



COMUNICATO STAMPA

Adolescenti: “Insonnia Social”

Smartphone e Social sempre più precoci e sempre meno attenzione ai sistemi di protezione. In aumento i casi di cyberbullismo. Diminuisce la già scarsa propensione alla lettura. Uno su quattro non fa alcuna attività sportiva. Emergenza sonno: a letto tardi, dormono poco, e restano “connessi” anche di notte. Qualche segnale positivo relativo al consumo di sostanze alcoliche: aumenta l’età del primo contatto (in ambiente familiare) con una bevanda alcolica e cresce la percentuale di chi non beve, ma non diminuiscono le “ubriacature” in gruppo. Prevenzione: meno della metà frequenta il medico per controlli sistematici, ma ci va solo in caso di necessità. È questa la fotografia degli “appena teenagers” che emerge dall’indagine “Adolescenti e Stili di Vita” realizzata da Laboratorio Adolescenza e Istituto di Ricerca IARD.

Presentati oggi (4 dicembre) a Milano i risultati dell’indagine nazionale “Adolescenti e Stili di Vita”, realizzata da **Laboratorio Adolescenza e Istituto di Ricerca IARD** con la collaborazione della Associazione Culturale Pediatri (ACP) e l’Osservatorio Permanente Giovani ed Alcol. L’indagine – curata da **Carlo Buzzi**, ordinario di Sociologia dell’Università di Trento, referente dell’area sociologica di Laboratorio Adolescenza e membro del Comitato Scientifico di Istituto IARD – e **Maurizio Tucci**, Presidente di Laboratorio Adolescenza – si è svolta tra i mesi di novembre 2018 e maggio 2019 su un campione nazionale rappresentativo di 2019 studenti (1027 maschi e 992 femmine) frequentanti la classe terza media inferiore (fascia d’età 13-14 anni). I confronti riportati sono con una analoga indagine svolta nel 2017.

La ricerca sugli adolescenti italiani - evidenzia **Paolo Paroni, Presidente di Rete ITER-Istituto IARD** – è una cosa unica e che consente di mettere a fuoco meglio i processi di transizione verso il mondo giovanile e adulto. La collaborazione tra Laboratorio Adolescenza e IARD consente di continuare e sviluppare sempre di più questo lavoro di osservazione e conoscenza. La ricerca mette in luce che se da un lato stili di vita e comportamenti attribuibili all’adolescenza proseguono spesso fino oltre i trent’anni d’età, sull’altro versante assistiamo ad una progressiva anticipazione di questi comportamenti, per cui l’osservazione e le conseguente attenzione sociale, educative e istituzionale, devono tener conto di questi mutamenti”.

La sintesi completa dei risultati sarà disponibile dal 5 -12-29109 sul sito di Laboratorio Adolescenza www.laboratorioadolescenza.org

Si ringraziano per il sostegno incondizionato a vario titolo offerto: Mediatyche-Compagnia di Comunicazione; Uriach Italia-divisione Laborest; Psichemilano e Family Health.

Sintesi dei principali risultati suddivisi per argomento e commenti

- Le cifre indicate nelle tabelle si intendono percentuali (%)
- Nelle tabelle relative a domande a risposta esclusiva, il complemento al 100% (non indicato) è la percentuale dei “non risponder”.

Mondo “social”: sempre prima e sempre di più

Circa il 60% ha il suo primo cellulare tra i 10 e gli 11 anni, ma oltre il 28% lo ha avuto in regalo prima dei dieci anni. Solo una esigua minoranza ne entra in possesso dopo i 12 anni.

E non va molto meglio – senza preoccuparsi troppo delle età minime di accesso consentite – con i social: il 54% inizia la sua vita in rete tra gli 11 e i 12, e il 12% prima dei 10 anni.

Confrontando i dati con quelli relativi all’edizione 2017 della medesima indagine si evidenzia – a dispetto degli inutili fiumi di raccomandazioni degli “esperti” – una continua precocizzazione del fenomeno (vedi tabelle 1 e 2), così come è in aumento anche la percentuale dei giovanissimi che non utilizza alcuno strumento di protezione del proprio profilo (11% al 15%) messo a disposizione dal “social”.

