

CANNABIS

PRO E CONTRO

CONSUMO
REGOLAMENTAZIONE
PROIBIZIONE



segreteria@scienzaevita.org | www.scienzaevita.org

ASSOCIAZIONE
SCIENZA & VITA
ALFATI PER IL FUTURO DELL'UOMO

LA CULTURA DELLO “SBALLO” E I GIOVANI

di Tonino Cantelmi*

Abstract | La cosiddetta “cultura dello sballo” è un fenomeno alimentato negli adolescenti e nei giovanissimi dal sensation seeking. Tale condizione si associa ad una immaturità del cervello in fase di sviluppo, caratterizzata da una eccessiva reattività del sistema limbico a scapito del sistema cortico-frontale. Pertanto, i giovani sono predisposti alla ricerca di emozioni forti, alla sfida alla morte e alla ricerca di nuove esperienze. È una condizione fortemente sostenuta nella postmodernità tecnoliquida dalle reti telematiche e dall’insurrezione digitale. In questo contesto, l’esperienza correlata alla cannabis viene ampiamente sottovalutata nonostante la sua documentata capacità nociva proprio sui cervelli in fase di sviluppo.

Introduzione

Nel contesto politico italiano, una parte della maggioranza parlamentare si mostra a favore della legalizzazione dell’uso della cannabis per i cittadini che hanno raggiunto la maggiore età. L’idea di base che accomuna tali posizioni risiede nella considerazione della cannabis come una sostanza innocua che non induce dipendenza o effetti duraturi a livello somatico e psichico, nonostante psichiatri, neurologi, tossicologi e altri esperti nel campo della medicina, abbiano evidenziato le possibili conseguenze, soprattutto psichiatriche, del suo uso e i rischi annessi alla sua liberalizzazione.

Iniziamo questa riflessione partendo da una breve e semplificata descrizione dei meccanismi fisiologici coinvolti. La cannabis contiene cannabinoidi naturali esogeni, tra i più importanti il tetraidrocannabinolo (THC), il cannabidiolo (CBD) e il cannabinolo (CBN), che, qualora assunti, interagiscono con i recettori del sistema endocannabinoide del nostro cervello. Quest’ultimo regola l’attività dei principali sistemi di neurotrasmissione, tra cui quello dopaminergico le cui alterazioni possono comportare l’insorgenza di disturbi psicotici, disturbi dell’umore, alterazioni del comportamento impulsivo, deterioramento delle facoltà cognitive o delle abilità di apprendimento (Bersani, Iannitelli, 2015). L’interazione della cannabis con i recettori del sistema endocannabinoide provoca, dunque, un’alterazione del normale funzionamento cerebrale, soprattutto in epoca del neurosviluppo, con conseguenze irrecuperabili. Se consideriamo che ai nostri giorni l’assunzione di cannabis e derivati avviene in tempi precocissimi, molto frequentemente già in

* *Psichiatra, psicoterapeuta; Direttore Scientifico Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Cognitivo-Interpersonale; Presidente Istituto di Terapia Cognitivo-Interpersonale; Direttore Clinico Scientifico Opera Don Guanella.*

fase adolescenziale quando il cervello non ha ancora raggiunto la piena maturazione, è evidente che i giovani si sottopongono a gravi rischi.

Riguardo l'adolescenza, oggi possiamo affermare che il periodo di transizione che si interpone tra l'infanzia e l'età adulta sembra essersi modificato. Lo dimostra uno studio recente pubblicato sulla rivista *The Lancet. Child & Adolescent Health* nel 2018 da M. Sawyer e suoi collaboratori, secondo il quale i tempi ritardati delle transizioni di ruolo, come il completamento dell'istruzione scolastica, il matrimonio, la genitorialità, l'occupazione lavorativa, insieme all'influenza massiccia delle forze sociali, tra cui il marketing e i media digitali, avrebbero condizionato la salute e il benessere psicologico della popolazione estendendo il periodo dell'adolescenza fino all'età di 24 anni. Stando a questo dato interessante, il processo di maturazione continuerebbe anche dopo la maggiore età e in questo arco temporale l'assunzione di droghe potrebbe avere un effetto deleterio sul piano biologico-evolutivo.

In ambito sociale, tale cambiamento è stato influenzato dall'inarrestabile rivoluzione digitale dalla quale è insorto il mondo tecnoliquido post-moderno, segnato dalle incredibili espansioni e innovazioni tecnologiche che hanno amplificato le caratteristiche dell'uomo liquido: il narcisismo, la velocità, l'ambiguità, il sensation seeking, il bisogno di infinite relazioni light e tecnomediate. Tutti fenomeni ampiamente evidenti tra le menti digitali delle nuove generazioni.

