



RETECEDRO.net

## Sommario

### EDITORIALE

### SPECIALE

### NUOVE TECNOLOGIE, COMUNICAZIONE WEB E PREVENZIONE

### PREVENZIONE E WEB

#### CONVEGNO

#### "RELAZIONI DIGITALI

#### Counselling e aiuto online

#### Esperienze nazionali

#### e internazionali a confronto"

Firenze, 3-4 ottobre 2013

### EDITORIALE

**La rete può rappresentare un'opportunità per favorire il benessere fra gli adolescenti** e gli interventi di promozione della salute e di prevenzione dei comportamenti a rischio, che utilizzano il web, possono essere di supporto ai programmi tradizionali.

E' possibile conoscere le caratteristiche di questi programmi, i fattori di rischio sui quali intervengono e la loro efficacia attraverso le revisioni di letteratura.

Sappiamo che i programmi di promozione dell'attività fisica basati sul computer o sul web, rivolti agli adolescenti permettono di incrementare il movimento e di ridurre abitudini a rischio ad esempio il fumo di tabacco.

Ci sono evidenze sull'efficacia di interventi di counselling online per la riduzione del consumo problematico di alcol fra i giovani e, in generale i programmi scolastici basati sul web raggiungono buoni risultati nel ridurre i consumi di alcol, fumo e droghe, nel migliorare gli atteggiamenti nei confronti delle sostanze d'abuso e nell' accrescere le conoscenza rispetto ai rischi alcol-droga correlati.

In questo quadro di riferimento si inserisce il Corso di alta formazione " **Tra media e peer education. Modelli e pratiche per una prevenzione 2.0.**" promosso congiuntamente dall'Università Cattolica del Sacro Cuore, dall'Asl Vco (Azienda Sanitaria Locale del Verbano - Cusio - Ossola), dall'Associazione Contorno Viola e dalla Cooperativa Lotta contro l'Emarginazione. L'iniziativa è nata dall'esperienza ultradecennale dei promotori, nell'ambito di un approccio alla prevenzione dei comportamenti a rischio in età giovanile, che valorizza le competenze esperienziali e comunicative fra pari e intravede nei nuovi scenari digitali nuove opportunità.

Il corso è stato rivolto agli operatori delle Asl, degli enti locali, della scuola e del Terzo Settore e a professionisti interessati, che hanno potuto ampliare le competenze nell'ambito della prevenzione primaria dei comportamenti a rischio nelle età giovanili, che utilizza sempre di più le nuove tecnologie.

E' stato possibile arricchire il proprio background teorico sul mondo virtuale e i processi di attribuzione di significato dei comportamenti nell'era web 2.0 e conoscere i metodi, le tecniche e teorie della prevenzione "in presenza" e nell'ambiente digitale.

## DIPENDENZE

### ULTIME ACQUISIZIONI

#### PEER COUNSELLING IN AN ONLINE CHAT SERVICE: a content analysis of social support/ Fukkink R.

**Contenuto in:** Cyberpsychol Be-  
E' stato aperto un **servizio di chat rivolto a giovani con problemi psicosociali.**

**La chat è condotta** da un gruppo di peer di età compresa fra 16 e 23 anni, che svolge un ruolo centrale nella conversazione, simile a quello svolto dagli operatori in servizi di aiuto online o telefonici.

L'analisi dei contenuti delle conversazioni ha mostrato che il **contributo dei peer** nella chat confidenziale soddisfa i criteri di qualità del servizio.

Inoltre, i peer offrono ai giovani varie forme di supporto sociale e la varietà di questo tipo di aiuti costituisce l'elemento di qualità più forte nella conversazione.

#### CHARACTERISTICS OF GAMBLERS USING A NATIONAL ONLINE SERVICE FOR PROBLEM GAMBLING/ Rodda S., Lubman D.I.

**Contenuto in:** Journal of gambling studies, gennaio 2013

Lo studio descrive la costruzione e lo sviluppo di un **servizio nazionale**, che utilizza **chat e mail per problemi di gioco d'azzardo patologico.**

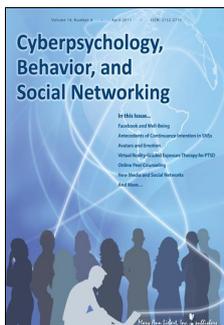
Da settembre 2009 a settembre 2011, 85.000 persone hanno visitato il sito, oltre 1.700 sono state supportate dai counsellors nelle chat e 299 hanno usufruito del servizio di mail.

