

LAZIO. SALUTE MENTALE NEI GIOVANI: PERCHÉ IL PROBLEMA RIGUARDA TUTTI

Publicato il 28 Maggio 2026 di Dino Tropea

SALUTE MENTALE

ANALISI DEI DATI

SETTIMANA DALL'18 AL 24 MAGGIO 2026

Disagio mentale nei giovani: perché il problema riguarda tutti

Studi internazionali e dati italiani mostrano un aumento di ansia, isolamento e fragilità relazionali tra adolescenti e giovani adulti. Nel Lazio cresce la richiesta di supporto psicologico: il benessere mentale è oggi una questione sociale che coinvolge famiglie, scuole e territori.



PAROLE CHIAVE

- Salute mentale
- Disagio giovanile
- Ansia
- Isolamento
- Relazioni
- Scuola ed educazione
- Fragilità emotive
- Prevenzione
- Reti territoriali
- Supporto psicologico
- Famiglie

I NUMERI INTERNAZIONALI

Uno studio della University College London parla di un raddoppio delle difficoltà legate alla salute mentale nei giovani adulti nell'ultimo decennio, soprattutto nella fase di passaggio tra adolescenza ed età adulta.

Fonte: University College London (UCL)

UN FENOMENO GLOBALE

Secondo dati rilasciati da Il Sole 24 Ore e Repubblica, i disturbi mentali coinvolgono oggi circa 1,2 miliardi di persone nel mondo. Ansia e depressione sono tra le condizioni più diffuse, con un'accelerazione dopo la pandemia.

Fonte: Il Sole 24 Ore, Repubblica

RADICI SOCIALI

Quotidiano Sanità definisce la salute mentale una questione con "radici sociali": isolamento, stress, precarietà, relazioni fragili e iperconnessione digitale sono fattori che incidono sempre di più.

Fonte: Quotidiano Sanità

TECNOLOGIA E BENESSERE

Una meta-analisi pubblicata su Nature Digital Medicine evidenzia come uso intensivo dello smartphone, alterazioni del sonno e isolamento online possano diventare segnali precoci di fragilità emotiva.

Fonte: Nature Digital Medicine

SCUOLA E RELAZIONI

Il dibattito educativo torna al centro dopo recenti episodi scolastici che hanno riaperto il confronto sul ruolo degli adulti nella gestione dei conflitti e delle fragilità relazionali.

Fonte: media nazionali

SUPPORTO E FAMIGLIE

Secondo The Conversation, il sostegno emotivo ai genitori incide positivamente anche sul benessere psicologico dei figli e rappresenta uno strumento fondamentale di prevenzione.

Fonte: The Conversation



LAZIO: CRESCE LA DOMANDA DI AIUTO

Nel Lazio aumentano le richieste di supporto psicologico, soprattutto tra i 19 e i 25 anni. Ansia, stress cronico, difficoltà relazionali e pressione sociale sono tra le motivazioni più frequenti. Operatori e associazioni chiedono più servizi accessibili e continuità negli interventi di prevenzione.



ASCOLTO E PREVENZIONE

L'ascolto precoce è fondamentale. Riconoscere i segnali di disagio, parlare e chiedere aiuto è il primo passo per evitare che le difficoltà crescano.

FAMIGLIE MENO SOLE

Il sostegno emotivo ai genitori incide positivamente anche sul benessere psicologico dei figli. Relazioni familiari sane sono una protezione concreta.

RETI TERRITORIALI

Servono servizi psicologici più accessibili, continuità negli interventi e collaborazione tra scuola, famiglie, associazioni e istituzioni.

SERVIZI ACCESSIBILI

RomaToday ha rilanciato l'appello sullo psicologo di base nel Lazio: l'accesso alle cure psicologiche deve diventare un diritto realmente esigibile.

IL DIBATTITO PUBBLICO

La salute mentale non è solo una questione clinica: è un tema sociale che riguarda relazioni, scuola, lavoro, tecnologia e qualità della vita delle comunità.