A questo si aggiunge che, quanto l’accesso ad un social prevede un’età minima (che loro non hanno) per accedervi, non rinunciano, ma il 47% indica l’età minima per poter accedere, il 20% un’età a caso e il 23% di essere comunque maggiorenne, perché (spiegano i ragazzi nei focus group realizzati a corredo dell’indagine) “così non ti prendono per un bambino”.

“Un pericoloso esordio in età pressoché infantile – afferma **Maurizio Tucci, Presidente di Laboratorio Adolescenza** – quando non si ha assolutamente la necessaria maturità psicologica per poter utilizzare strumenti di comunicazione così potenti e insidiosi anche ad età ben più mature. Ma al di là dei pericoli più visibili – la deriva del cyberbullismo è il più evidente – la permanenza H24 nell’agone della piazza virtuale contribuisce ad aumentare la fragilità di una generazione di adolescenti costantemente in ansia da prestazione. Come se non bastasse sentirsi in competizione in ogni contesto in cui agiscono (dalla scuola, allo sport, a qualunque altra attività svolgano), l’essere costantemente “in vetrina” e psicologicamente dipendenti dal giudizio degli altri manifestato attraverso like e follower li rende insicuri al punto di modificare, probabilmente anche inconsapevolmente, il modo di comunicare tra di loro. Un esempio di questo – **prosegue Maurizio Tucci** – ci è dato anche dall’uso apparentemente bizzarro della comunicazione orale attraverso lo smartphone. Tra di loro mai una telefonata vera, ma solo successioni lunghissime di messaggi vocali (a volte anche di contenuto drammatico) che evidentemente li tranquillizzano, perché non costringono a far fronte ad un contraddittorio in tempo reale”.

Circa i social (e gli strumenti di messaggistica) più utilizzati, si conferma il progressivo calo di Facebook e l’incremento di Instagram. Parabola discendente per Ask Fm, mentre è in crescita Snap Chat. Diventa consistente l’utilizzo di Telegram e This Crush (quasi inesistenti nel 2016), mentre non abbiamo rilevato il dato su TikTok, esploso recentissimamente. WhatsApp è praticamente “incorporato” in tutti gli adolescenti.

A quanti anni hai avuto lo smartphone?

	2016	2019	maschi	femmine
14	0,6	0,1	0,1	0,1
13	3,3	2,8	2,5	3,1
12	17,2	8,3	7,6	9,0
11	34,8	26,3	24,3	28,2
10	22,3	32,3	32,9	31,7
Meno di 10	18,6	28,1	30,5	25,6
Non ho smartphone	1,7	0,7	0,6	0,8

A quanti anni hai iniziato ad utilizzare i social network?

	2016	2019	maschi	femmine
14	0,7	0,3	0,3	0,3
13	11,6	7,3	7,4	7,2
12	31,5	23,5	21,6	25,4
11	32,2	31,6	31,4	31,8
10	13,0	22,8	22,4	23,2
Meno di 10	7,5	11,7	13,9	9,5
Non utilizzo social network	3,5	0,8	0,6	1,0

Utilizzi i seguenti "social network"? (risposta multipla)

	2016	2019	maschi	femmine	Non lo conosco (totale)
Facebook	56,8	22,1	27,8	16,2	1,6
Twitter	22,7	10,1	11,6	8,5	5,0
WhatsApp	97,2	98,2	98,2	98,2	0,1
Ask Fm	25,7	4,3	3,5	5,0	46,9
Telegram	-	26,3	36,2	16,1	12,6
Instagram	75,1	84,2	82,1	86,3	0,8
Snap Chat	37,5	42,2	21,9	63,3	4,9
This Crush	-	27,8	21,1	34,7	22,8
Wechat	10,0	2,4	2,8	2,9	60,8

Cyberbullismo

Il 40% è entrato in contatto (direttamente o indirettamente) con episodi di cyberbullismo. Positivo (ma poi lo farebbero veramente?) che il 56% dica che la prima cosa da fare, in caso si diventi vittima di un episodio di cyberbullismo, è avvisare i genitori.

Stride un po', invece, sentir affermare (30%) – da chi, come loro, è costantemente connesso – che per prevenire il cyberbullismo si dovrebbero utilizzare poco i social.

