

# PNEI NEWS

I NUOVI SAPERI DELLA SCIENZA E DELLA SALUTE

## LA SALUTE DEI GIOVANI



# SOMMARIO

PNEINEWS - n. 2 Anno 2024

www.sipnei.it

## EDITORIALE

- 3 LA SALUTE DEI GIOVANI**  
Francesco Bottaccioli

## INTERVISTA

- 4 GIOVANI TRA DUE FUOCHI**  
**A COLLOQUIO CON MATTEO LANCINI**  
Paola Emilia Cicerone  
Genitori analfabeti emotivi e incapaci di ascoltare davvero, adolescenti che ricorrono a internet per trovare la forza di affrontare il mondo. Presi tra due fuochi.

## LA DEPRESSIONE DEI BAMBINI

- 7 ALIMENTAZIONE DEPRESSOGENA**  
**DEPRESSIONE INFANTILE, DIETA E MICROBIOTA**  
Eleonora Lombardi Mistura & Ornella Righi  
Nei bambini e negli adolescenti, dove la somministrazione di farmaci antidepressivi è più difficile e pericolosa, la modificazione della dieta a favore di un regime dietetico antinfiammatorio, così come la somministrazione di probiotici ad alte dosi, potrebbe essere una nuova strategia per la prevenzione e il trattamento della depressione.
- 11 CORRI RAGAZZO, CORRI**  
**L'ESERCIZIO FISICO COME TRATTAMENTO INTEGRATO DELLA DEPRESSIONE**  
**IN ETÀ PEDIATRICA**  
Gloria Curati, Vera Gandini
- 14 PREVENZIONE, TRATTAMENTO ED ESITI**  
**DELLA DEPRESSIONE INFANTILE E ADOLESCENZIALE**  
Stefania Carbonella & Rossana Terni

## ALIMENTAZIONE

- 18 UN'INDAGINE SUI GRANI ANTICHI**  
**ALLA RISCOPERTA DI COLTURE CON ELEMENTI PREZIOSI PER LA SALUTE**  
Barbara Rainaldi  
Cereali antichi e moderni presentano differenze dal punto di vista nutrizionale. Le specie di grano antico più comuni risultano avere un contenuto di carboidrati minore rispetto al grano moderno, mentre il contenuto proteico è superiore. Anche il profilo lipidico risulta migliore.

## RECENSIONI

- 22 IL CAPITALISMO DELLA SORVEGLIANZA**  
Filippo Angelini  
Io ipotizzo che ci si trovi in un momento storico nel quale il basilare diritto al tempo futuro è messo in pericolo da un'architettura digitale che modifica i comportamenti in maniera del tutto pervasiva, messa in opera dal capitale della sorveglianza, giustificata dagli imperativi economici e mossa dalle proprie leggi della dinamica. Il tutto per arrivare a dei guadagni sicuri.



**PNEINEWS.** Rivista bimestrale della Società Italiana di Psiconeuroendocrinoimmunologia.

**Direttore Responsabile**  
Francesco Bottaccioli - bottac.fra@gmail.com

**Hanno collaborato a questo numero**  
Filippo Angelini, Francesco Bottaccioli, Stefania Carbonella, Paola Emilia Cicerone, Gloria Curati, Vera Gandini, Eleonora Lombardi Mistura, Barbara Rainaldi, Ornella Righi, Rossana Terni

**Illustrazione di copertina**  
Margherita Allegri

**Impaginazione e grafica**  
Argento e China | www.argentochina.it

**Registrazione**  
Autorizzazione del Tribunale Bologna n° 8038 del 11/02/2010

**Redazione**  
Via Trionfale 65, 00195 - Roma

**ABBONAMENTO E INFORMAZIONI**  
Il costo dell'abbonamento per ricevere 6 numeri di PNEINEWS è di 25 euro, in formato elettronico (Pdf) 18 euro. Per i soci SIPNEI l'abbonamento in formato elettronico è compreso nella quota annuale. L'abbonamento cartaceo per i soci SIPNEI è scontato a 20 euro. Il versamento va eseguito a favore di SIPNEI Intesa San Paolo Ag. 16 viale Parioli 16/E  
IBAN: IT 90 B 03069 05077 100000000203 specificando la causale.

Per informazioni: segreteria.sipnei@gmail.com  
Per le modalità di abbonamento visita [www.sipnei.it](http://www.sipnei.it)

# La salute dei giovani

Francesco Bottaccioli - Direttore, Università di Milano

La crisi epocale in corso non è solo terreno fertile per disturbi psichiatrici, ma è anche, soprattutto, fonte di destabilizzazione della personalità e dell'identità individuale. In particolare, quando l'identità personale è in formazione.