IL CONTESTO EDITORIALE
La salute mentale è sempre più al centro del dibattito pubblico. Comprendere i cambiamenti sociali e culturali è essenziale per costruire comunità più consapevoli, inclusive e vicine ai bisogni delle persone.

LEGGI ANCHE:

- Disagio adolescenziale nel Lazio
- Ansia e tecnologia nei giovani
- Psicologo di base: l'appello del Lazio

FONTI: University College London - Il Sole 24 Ore - Repubblica - Quotidiano Sanità - AGI - Nature Digital Medicine - RomaToday - The Conversation
Elaborazione Giornale del Lazio

PERCHÉ È IMPORTANTE ORA
La salute mentale riguarda il presente e il futuro. Investire oggi in ascolto, prevenzione e supporto significa ridurre sofferenza, favorire benessere e costruire una società più giusta, più sana e più umana.

NON ASPETTARE CHE IL DISAGIO DIVENTI EMERGENZA. L'ASCOLTO È IL PRIMO STRUMENTO DI PREVENZIONE.

DA LEGGERE

LASCIATO INDIETRO

Il romanzo di Dino Tropea che racconta il disagio dei giovani e la ricerca di una speranza.



Categoria: [SALUTE](#)

Etichette: [adolescenti](#), [ansia](#), [benessere mentale](#), [Dino Tropea](#), [disagio](#), [fragilità relazionali](#), [giovani](#), [isolamento sociale](#), [lazio](#), [prevenzione](#), [psicologo di base](#), [salute mentale](#), [salute mentale giovani](#), [scuola](#), [supporto psicologico](#)



Dagli studi internazionali ai dati italiani cresce un quadro sempre più chiaro sulla salute mentale: ansia, isolamento e fragilità psicologica non sono più casi individuali. E mentre il caso del professore aggredito a Parma riaccende il confronto sul rapporto tra scuola, educazione e fragilità relazionali, nel Lazio il tema entra ormai nella vita quotidiana di famiglie e territori.

La salute mentale tra adolescenti e giovani adulti non è più un tema che riguarda soltanto specialisti, ospedali o servizi sanitari. Sta entrando nelle scuole, nelle famiglie, nelle relazioni quotidiane e perfino nel modo in cui ragazzi e adulti affrontano conflitti, stress e fragilità emotive.

Anche nel Lazio il tema emerge sempre più spesso attraverso richieste di supporto psicologico, difficoltà scolastiche, isolamento sociale e senso di disorientamento che coinvolge una parte crescente delle nuove generazioni. Non si parla soltanto di diagnosi cliniche, ma di un malessere diffuso che attraversa la vita quotidiana.

Nelle ultime settimane Il Giornale del Lazio ha già affrontato il tema del disagio adolescenziale, dell'ansia sociale e della difficoltà di accesso alle cure psicologiche. Gli studi e le analisi pubblicate tra il 18 e il 24 maggio sembrano oggi confermare che il problema non riguarda episodi isolati ma un cambiamento più profondo.

Uno dei dati più discussi arriva dalla **University College London**. L'università britannica ha pubblicato uno studio secondo cui le **difficoltà legate alla salute mentale tra i giovani adulti sarebbero raddoppiate nell'ultimo decennio**. La ricerca si concentra soprattutto sulla fascia di passaggio tra **adolescenza ed età adulta**, una fase in cui aumentano pressione sociale, incertezza e senso di solitudine.

Anche in Italia il quadro appare sempre più complesso. **Il Sole 24 Ore, Repubblica e Sanità Informazione hanno rilanciato nelle ultime settimane dati internazionali secondo cui i disturbi mentali coinvolgerebbero oggi circa 1,2 miliardi di persone nel mondo**. Ansia e depressione risultano tra le condizioni più diffuse, con un'accelerazione evidente soprattutto dopo la pandemia.