Cosa si può fare per difendersi dal cyberbullismo? - risposta multipla

	2019	maschi	femmine
Avvisare immediatamente i genitori	56,7	48,3	65,4
Non dar peso alla cosa e lasciar correre	20,7	24,1	17,0
Sporgere denuncia	8,9	10,1	7,6
Chiudere i propri profili sui social network	7,0	8,3	5,7
Rispondere a provocazioni e insulti facendo lo stesso nei confronti di chi lo ha fatto verso di te	3,9	5,4	2,4
Avvisare immediatamente gli insegnanti	2,5	3,2	1,7

Poca lettura e poco sport

Il 34% dei maschi non legge alcun libro (non scolastico) ed un ulteriore 38% ne legge al massimo 1 o 2 all'anno. Le cose vanno un po' meglio tra le ragazze dove c'è un 18% che riferisce di leggere più di 6 libri all'anno. Il trend, rispetto alle rilevazioni degli anni precedenti, è comunque in costante diminuzione.

Viceversa aumentano i sedentari: 1 su 4 non pratica alcuna attività sportiva oltre le due ore settimanali a scuola (era 1 su 5 nel 2017). E questa volta il dato che riguarda le ragazze è peggiore (30% non pratica attività sportiva). La "scusa" più gettonata per giustificare la loro sedentarietà (36% dei maschi e 41% delle femmine) è "non ho tempo", ma c'è purtroppo un 4% di maschi e un 7% di femmine che attribuisce la cosa a problemi economici.

"Gli effetti del combinato disposto tra alimentazione non corretta e sedentarietà – sottolinea **Gianni Bona, Ordinario di Pediatria all'Università di Novara e membro del Consiglio Direttivo di Laboratorio Adolescenza** – lo abbiamo tutti i giorni sotto gli occhi con una percentuale sempre maggiore di adolescenti sovrappeso, se non addirittura obesi. Ma anche al di là di questo grave aspetto, la mancanza della componente sport nella vita di un adolescente è grave a prescindere, perché l'attività fisica e sportiva – della quale il rapporto con compagni di squadra e/o avversari è parte integrante – è necessaria per il complessivo sviluppo fisico e psicologico di una ragazza o di un ragazzo".

"Il dato differente, tra maschi e femmine, sulla rinuncia allo sport per motivi economici – sottolinea **Cinzia Marroccoli, psicologa e Presidente di Telefono Donna Potenza** – evidenzia come purtroppo sia ancora radicata nelle famiglie l'abitudine ad "investire" le proprie risorse più sui figli maschi che sulle figlie femmine. Un atteggiamento che inevitabilmente porta a considerare l'essere donna come un disvalore, incidendo negativamente sulla rappresentazione del femminile sia da parte delle ragazze che dei ragazzi".

Sonno "on-line"

Solo il 6,8% del campione intervistato afferma di dormire almeno 9 ore per notte ("dose" di sonno opportuna a quell'età), mentre il 20% dorme addirittura meno di 7 ore. D'altra parte andando a letto tra le 22.00 e le 23.00 (55%) o dopo le 23.00 (28%), di tempo per riposare adeguatamente, specie se si è in periodo scolastico, non ne resta molto.

Inoltre, il 72% delle femmine e il 58,5% dei maschi sostiene di avere problemi ad addormentarsi (al 13% il problema si presenta spesso) e al 66% (72,3% delle femmine) capita (qualche volta o spesso) di svegliarsi durante la notte e di non riuscire più ad addormentarsi. E i risvegli notturni risultano più frequenti di quanto non sarebbe ragionevole aspettarsi da ragazze e ragazzi di quell'età.

"Ritardare più del dovuto il momento di andare a dormire – evidenzia **Maria Luisa Zuccolo, responsabile del "Gruppo di lavoro adolescenza" dell'Associazione Culturale Pediatri** – può determinare la comparsa di un vero disturbo del ritmo sonno-veglia dovuto alla mancata sincronizzazione tra ritmo interno (tentativo di dormire in un momento incompatibile col proprio orologio interno) e ritmo imposto dalle esigenze sociali (alzarsi per andare a scuola). Secondo i pochi dati disponibili in letteratura la frequenza di problema, chiamato *Sindrome da fase del sonno ritardata*, nella popolazione adolescenziale è stimata tra il 7-16%, ma rilevamenti empirici e, soprattutto, i dati di questa ricerca ci descrivono una situazione decisamente più allarmante".

Naturalmente il telefonino, con annesso mondo social, è l'immane compagno di sonno e insonnia degli adolescenti. La maggioranza degli intervistati non lo spegne prima di andare a dormire e spesso anche nel corso della notte, messaggia con gli amici.