I nostri adolescenti sono frequentemente dei sensation seekers, emotivamente vulnerabili e incapaci di inibire comportamenti inappropriati legati agli impulsi, costantemente alla ricerca di emozioni forti, talvolta estreme, con l'intento di ottenere gratificazione immediata. La loro incapacità di posporre tale soddisfazione è legata all'incapacità di tollerare la noia e la monotonia che si manifestano con sensazioni di irrequietezza e disagio emotivo. Per tentare di uscire dalla tediosità che vivono, questi ragazzi si imbattono spesso in esperienze divertenti, euforiche, anche a limite, con comportamenti rischiosi sostenuti da un forte senso di narcisismo e onnipotenza, legati alla mancanza di differenziazione tra realtà esterna e realtà interna. Ci troviamo di fronte a giovani curiosi, bisognosi di approcciarsi a situazioni eccitanti, anche sconosciute, difficilmente persuasi dal timore per la propria incolumità fisica e mentale. Quanto più la vita appare monotona e scontata, tanto più i giovani sono tentati ad immergersi nel mondo parallelo della "cultura dello sballo", in cui prevale la propensione all'uso di sostanze stupefacenti, alcol, esperienze ad alta intensità emotiva e, a volte, con un'elevata carica di aggressività. Trovando sicurezza, euforia e disinvoltura negli stati di sovraeccitazione, i ragazzi non si sforzano di trovare modi alternativi di interesse e gratificazione, rischiando così di restare spaesati e indifesi di fronte alle situazioni stressanti della vita, in preda al senso di vuoto.

Le spinte sociali unitamente alla velocità di quest'epoca frenetica condizionano, dunque, lo stile di vita degli adolescenti, sempre più inclini ad attuare pratiche estreme ed enfatizzanti nel tentativo di autoaffermare la propria identità.



In un possibile cambio d'epoca che esalta l'emotivismo e consente l'esplosione delle espressioni narcisistiche di sé, un'azione politica che mira alla legalizzazione della cannabis ci pone di fronte ad alcune perplessità.

Il cervello “rapido” e l'adolescenza: la ricerca di emozioni forti

Durante l'adolescenza, il cervello si prepara ad una profonda rivoluzione. Le aree cerebrali sono ancora in fase di organizzazione e ristrutturazione e l'esposizione a fattori ambientali tossici può facilmente determinare effetti negativi. I meccanismi di sviluppo cerebrale rendono il cervello dell'adolescente maggiormente vulnerabile ai danni cognitivi derivanti dall'uso persistente di cannabinoidi esogeni, in modo particolare, deficit permanenti delle funzioni intellettive, attentive e mnestiche. A confermarlo è una ricerca svolta nel 2012 da Meier e colleghi, i cui risultati mostrano che chi ha iniziato a fumare cannabis in età adolescenziale, e ha continuato negli anni successivi, ha ottenuto punteggi significativamente inferiori alla media nella maggior parte delle prove cognitive, con un calo del QI di circa 8 punti. Per di più, interruzione dell'uso di cannabis non consentiva il recupero delle funzioni intellettive. Gli autori, inoltre, hanno specificato che i danni cognitivi risultavano ancora più pronunciati quando il consumo di cannabis iniziava prima dell'adolescenza.

Un altro dato preoccupante emerso dallo stesso studio, suggerisce che l'uso di cannabis risulta essere associato a una compromissione persistente del controllo inibitorio. Questa relazione potrebbe spiegare perché l'uso precoce della sostanza rappresenta un fattore di rischio per altre dipendenze.

Tipicamente nel cervello dell'adolescente il sistema della ricompensa, cioè il sistema deputato al soddisfacimento del piacere regolato dalla dopamina, è meno attivo. Di conseguenza per ricevere piena gratificazione, l'adolescente ha bisogno di vivere esperienze forti. Tale affermazione spiega il motivo per cui i ragazzi sottovalutano il rischio e sono in prevalenza predisposti a mettere in atto comportamenti impulsivi e imprudenti, talvolta imbattendosi in situazioni pericolose. La mente del giovane viaggia alla ricerca della creatività, con curiosità esplora nuove esperienze e stabilisce legami sociali con il gruppo dei pari, all'interno del quale spera di raggiungere gratificazione e riconoscimento. In questa fase rivoluzionaria della vita, i cambiamenti non sono rivolti esclusivamente all'esterno, ma si verificano anche importanti variazioni strutturali e funzionali a carico delle aree cerebrali corticali e sottocorticali. I processi e i meccanismi che sono alla base dello sviluppo encefalico, rendono il cervello adolescente più fragile e l'esposizione precoce a fattori traumatici o nocivi, tra cui l'abuso di alcol e droghe, comporta spesso danni cerebrali, anche di tipo psichiatrico. Nel cervello ancora in evoluzione prevalgono le attivazioni rapide e intense del sistema limbico, ovvero la parte più antica e profonda del cervello a cui appartengono una serie di strutture sottocorticali, compresa l'amigdala, responsabili della regolazione emotiva e delle reazioni