**Almeno il 70% delle persone seguite hanno avuto accesso a un trattamento per la prima volta** e fra chi sceglie la mail è più alta la % di soggetti per la prima volta in trattamento (78%) rispetto a chi utilizza la chat (68%).

La scelta della chat è prevalente fra i maschi sotto i 40 anni, mentre la mail è preferita dalle donne sopra i 40 anni.

**Fra le evidenze:** la consulenza online fornisce un'alternativa attraente soprattutto per i soggetti che per la prima volta chiedono aiuto.

In futuro la ricerca dovrà valutare l'efficacia e l'impatto di questo servizio sui comportamenti di gioco nel lungo periodo.



#### FACEBOOK DEPRESSION? Social networking site use and depression in older adolescent/

**Contenuto in:** Journal adolescent health, gennaio 2013,



Lo studio indaga l'**associazione fra l'uso dei social network e la depressione**, in un campione di studenti universitari (età media 19 anni).

Gli studenti (N=190) hanno compilato un questionario (PHQ), utilizzato nello screening dei disturbi depressivi e sono stati raccolti dati per valutare l'utilizzo dei social network.

**Fra le evidenze:** si trascorre sui social network un tempo che va da 30 minuti a due ore (39%); un gruppo minoritario (16,8%) sta per più di due ore sui social network.

Non c'è associazione fra uso dei social network e depressione; non sono state trovate evidenze e il rischio di depressione da facebook risulta prematuro.

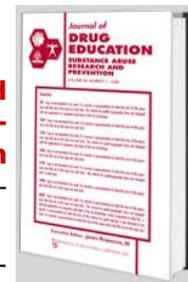
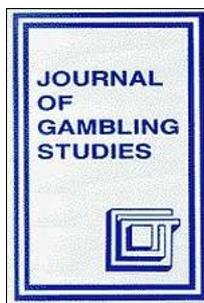
#### STUDENTS' EXPERIENCES WITH WEB-BASED ALCOHOL PREVENTION: a qualitative evaluation of alcoholEdu/ Nygaard P, Paschall M.J

**Contenuto in:** Journal of drug education 42 (2) 2012, pag. 137-158.

Per raccogliere informazioni in profondità, relativamente all'esperienza che gli studenti hanno fatto del programma di prevenzione dell'alcol basato sul web ("AlcoholEdu"). Sono stati realizzati focus group con gli studenti provenienti da tre università della California.

**Fra le evidenze:** il programma fornisce così tante informazioni che ognuno può trovare qualcosa di interessante; i ragazzi preferiscono le informazioni presentate nei modi più vicini a loro; i ragazzi hanno trovato il questionario per valutare il programma lungo e in alcuni punti con domande ripetitive, i ragazzi non si aspettano che il programma modifichi i loro comportamenti riguardo all'alcol.

**Fra le evidenze:** il programma fornisce informazioni su come evitare i problemi con l'alcol e può avere maggior impatto se adattato al contesto



## DIPENDENZE

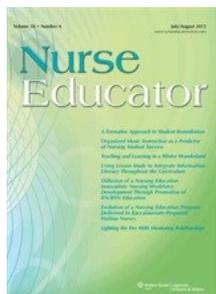
### ULTIME ACQUISIZIONI

**CYBER-BULLYING AND INCIVILITY IN THE ONLINE LEARNING ENVIRONMENT, Part 1: Addressing faculty and student perceptions/** Clark CM, Werth L., Ahten S.

**Contenuto in:** Nurse Educator, luglio-agosto 2012 pag. 150-156.

Il Cyberbullismo è una forma di violenza che caratterizza l'ambiente della rete, che comprende la pubblicazione di materiale offensivo ed informazioni diffamatorie.

L'articolo illustra i risultati dello studio che ha misurato la percezione di un gruppo di studenti di scienze infermieristiche, rispetto a comportamenti incivili rilevati durante un corso di formazione on-line.