Una depressione può essere un fenomeno transitorio, un disturbo della personalità, invece, va a strutturare pattern di comportamento e qualità delle risorse personali che durano nel tempo. Il funzionamento mentale di una persona è un fenomeno estremamente complesso che si avvale di una serie di funzioni, risorse, competenze, tra cui la capacità di gestire le emozioni, la capacità di attenzione e di apprendimento, la capacità di costruire relazioni.

Uno dei motori del terremoto economico-sociale è la grande mobilità del capitale, con migrazioni di tecnologie e impianti da un Paese all'altro in base al costo della manodopera, che, sempre più dequalificata, viene progressivamente sostituita da robot. Gli effetti sulla psiche delle persone, giovani in particolare, sono pesanti: disorientamento, stress cronico, isolamento, paura di non farcela, di ritrovarsi improvvisamente in povertà assoluta, rabbia e invidia, disimpegno morale, ricerca di mezzi che stordiscono come le droghe e lo smartphone H24.

I segni, da tempo, vengono colti nella stanza dello psicologo, adesso sono sempre più chiari dagli studi epidemiologici, che ci documentano il deterioramento di alcune funzioni mentali chiave, come quella dimensione dell'intelligenza che, tradizionalmente, viene chiamata fluida. Gli studi sull'intelligenza ci dicono che il suo livello è mediamente cresciuto nelle popolazioni per tutto il Novecento. Tuttavia, sul finire del secolo si registra una inversione di tendenza, proprio sulla intelligenza fluida, come documenta una indagine tedesca.

La riduzione dell'intelligenza fluida impatta direttamente sulla memoria di lavoro e quindi su una funzione cognitiva centrale per la valutazione e la pronta risposta agli stimoli. Memoria di lavoro che è strettamente connessa alle altre funzioni del sistema della memoria (episodica, semantica) centrato sull'ippocampo, che è l'area cerebrale sensibile all'avvio dei processi neurodegenerativi e che può essere danneggiata sia da pratiche cognitive inadeguate sia da infiammazione.

Su queste basi, i Center for Disease Control statunitensi hanno

pronosticato un raddoppio dell'Alzheimer e dei disturbi connessi tra il 2060 e il 2100, per altri ricercatori il rischio è ben più elevato essendo cambiata la popolazione di riferimento: le attuali generazioni Millennial e Zeta sono più esposte al rischio di deficit cognitivi anche in età non anziana.

Questa connessione, crisi sociale-danneggiamento delle funzioni mentali fondamentali-malattia, la scienza PNEI la descrive ormai nel dettaglio e quindi, purtroppo, non stupiscono le altre gravi notizie che giungono sul deterioramento della salute biologica dei giovani.

È in corso un preoccupante trend di crescita dei tumori nelle fasce di popolazione sotto i 50 anni e la previsione è ancora più allarmante. Le proiezioni dicono che dal 2019 al 2030 ci sarà, in questo settore della popolazione, un incremento del 30% dei casi di cancro. Negli Stati Uniti, il cancro al colon-retto, che colpisce in particolare i maschi sopra i 65 anni, è diventato la principale causa di morte per cancro per le persone sotto i 50 anni.

Di fronte a uno scenario così preoccupante, che minaccia la salute psichica e fisica delle giovani generazioni, pare un po' riduttivo prendersela con gli adulti, come se venissero da un altro pianeta. I genitori di oggi sono i figli della società narcisista, diseguale e violenta che si è imposta dagli anni '80.

Occorre ripartire dalla critica dei valori fondanti della società neoliberista e, invece che ostracizzare, aiutare quei giovani universitari che in tutto il mondo stanno rialzando la bandiera della pace, della libertà e dell'eguaglianza.

---

1. Oberleiter S et al. (2024). Measurement-Invariant Fluid Anti-Flynn Effects in Population-Representative German Student Samples (2012-2022). *J Intell.* 12(1):9. doi: 10.3390/jintelligence12010009. PMID: 38248907; PMCID: PMC10816863.

---

2. Manwell LA. et al. (2022) Digital dementia in the internet generation: excessive screen time during brain development will increase the risk of Alzheimer's disease and related dementias in adulthood. *J Integr Neurosci.* 2022 Jan 28;21(1):28. doi: 10.31083/j.jin2101028. PMID: 35164464.

---

3. Bottaccioli F, Bottaccioli AG (2024) La rivoluzione in psicologia e in psichiatria. Il tempo del cambiamento. Edra, Milano.