E gli effetti si vedono, perché cambia la quantità e la qualità del sonno di chi dice di spegnerlo prima di andare a letto, rispetto a chi dice di tenerlo acceso ma silenziato o, soprattutto, di lasciarlo acceso e non silenziato.

Afferma di dormire meno di sette ore a notte il 14,7% di quelli che lo spengono e il 32,9% di quelli che lo lasciano acceso; così come tra chi lo tiene acceso aumenta la percentuale di chi fa fatica a prendere sonno (69,2% vs 61%).

Ma cosa fanno i teen-insonni quando non riescono ad addormentarsi? Per la maggioranza (44% delle femmine e 36% dei maschi) il comportamento più frequente è navigare su Internet o utilizzare i social. Uno scarso 30% accende la televisione, meno del 10% – e non ci stupisce – legge qualche pagina di n libro.

E' significativo registrare che, anche quando la difficoltà ad addormentarsi si manifesta frequentemente, meno del 30% dice di averlo fatto presente al proprio medico e meno della metà ne ha parlato con i genitori.

“Questa evidenza – sottolinea ancora Maria Luisa Zuccolo – deve indurre proprio noi pediatri a porre domande sulla quantità e qualità del sonno, non solo ai genitori, ma ai diretti interessati”.

Difronte alla difficoltà a dormire, inoltre, il 44% si affida a camomilla e tisane, mentre meno del 10% utilizza prodotti non farmacologici (a base di valeriana, melatonina o altro), e il 3% afferma di essere ricorso anche all'utilizzo di farmaci. Ma anche in questo caso non sempre si ricorre al medico.

I “pensieri” sono la motivazione maggiormente indicata (specie dalle ragazze) come causa della difficoltà ad addormentarsi, seguiti dal non aver sonno all'ora giusta, ma in altri momenti della giornata, e dalla preoccupazione per la scuola (non è un caso che in periodo non scolastico il problema diminuisce).

Gli effetti principali del dormire poco e male sono prevalentemente la difficoltà ad alzarsi la mattina (82%) o l'aver difficoltà a svolgere le abituali attività quotidiane perché si ha sonno durante il corso della giornata (55%).

In ultimo, interessante osservare che sul come agire perché il riposo notturno possa essere migliorato sono – in teoria – molto consapevoli: ai primi posti mettono il fare attività sportiva durante il giorno, avere una alimentazione sana, spegnere il cellulare durante la notte. Peccato che razzolino molto peggio di come predicano.

Il telefonino di notte

	maschi	femmine
Lo spengo	44,3	34,2
Lo tengo sempre acceso	21,3	20,2
Lo tengo sempre acceso ma tolgo la suoneria	32,6	44,2

Sui social durante la notte

	maschi	femmine
No	44,2	39,7
Si, capita	54,2	59,2

Per migliorare il riposo notturno – risposta multipla

	2019	maschi	femmine
Ritmi di vita regolari	82,0	81,6	82,5
Attività sportiva durante il giorno	79,0	79,0	79,0
Alimentazione sana	73,0	71,9	74,2
Cellulare spento e lontano dal letto	65,9	63,9	68,0
Non assunzione di bevande eccitanti (tè, cola...)	57,1	54,5	59,7
Studio non eccessivo di sera	53,3	52,6	54,1
Utilizzo contenuto di cellulare, tablet, PC...	44,6	42,6	46,7
Non essere da solo/a in camera	21,6	20,4	22,9

Gli effetti del dormire poco e male – risposta multipla

	2019	maschi	femmine
Faccio fatica ad alzarmi la mattina	82,3	79,6	85,1
Il mio rendimento scolastico peggiora	30,6	33,3	27,8
Ho mal di testa al mattino/durante il giorno	40,6	34,0	47,5
Ho difficoltà a svolgere le abituali attività quotidiane, perché di giorno ho sonno	54,9	50,1	59,9
Temo di avere qualcosa che non va	16,5	16,3	16,7
Altro	10,9	10,9	10,9

I motivi per cui si dorme male – risposta multipla

	2019	maschi	femmine
La sera mi vengono tanti pensieri	63,8	56,1	71,8
Non ho sonno all'ora giusta	60,5	59,1	62,0
Sono preoccupato/a per la scuola	55,1	48,8	61,6
Mi sento nervoso/a	47,1	39,5	54,8
Mi sento triste	37,9	26,3	49,9
Sono preoccupato/a per gli amici	26,0	21,1	30,9
Altro	9,5	10,5	8,5