**A SYSTEMATIC REVIEW OF SCHOOL-BASED ALCOHOL AND OTHER DRUG PREVENTION PROGRAMS facilitated by computers or the internet/**

Champion KE, Newton NC, Barrett EL, Teesson M.

**Contenuto in:** Drug Alcohol Review, Marzo 2013 pag.115-123

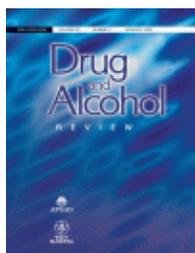
**L'articolo identifica, descrive e valuta i programmi di prevenzione scolastici basati sull'utilizzo del computer o internet.**

Sono stati consultati i database di Cochrane Library, PsycInfo e Pub-med fino a marzo 2012: 12 studi sono stati individuati fra questi 7 valutano programmi basati su internet e 5 interventi che utilizzano cd-rom.

Fra le evidenze: **6 programmi riducono il consumo di alcol cannabis e tabacco al post intervento e al follow up; 2 interventi sono associati alle intenzioni di diminuire uso di tabacco e 2 ad aumentare le conoscenze su alcol e droghe.**

Le evidenze indicano che i programmi scolastici basati sul computer e su internet hanno la possibilità di ridurre il consumo di alcol e droghe nel futuro.

Questi risultati e la familiarità e l'interesse dei giovani per le nuove tecnologie suggeriscono che questo tipo di programmi sono adeguati per la prevenzione a scuola.



### ULTIME ACQUISIZIONI

**A REVIEW OF THE EVIDENCE ON TECHNOLOGY-BASED INTERVENTIONS FOR THE TREATMENT OF TOBACCO DEPENDENCE IN COLLEGE HEALTH/** Brown J

**Contenuto in:** Worldviews evidence based nursing, febbraio 2013

Gli anni dell'università rappresentano un periodo critico per l'instaurarsi dell'abitudine al fumo. Il fumo è associato al 30% delle morti per cancro, all'80% delle morti per disturbi polmonari e all'insorgenza precoce di malattie cardiovascolari.

L'articolo propone una **revisione sulle evidenze disponibili relative ad interventi di prevenzione del fumo di tabacco basati su internet**, rivolti a giovani per orientare la costruzione di programmi di prevenzione scolastici.

E' stata analizzata la letteratura scientifica pubblicata dal 1999 al 2011, selezionando per target d'interesse (18-30 anni), **tipologia di strumento (siti web, mail, sms o altri messaggi di testo** e per risultati raggiunti (cessazione/astinenza).

**Fra le evidenze:** 8 studi hanno risposto ai criteri di inclusione, gli approcci teorici seguiti sono il modello transteoretico del cambiamento, il modello delle credenze sulla salute, la teoria del supporto sociale, la teoria sociale cognitiva.

Gli interventi variano e si differenziano: comunicazione attraverso siti web via mail, via sms, utilizzo dell'approccio peer.

L'astinenza è il primo risultato misurato e ci sono progressi statisticamente significativi per quanto riguarda la cessazione.

A causa dell'utilizzo combinato di più strumenti, di differenze negli interventi e nel numero di contatti non è chiaro quale sia la modalità migliore. Inoltre campioni troppo piccoli, la mancanza di gruppi controllo, i risultati contraddittori limitano di poter fornire evidenze.

**Gli interventi basati su internet possono essere uno strumento efficace per la prevenzione del fumo, specialmente fra gli studenti.** Sono in grado di raggiungere un numero esteso di studenti, che non si rivolgerebbero a un centro antifumo.

E' necessario sostenere ricerche che individuino quale tecnologia risulti più efficace.

## DIPENDENZE

### SPOGLI DA PERIODICI E MONOGRAFIE

#### **ONLINE INTERVENTION ENGAGEMENT PREDICTS SMOKING CESSATION/** Schwarzer

R., Satow L.

**Contenuto in:** Preventive Medicine, settembre 2012 55(3) pag. 233-236



Invece di focalizzare l'attenzione sulle caratteristiche individuali che possono facilitare lo smettere di fumare, lo studio è attento a che cosa le persone possono fare.

