo. Se sospetti un'intossicazione acuta, non iniziare il colloquio: attiva la procedura prevista dalla scuola.

2. **DESCRIVI I FATTI:** Riferisci soltanto ciò che hai osservato, senza formulare diagnosi, accuse o ipotesi sulla sostanza utilizzata.

3. **ASCOLTA ATTIVAMENTE:** fai domande aperte, non interrompere e non trasformare il colloquio in un interrogatorio. Evita di chiedere nomi, fornitori o informazioni su altri studenti.

4. **ATTIVA LE RISORSE DELLA SCUOLA:** coinvolgi il dirigente scolastico, il referente individuato dall'istituto o lo psicologo scolastico, se presente, secondo le procedure adottate dalla scuola.

Il primo passo è scegliere le parole. Non è compito dell'insegnante formulare una diagnosi. Il tuo ruolo è riconoscere una possibile difficoltà, aprire un dialogo e faciitare l'accesso all'aiuto.

✓ Prova con...
"Ho notato che ultimamente sembri più stanco del solito e che hai fatto alcune assenze. Come stai?", "C'è qualcosa di cui vorresti parlare?"

PARTE 3
ORIENTAMENTO

ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ

CENTRO NAZIONALE
DIPENDENZE E DOPING

COSA FARE?

Non devi avere tutte le risposte. Dire "*non ho tutte le risposte, ma posso aiutarti a trovare qualcuno con sui parlare*" può essere un primo passo utile.

COSA PUOI FARE:	COSA EVITARE:
Osservare e annotare fatti, date ed episodi evitando interpretazione	Formulare diagnosi o cercare di identificare la sostanza
Avere un primo colloquio riservato e non giudicante	Gestire la situazione senza coinvolgere la dirigenza
Coinvolgere la dirigenza e le figure individuate dall'istituto	Promettere riservatezza assoluta
Informare la famiglia secondo le procedure della scuola e nel rispetto della tutela del minore e fornire informazioni sui servizi territoriali competenti	Affrontare l'argomento o rimproverare lo studente davanti ai compagni
Mantenere il il sostegno educativo anche dopo il coinvolgimento dei servizi	Sostituirsi alla famiglia, al SerD o ai professionisti sanitari

IN CASO DI EMERGENZA

Se lo studente presenta perdita di coscienza, difficoltà respiratoria, convulsioni, dolore toracico, forte agitazione, confusione o comportamento pericoloso, non lasciarlo solo. Avvisa immediatamente la dirigenza e chiama il 112 o il 118 secondo la procedura dell'istituto.

CENTRO NAZIONALE
DIPENDENZE E DOPING



GLOSSARIO



Astinenza: insieme di sintomi fisici e psicologici che possono comparire quando una persona interrompe o riduce l'uso di una sostanza dopo averla assunta regolarmente.
Cannabis: termine che indica la pianta e i prodotti che ne derivano, come marijuana e hashish. Contiene diverse sostanze attive, chiamate cannabinoidi, tra cui il THC.
Cocaina: sostanza stimolante che agisce sul sistema nervoso centrale. Può provocare euforia, aumento dell'energia e riduzione della percezione della stanchezza, ma anche dipendenza e gravi conseguenze cardiovascolari e psicologiche.
Comorbilità: presenza contemporanea di più disturbi o problemi di salute.
Craving: desiderio intenso e difficile da controllare di assumere una sostanza.
Disintossicazione: fase del percorso medico finalizzato a gestire in sicurezza l'interruzione dell'assunzione di una sostanza e gli eventuali sintomi di astinenza.
Intossicazione acuta: condizione temporanea causata dall'assunzione recente di una sostanza, che può modificare il comportamento, la percezione, l'umore, la coscienza o le funzioni fisiche.
Metanfetamina: potente sostanza stimolante sintetica che può aumentare temporaneamente energia, vigilanza ed euforia.
NPS – Nuove Sostanze Psicoattive: sostanze con effetti simili a quelli delle droghe già conosciute, spesso prodotte o modificate in laboratorio e vendute con composizione e potenza non sempre prevedibili.
Oppiacei: sostanze naturali ricavate direttamente dall'oppio, come morfina e codeina.
Oppioidi: ampia categoria di sostanze naturali, semisintetiche o sintetiche (ad esempio, farmaci antidolorifici e sostanze come morfina, ossicodone, eroina e fentanyl).
Overdose: assunzione di una quantità di sostanza superiore a quella che l'organismo può tollerare. Può causare gravi conseguenze, perdita di coscienza, difficoltà respiratorie e morte.
Policonsumo: uso contemporaneo o ravvicinato di più sostanze, compresi alcol e farmaci. Le interazioni possono aumentare i rischi e rendere gli effetti meno prevedibili.
Ricaduta: ripresa dell'uso di una sostanza dopo un periodo di riduzione o interruzione. Non annulla il percorso compiuto, ma segnala la necessità di rivedere le strategie utilizzate.
Riduzione del danno: insieme di interventi finalizzati a diminuire i rischi sanitari e sociali legati al consumo di sostanze, anche quando la persona non è ancora pronta a interromperne l'uso.
SerD – Servizio per le Dipendenze: servizio pubblico del Sistema Sanitario Nazionale che offre valutazione, cura e sostegno alle persone con problematiche legate alla sfera delle dipendenze.
Sostanza psicoattiva: sostanza che agisce sul sistema nervoso centrale e può modificare umore, percezione, pensieri, comportamento o stato di coscienza.
THC – Tetraidrocannabinolo: principale componente psicoattivo della cannabis. Può modificare la percezione, l'umore, la memoria, l'attenzione e la coordinazione.
Tolleranza: condizione per cui, con il tempo, può essere necessario assumere quantità maggiori di una sostanza per ottenere effetti simili a quelli iniziali.
Trigger: situazione, emozione, persona, luogo o ricordo che può attivare il desiderio di assumere una sostanza o aumentare il rischio di consumo.

ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ

CENTRO NAZIONALE
DIPENDENZE E DOPING

A CHI RIVOLGERSI:

Numero Verde Nazionale
UNICO DIPENDENZE
800.940.789

Attivi dal lunedì al venerdì, ore 10:00–19:30

Per maggiori informazioni e consultare la mappatura dei servizi territoriali:
https://zerosostanze.iss.it/

Progetto attivato in collaborazione con il Dipartimento per le politiche contro la droga e le altre dipendenze, Presidenza del Consiglio dei Ministri