istintive e primitive. Di contro, le attivazioni lente e riflessive dei sistemi corticali, che fungono da inibitori, appaiono a quest'età perlopiù carenti. Si tratta delle funzioni esecutive, o funzioni cognitive di alto livello, che consentono di agire razionalmente, controllare l'impulso e inibire le risposte inappropriate. Queste capacità permettono, quindi, di ragionare con giudizio, ponderare decisioni e pianificare gli eventi prevedendone le conseguenze future. Nel periodo in cui lo sviluppo è incompleto, l'inefficiente comunicazione tra le aree cerebrali impedisce l'integrazione della componente emotiva e razionale durante la gestione degli eventi esterni.

Tali evidenze spiegano le ragioni per cui gli adolescenti vivono le emozioni in modo più amplificato ed intenso, con frequenti sbalzi emotivi: a quest'età le emozioni si alternano velocemente e con repentini cambiamenti sia di intensità che di connotazione emotiva. Non essendo ancora del tutto capaci di autoregolazione emotiva, per i ragazzi è fondamentale la funzione regolatrice degli adulti che dovrebbero accompagnarli nella maturazione delle abilità riflessive, guidandoli a ragionare e valutare con attenzione le alternative possibili per la risoluzione di un problema, finché le capacità prefrontali e limbiche saranno in grado di coordinarsi tra loro.

Un ulteriore aspetto che caratterizza il cervello adolescente è legato ai bassi livelli di dopamina, neurotrasmettitore strettamente connesso al sistema del piacere e della ricompensa dal quale si innesca il meccanismo della dipendenza. I bassi livelli di dopamina portano i ragazzi in uno stato di noia che, di conseguenza, li induce a ricercare esperienze stimolanti, nuove ed eccitanti, talvolta connesse a comportamenti rischiosi. È da qui che si origina nell'adolescente il fascino per il rischio a cui spesso conseguono azioni trasgressive e avventate, dettate dall'impulsività, che producono gratificazioni immediate. Una situazione pericolosa o proibita diventa per loro altamente desiderabile e, pur conoscendone i rischi, ne sono tentati. Tanto più se sono in compagnia dei coetanei, la cui presenza provoca scariche di dopamina simili a quelle procurate da piaceri più concreti come alcol e droga. Questo spiega perché i ragazzi non prendano decisioni sulla base di ciò che è giusto o sbagliato, ma in base al livello di soddisfazione rapida che ne ricevono. Il piacere del rischio, la ricerca di esperienze estreme e sensazioni emotivamente forti, la frequentazione di "cattive" compagnie, l'assunzione di sostanze stupefacenti, l'abuso di alcol sono tutti comportamenti altamente attraenti che inducono nel cervello del giovane un rilascio notevole di dopamina. Poiché quest'ultimo costituisce un potente rinforzo, il rischio è che ciò possa generare il bisogno incontrollabile di mettere nuovamente in atto il comportamento pericoloso, predisponendo in tal modo lo sviluppo di dipendenze (Pierantoni, 2020).



Perché i giovani amano lo “sballo”

Esplorazione creativa, coinvolgimento sociale ed esplosione dell’emotività sono le caratteristiche peculiari dell’adolescenza determinate dai cambiamenti cerebrali tipici di questa età.

Sulla base delle evidenze scientifiche riportate, risulta più facile comprendere le motivazioni psicologiche e sociali che spingono sempre più spesso i giovani a fare uso di sostanze psicoattive. Si addentrano nel mondo droghe e ne fanno uso per sperimentare sensazioni di piacere, eccitanti, per combattere la noia, per curiosità o desiderio, o ancora per integrarsi o sentirsi a proprio agio nel gruppo dei pari, per combattere l’inibizione e abbattere le barriere psicologiche che limitano le loro capacità di espressione e comunicazione, o perché sono attratti e affascinati dalla trasgressione dello stupefacente. Cannabis, alcol e altre sostanze diventano gli anestetizzanti più immediati del disagio emotivo che inonda l’animo, soprattutto, giovanile in una società in cui dilagano sentimenti di vuoto, angoscia, ansia, tristezza e paura del presente e del futuro.