Consumo di alcol: segnali positivi ma non abbassare la guardia

Aumenta l'età del primo contatto (in ambiente familiare) con una bevanda alcolica, cresce la percentuale di chi non ne ha mai assaggiata una e diminuisce la frequenza con cui abitualmente si consumano. Inoltre le famiglie appaiono più attente ad affrontare l'argomento alcol con i figli (ne parla spesso, in particolare con i maschi, il 17,5 %, mentre era il 13,6% a farlo nel 2017) e trasmettono un messaggio più "restrittivo" rispetto al passato: *"Mai bere sostanze alcoliche a prescindere dall'età, perché fanno male"* (32,3% oggi vs 29,5% 2017); *"Mai bere sostanze alcoliche da bambini o adolescenti, perché fanno male"* (36,7% oggi vs 33,1% 2017).

"In sostanza – commenta Michele Contel, Segretario Generale dell'Osservatorio Permanente Giovani e Alcol – inizia a farsi strada un atteggiamento per cui il bere *underage* viene percepito come non accettabile anche sotto il profilo culturale".

Non bisogna, però, abbassare la guardia, perché sul fronte dei comportamenti più a rischio (le "ubriacature") non si registrano gli stessi evidenti segni di miglioramento. Ad una leggera riduzione della percentuale di adolescenti che dichiara di avere avuto ripetute esperienze di ubriacatura (6,3% 2019 vs 7,1% 2017) risponde un aumento (specie tra le femmine) della esperienza singola di ubriacatura (16% 2019 vs 13,7% 2017).

“In continuità con gli anni passati – mette in evidenza **Carlo Buzzi, coordinatore scientifico della ricerca** - il debutto alcolico avviene, nella maggioranza dei casi, in famiglia rendendo ben poco trasgressiva la “prima volta”. Questo dà probabilmente ai genitori maggiori chance di intervenire affrontando il problema dell'alcol con figli e figlie. Tuttavia è la successiva pressione del gruppo dei pari che in molti casi sembra avere la prevalenza e che va ad influenzare le esperienze di abuso, fenomeno nel quale le distanze tra maschi e femmine si sono ridotte ulteriormente mostrando una sostanziale omologazione nei comportamenti e negli atteggiamenti”.

D'altra parte l'influenza condizionante del gruppo dei pari è ammessa dagli stessi intervistati. Tra le motivazioni da loro indicate, che spingono un adolescente a bere, perdono complessivamente peso, rispetto al passato, quelle di tipo “individuale” (dimenticare i problemi, sentirsi bene, vincere la noia) e aumentano quelle “sociali”: adeguarsi al gruppo (indicata come prima motivazione in assoluto), darsi delle arie, aprirsi agli altri.

Interessante osservare, infine, come risulti più difficile, per gli adolescenti, sottrarsi alle pressioni del gruppo dei pari finalizzate a far bere che a quelle finalizzate a far fumare.

Il primo “bicchiere” (vino, birra, aperitivi, liquori ecc.)

	2015	2017	2019	maschi	femmine
Meno di 6 anni	8,0	6,1	4,1	5,8	2,4
Tra i 6 e i 10 anni	26,4	20,8	16,0	18,8	13,0
Più di 10 anni	37,8	47,7	48,4	47,1	49,8
Non ricordo	10,5	12,1	15,2	12,5	18,1
Non ho mai bevuto una bevanda alcolica	16,6	10,7	12,9	12,8	13,0

Ricordi con chi eri la prima volta che hai assaggiato una bevanda alcolica

	2015	2017	2019	maschi	femmine
Con i genitori	51,7	48,5	52,2	51,6	52,8
Con altri familiari	24,3	23,3	21,0	20,6	21,6
Con amici coetanei	7,3	9,3	9,9	10,7	9,1
Non ricordo con chi ero	8,8	9,5	6,3	6,1	6,6
Con amici più grandi	4,1	5,2	4,9	5,6	5,2
Da solo/a	2,7	1,8	2,1	3,1	1,0

Frequenza con cui hanno bevuto bevande alcoliche (ultimi 3 mesi)

	2017	2019	maschi	femmine
Tutti i giorni o quasi	3,6	1,8	2,3	1,3
2-3 volta alla settimana	6,6	4,6	6,8	2,3
Una volta alla settimana	9,4	7,2	8,5	5,8
1-2 volte al mese	18,0	15,6	17,5	13,5
Meno di una volta al mese	33,1	38,1	37,0	39,3
Mai	26,2	28,1	24,0	32,5

Ti sei mai ubriacato?