**L'ipotesi da verificare** è che sia **più facile smettere se si è coinvolti in attività sociali all'interno di una comunità virtuale.**

Nel periodo marzo 2009 luglio 2011 sono stati raccolti dati relativi all' **associazione fra astinenza da fumo e svolgimento di attività sociali online**, all'interno di una comunità virtuale (post pubblicati in bacheca con commenti di 1 giornata senza fumo, donazioni, messaggi per gli altri partecipanti del programma).

Il **campione** è costituito da **13.174 utenti** di un programma basato sul web per smettere di fumare.

**Fra le evidenze:** i diari, in cui sono stati annotati i giorni in cui non si è fumato, evidenziano **elevati tassi di riduzione fra coloro che hanno fatto attività per la comunità virtuale.**

Le attività svolte all'interno di una comunità virtuale contribuiscono a favorire la cessazione dell'abitudine a fumo.

#### **STUDY PROTOCOL OF A DUTCH SMOKING CESSATION E-HEALTH PROGRAM/** Stanczyk NE, Bolman C, Muris JW, de Vries H

**Contenuto in:** BMC novembre 2011,

Lo studio ha valutato gli effetti di un intervento basato sul web, attraverso messaggi di testo e un percorso video per fumatori.

Sono stati inclusi soggetti fumatori, con diverso status socioeconomico, che hanno intenzione di smettere entro 6 mesi e che hanno più di 18 anni.

**Fra le evidenze:** il programma presenta molti punti di forza: viene valutata l'efficacia dell'intervento, integra messaggi video e di testo individuando una nuova strategia comunicativa, prevede messaggi personalizzati e molti momenti di feedback, infine il reclutamento dei partecipanti è stato fatto dai medici di base.

### SPOGLI DA PERIODICI E MONOGRAFIE

#### **ARE THE STAGES OF CHANGE RELEVANT FOR THE DEVELOPMENT AND IMPLEMENTATION OF A WEB -BASED TAILORED ALCOHOL INTERVENTION?** / Schulz DN,

Kremers SP, de Vries H.

**Contenuto in:** BMC maggio 2012

I **programmi basati sul computer** sono un **promettente strumento per favorire cambiamenti negli stili di vita**, ad esempio per quanto riguarda il consumo di alcol. C'è necessità di ulteriori ricerche che valutino se gruppi che differiscono nel livello di motivazione al cambiamento possono raggiungere risultati diversi dallo stesso programma di prevenzione basato sul web.

E' stato somministrato un questionario che rileva lo stadio del cambiamento, il consumo dell'alcol, l'autoefficacia, l'influenza sociale e considerazioni sul programma, ad esempio la capacità di offrire una consulenza personalizzata.

Sono state rilevate le **associazioni fra stadi diversi di cambiamento, i fattori psicosociali e le valutazioni sul programma.**

**Fra le evidenze:** il 34,1% ha riportato di non voler cambiare le proprie abitudini del bere (precontemplazione), il 22,9% intende migliorare i propri comportamenti (contemplazione) e il 42,9% aderisce alle raccomandazioni sul consumo moderato dell'alcol (azione). Dal confronto dei tre gruppi i soggetti nella fase di azione riportano tassi di consumo più basso di alcol, stili del bere più salutari e maggiore autocontrollo in caso di situazioni di difficoltà.

#### **The use of computer technology to reduce and prevent college drinking/**

Wodarski JS, Macmaster S., Miller NK

**Contenuto in:** Social work in public health 2012 pag.270-282

E' stato valutato il consumo di alcol e sulla base delle informazioni fornite dagli studenti è stato fornito un intervento breve, basato sul computer.

L'intervento è stato indirizzato agli studenti valutati ad alto rischio di sviluppare abitudini del bere dannose o che avevano aumentato il consumo di alcol nel primo anno di college.

Oltre 54.000 studenti hanno completato il programma, dall'inizio il binge drinking è diminuito del 27% , il binge drinking frequente del 44% e il numero di bevande sequestrate per essere state vendute a giovani sotto i 21 anni è diminuito da 542 nel 2004 a 158 nel 2007.