Ma cos’è che spaventa i giovani? Dove si origina l’incertezza e la vaghezza del proprio avvenire? Per comprendere le cause del disagio giovanile, partiamo dalle illuminanti riflessioni del noto sociologo Zygmunt Bauman, secondo il quale la società è in una fase di liquefazione della modernità, o postmodernità (Cantelmi, 2013). La fluidità, che è lo stato proprio dei liquidi e dei gas è divenuta una metafora perfetta della condizione dell’individuo attuale: un individuo privo di riferimenti stabili, svincolato da legami personali troppo durevoli e alleggerito dei vincoli sociali, ma segretamente oberato dal peso della ricostruzione permanente di un’identità instabile e afflitto dal terrore di diventare obsoleto. La fluidità è, dunque, una proprietà che sprigiona una nuova velocità, semplificando l’esercizio della costante variazione dei tesserini identitari da mostrare per apparire sempre appetibili ed adeguati. Infatti, «laddove i solidi hanno dimensioni spaziali ben definite, i liquidi non conservano mai a lungo la propria forma e sono sempre pronti (o inclini) a cambiarla» (Bauman, 2002). Nella postmodernità, tutto scorre velocemente, mutua, fluttua, viene consumato, usato e infine scartato, che si tratti di esperienze, relazioni, amicizie, o modi di essere. D’altronde, è una società che chiede di cogliere le opportunità della vita, di svincolarsi con leggerezza dalle ostruzioni per viaggiare in ogni direzione senza troppi rimpianti. È l’epoca del tramonto delle grandi narrazioni politiche e religiose, del crollo dei valori e degli ideali che segnano lo sgretolamento del ruolo adulto e la crisi dell’identità adolescenziale.

In una società liquida in cui l’esperienza individuale e i rapporti umani si decompongono e ricompongono in maniera vacillante ed incerta, gli adulti cessano di essere punti di riferimento stabili e definiti per i giovani, e quest’ultimi sciamano creando realtà autoreferenziali in cui rischiano di sentirsi allo sbaraglio, in una navigazione che cambia continuamente rotta. L’assenza di una guida solida e

stabile può portare i ragazzi ad una condizione di malessere e disagio emotivo con conseguenti condotte nocive, tra cui l'abuso di sostanze psicoattive.

A tal proposito, l'avvento della tecnologia ha reso questa realtà ancora più complessa. Se da un lato il mondo digitale rappresenta una straordinaria e innovativa rivoluzione del terzo millennio, stiamo comunque assistendo ad un cambiamento radicale e ad un passaggio evolutivo importante. La mente in internet sta producendo ristrutturazioni cognitive, emotive e sociali del vivere che rideterminano la costruzione dell'identità e delle relazioni, nonché il vissuto dell'esperire. Oggi viviamo nella fase dell'insurrezione digitale che vede l'emergere di un nuovo cervello/mente: la mente tecnoliquida in cui prevalgono le attivazioni rapide e immediate del sistema limbico con una progressiva riduzione delle attivazioni lente e riflessive dei sistemi corticali, destinati a soccombere alle richieste del mondo digitale (Cantelmi, 2020). In altri termini, nell'epoca attuale l'utilizzo dei dispositivi digitali sta rallentando la maturazione della corteccia prefrontale, nonché lo sviluppo delle abilità cognitive che creano uno spazio mentale di riflessione e controllo tra l'impulso e l'azione. Le stesse capacità che controbilanciano il sistema della ricompensa e proteggono dall'insorgenza delle dipendenze: dipendenze comportamentali, ad esempio da shopping, da lavoro, da sesso, da Internet, da gioco d'azzardo, e dipendenze da alcol o da sostanze.

Alla luce di ciò, se da un lato la proibizione dell'uso delle droghe può attrarre la mente dell'adolescente incuriosita dalla trasgressione del divieto e dal fascino del rischio, dall'altro la piena libertà attraverso la legalizzazione può rappresentare un ulteriore elemento di predisposizione allo sviluppo delle dipendenze, in modo particolare della tossicodipendenza o del poliabuso.

Nell'attuale contesto giovanile, ci chiediamo se sia veramente possibile, attraverso una legge che legalizzi la cannabis, esercitare un effettivo controllo che ne limiti la diffusione o se, al contrario, la tolleranza sociale ne aumenti l'accessibilità. Pensiamo, ad esempio, al consumo e all'abuso di alcol tra gli adolescenti: seppur in Italia la legge vieti la somministrazione e la vendita di bevande alcoliche ai minori di 18 anni, è elevato il numero di minorenni che presentano comportamenti a rischio nel consumo di alcol. Nonostante, la proposta di legge preveda l'esclusione dei minori da qualsiasi forma di accesso alla cannabis e derivati, data l'attuale facilità con la quale è possibile reperire sostanze stupefacenti, si può ipotizzare che il consumo legale della cannabis possa incrementare maggiormente l'utilizzo precoce nei giovani, mettendo a rischio il loro sviluppo cerebrale con gravi conseguenze sul piano cognitivo.