Ma il dato più importante riguarda forse il modo in cui il disagio viene ormai interpretato. **Quotidiano Sanità**, parlando del nuovo Piano sanitario nazionale, ha definito **la salute mentale una questione con "radici sociali"**. È un passaggio importante perché sposta l'attenzione non soltanto sulle cure, ma anche sui contesti in cui le persone vivono: **scuola, lavoro, relazioni, famiglia, precarietà economica, pressione sociale e sovraesposizione digitale**.

Questo non significa trasformare ogni difficoltà quotidiana in un problema clinico. Significa però riconoscere che molte fragilità nascono dentro ambienti sempre più complessi, veloci e spesso poco capaci di offrire ascolto.

Nel Lazio il tema riguarda direttamente anche il mondo scolastico. Sempre più istituti segnalano richieste di ascolto psicologico e bisogno di supporto relazionale. Molti insegnanti raccontano una crescente difficoltà nella gestione dell'ansia, dell'insicurezza e della pressione emotiva che attraversa una parte degli studenti.

È in questo clima che episodi come quello avvenuto a Parma riaprono un confronto pubblico sul rapporto tra scuola, educazione e fragilità relazionali.

Il professore aggredito da uno studente ha scelto di non presentare denuncia, definendo la propria decisione un **"intervento educativo"**. Una frase che ha diviso l'opinione pubblica ma che mostra quanto il dibattito oggi non riguardi soltanto la disciplina scolastica, bensì il ruolo degli adulti nella gestione dei conflitti e delle fragilità.

Il punto non è usare la cronaca come prova automatica di un disagio generazionale. Sarebbe una semplificazione pericolosa. Ma ignorare il clima emotivo che molte scuole raccontano sarebbe altrettanto superficiale.

Negli ultimi anni psicologi, educatori e ricercatori osservano un aumento delle difficoltà legate alla gestione dello stress, della frustrazione e delle relazioni sociali. **L'AGI** ha rilanciato in questi giorni uno studio che descrive un **"circolo vizioso"** tra ansia, insonnia e depressione nei giovani adulti. Stress continuo, isolamento e difficoltà emotive tendono spesso ad alimentarsi reciprocamente.

Anche il rapporto con la tecnologia entra sempre più nel dibattito. **Una meta-analisi pubblicata su**

Nature Digital Medicine ha studiato il collegamento tra comportamenti digitali e salute mentale adolescenziale. La ricerca non sostiene che lo smartphone sia automaticamente la causa del disagio, ma evidenzia come **alterazioni del sonno, iperconnessione e isolamento online** possano diventare segnali utili da osservare.

Nel frattempo nel Lazio cresce anche il confronto sull'accesso alle cure psicologiche. **RomaToday** ha riportato nelle ultime settimane **l'appello sullo psicologo di base nella Regione Lazio**, definendo la salute mentale una delle emergenze sociali più sottovalutate.

Ed è probabilmente questo uno dei punti più delicati. Molte famiglie si trovano sole davanti ai primi segnali di fragilità: insonnia persistente, chiusura sociale, ansia, difficoltà scolastiche o dipendenza digitale. Spesso il supporto arriva tardi oppure resta difficile da raggiungere economicamente e territorialmente.

Per questo sempre più studi insistono sul valore della prevenzione e dell'ascolto precoce. **The Conversation**, in un approfondimento dedicato alla **salute mentale infantile**, sottolinea ad esempio quanto il sostegno emotivo ai genitori possa incidere positivamente anche sul benessere psicologico dei figli.

Il punto centrale che emerge dalle ricerche italiane e internazionali delle ultime settimane è chiaro: la salute mentale non può più essere trattata come un tema separato dalla vita sociale.

Servono reti territoriali più forti. Servono scuole capaci di ascoltare. Servono famiglie meno isolate e servizi più accessibili prima che il disagio diventi emergenza.

Perché oggi il benessere psicologico dei giovani non riguarda soltanto la sanità. Riguarda la qualità delle relazioni, delle comunità e della capacità di un territorio di non lasciare sole le persone più fragili.