	2015	2017	maschi	femmine	2019	maschi	femmine
Si una volta	16,4	13,7	15,9	11,5	16,0	17,8	14,1
Si, 2 o 3 volte	5,8	3,8	5,0	2,6	3,6	4,1	3,0
Si, più di tre volte		3,3	3,6	3,1	2,7	3,2	2,2
No, mai	75,9	77,1	73,1	81,2	71,8	69,6	74,1

I principali motivi (secondo loro) che spingono un/una adolescente a bere bevande alcoliche?
– risposta multipla

	2017	2019	maschi	femmine
Adeguarsi al gruppo	48,9	52,1	46,8	57,5
Divertirsi	48,9	45,6	46,4	44,8
Dimenticare i problemi	44,6	38,2	34,7	41,8
“Sballare”	38,1	28,9	30,2	27,7
Trasgredire	33,6	29,9	29,7	30,2
Darsi delle arie	34,0	44,6	45,0	44,2
Sentirsi più sicuro	7,5	10,9	7,1	14,8
Aprirsi agli altri	6,5	7,0	7,9	6,0
Sentirsi bene	8,7	6,6	6,2	6,9
Vincere la noia	6,5	6,5	8,0	4,9

Se gli amici “insistono” è più facile:

	2019	maschi	femmine
Rifiutarsi di fumare una sigaretta	26,8	30,2	23,4
Rifiutarsi di bere una bevanda alcolica	14,7	15,4	13,9
Non c'è differenza	53,7	49,0	58,7

Prevenzione e rapporto con il medico

La maggioranza degli adolescenti (54%) va dal medico solo quando emerge un problema di salute specifico e non per controlli periodici; solo il 58% afferma di aver fatto il richiamo della vaccinazione contro il tetano (mentre il 34% non sa nemmeno se l'ha fatto oppure no) ed il 30% delle femmine (e addirittura il 63% dei maschi) non ha fatto la vaccinazione contro l'HPV.

Se da un lato non sorprende che gli adolescenti – nel pieno dell'età in cui ci si sente “immortali” – non siano particolarmente attenti alla prevenzione nell'ambito della salute, dall'altro emerge – proprio considerando la giovane età del campione – anche una non adeguata attenzione da parte dei genitori.

“Ciò che è necessario – sostiene **Marina Picca, Presidente della Società Italiana Cure Primarie Pediatriche Lombardia e membro del Consiglio Direttivo di Laboratorio Adolescenza** – è giungere a questa maggiore sensibilizzazione attraverso una sempre più stretta sinergia tra pediatri e famiglia. Anche perché – sottolinea la Picca – non abituare gli adolescenti a vedere nel medico un punto di riferimento che vada al di là della gestione delle emergenze di salute, rischia di rendere ancora più complessa la transizione dal pediatra (che comunque conosce tutta la storia sanitaria del suo piccolo paziente) al medico di famiglia che, con l'adolescente, deve costruire ex novo un rapporto basato sulla conoscenza e la fiducia”

A questo proposito emerge, dai risultati dall'indagine, che un terzo degli adolescenti intervistati avrebbe piacere di avere dei momenti di colloquio riservato con il medico, senza la presenza dei genitori. Un contatto prezioso, che molti pediatri già propongono (ma non possono certo imporre), e che dipende dalla sensibilità dei genitori nel rispettare le esigenze di privacy dei figli.

Una delle cause della mancanza di “confidenza” tra gli adolescenti e il loro medico può derivare però, in parte, anche dalla convinzione – errata – che i giovanissimi hanno circa il loro diritto alla privacy. Quasi il 50% del campione ritiene, infatti, che il medico debba e possa sempre riferire ai genitori (se si è minorenni) quanto viene detto in un colloquio, anche se riservato.

Milano, 4 dicembre 2019

Per informazioni

Dr. Maurizio Tucci tel. 349.7603168 mail: laboratorio.adolescenza@gmail.com