Conclusioni

In questa logica di pensiero, seppur la legge riuscisse a controllare il mercato della droga da sempre monopolio delle mafie e comportare per lo Stato un introito economico rilevante, senza limitarne realmente la diffusione tra i giovani,



rischierebbe di creare danni severi e irrecuperabili a scapito del benessere futuro, con un aumento dei costi sociali. Considerando che l'alto tasso del consumo di cannabis tra gli adolescenti e i deficit cognitivi conseguenti ad un uso in età precoce rappresentano un rischio significativo e preoccupante, un controllo inadeguato provocherebbe l'aumento della fascia di popolazione giovanile destinata nel corso degli anni a non raggiungere adeguati livelli di benessere lavorativo, produttivo e sociale.

La vera sfida, a mio parere, spetta agli adulti che dovrebbero ripartire dalla riconquista dell'autorevolezza e, soprattutto, della fiducia dei giovani, impegnandosi a creare contesti educativi e sociali volti alla loro responsabilizzazione. Attraverso una legge sanzionatoria e la disapprovazione sociale dell'uso delle droghe, dovrebbero trasmettere il senso del limite e porsi come modelli positivi in grado di condizionare e influenzare i ragazzi per garantire loro l'interiorizzazione di comportamenti di salute e stili di vita sani.

Nella realtà contemporanea gli adolescenti sono immersi nella cultura del disimpegno e dello sballo, in cui prevalgono sentimenti di noia, connessioni senza relazioni autentiche, fluidità della società e perdita di senso e di significato. Una realtà modificata dall'alcol, dalle droghe, dalla tecnologia, dalla riduzione dell'empatia e dall'aumento della crudeltà in cui si aggravano i disequilibri emozionali giovanili ed esplodono sofferenze, disagi, o addirittura, disturbi mentali. A sconvolgere ulteriormente gli equilibri, è stato l'arrivo improvviso della pandemia che, a causa delle normative di contrasto alla diffusione del Covid-19, ha ridotto le opportunità di relazione tra pari e con gli adulti, amplificando l'incertezza del futuro.

Sembra essere, quindi, una società ancora immatura di accogliere un progetto di legge che regolarizzi l'uso della cannabis, bisognosa piuttosto di rinforzare e promuovere politiche giovanili, volte allo sviluppo, al sostegno, all'assistenza e alla progettualità futura.

Un aiuto concreto consisterebbe nella costruzione di spazi di fiducia e disponibilità all'ascolto, partendo dai più piccoli fino ai più ampi contesti educativi: dar voce ai giovani, permettere loro di esprimersi, aiutarli a sviluppare capacità di futurazione, di affermarsi e di relazionarsi autenticamente.

Il progresso è la conquista, più che della libertà nell'uso delle droghe, della capacità di rendere liberi.

Bibliografia

- G. Bersani, A. Iannitelli (2015), *La legalizzazione della cannabis: tra irresponsabilità politica e deresponsabilizzazione degli psichiatri*, "Rivista di Psichiatria", 50(5):195-198. DOI: 10.1708/2040.22156.
- M.H. Meier, A. Caspi et. al (2012), *Persistent Cannabis Users Show Neuropsychological Decline From Childhood to Midlife*, "Proceedings of the National Academy of Sciences", 109(40):E2657-64. DOI:10.1073/pnas.1206820109.



- S.M. Sawyer, P.S. Azzopardi, D. Wickremarathne, G.C. Patton (2018), *The age of adolescence*, "Lancet Child Adolesc. Health", 2(3):223-228. DOI: 10.1016/S2352-4642(18)30022-1.
- S. Pierantoni (2020), *Il cervello adolescente: tra fragilità e potenzialità*, "State of mind" [<https://www.stateofmind.it/2020/06/adolescenti-cervello/>].
- T. Cantelmi (2013), *Tecnoliquidità. La psicologia ai tempi di internet: la mente tecno liquida*, San Paolo, Cinisello Balsamo.
- T. Cantelmi (2020), *La mente tecno-liquida ai tempi di internet*, "Psicologia Contemporanea", 277, pp. 36-41.
- Z. Bauman (2002), *Modernità liquida*, Laterza, Roma-Bari.

