

Figlie adolescenti: i rischi delle vacanze da sole

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

“Abbiamo due figlie adolescenti, di 14 e 16 anni, che insistono per andare in vacanza da sole. Quest’anno io e mio marito siamo riusciti a resistere alle loro richieste, anche perché alcuni tragici fatti di cronaca ci hanno resi più fermi nella nostra decisione. Ci lascia perplessi soprattutto la richiesta della più piccola, che vuole seguire la sorella in tutto, ma è anche più forte come personalità... Temo che il prossimo anno dovremo arrenderci alla loro richiesta. Che cosa possiamo fare nel frattempo per prepararle meglio a non correre rischi?”.

Chiara e Andrea S. (Bologna)

Come vi capisco! La pressione dei giovanissimi sui genitori per andare in vacanza da soli è sempre più forte. E’ difficile resistere anche perché l’effetto imitazione tra adolescenti è travolgente. Tuttavia, alcune regole e alcune attenzioni possono aiutare a scegliere l’età migliore e il tipo di vacanza meno rischiosa e più costruttiva.

Quattordici anni non sono troppo pochi?

Dipende da due variabili critiche. Innanzitutto la maturità reale della ragazza, che può essere maggiore dell’età anagrafica, o di molto inferiore. E il tipo di vacanza che la ragazza vorrebbe fare. I criteri “obiettivi” per giudicare la maturità di una ragazza riguardano innanzitutto l’andamento scolastico: un buon impegno a scuola indica che l’adolescente è capace di darsi delle regole e rispettarle, che sa posticipare i divertimenti, sa impegnarsi, concentrarsi e ottenere risultati apprezzabili. Ancora meglio se fa sport, perché questo ci indica un buon rapporto con il suo corpo, e/o se ha altri interessi (musica, danza, lingue straniere, teatro). Se ha già le idee chiare su “cosa farà da grande”. Se ha amiche di qualità, che vi piacciono per educazione e serietà. Se ha una sorella maggiore, come nel vostro caso, la qualità del rapporto che unisce le due figlie è essenziale. Ricordo di aver fatto vacanze studio e viaggi magnifici con mia sorella, ai tempi del liceo e dell’università, proprio perché eravamo affiatatissime (e con i nostri genitori quindi molto tranquilli). Sul fronte vacanze, la scelta migliore è una vacanza studio: purché con associazioni molto serie, con accompagnatori specializzati e in contesti in cui i giovanissimi non vengano lasciati soli in balia di se stessi. No invece, per figlie così giovani, a vacanze turistiche da sole: troppi i rischi.

Ci sono insegnamenti da coltivare nel frattempo?

Certamente: l’educazione all’autoprotezione include il parlare loro con chiarezza, se già non l’avete fatto. Cominciando con alcuni principi di autoprotezione in generale, innanzitutto, che valgono tutto l’anno, anche in città. Non accettare passaggi in auto da persone conosciute da poco, preferendo sempre mezzi pubblici, meglio se accompagnate da un amico “storico” fidato. Mai l’autostop. A feste e serate evitare gli alcolici e le droghe, anche le cosiddette “leggere”, che

riducono la capacità di autocontrollo e di autoprotezione, e possono esporre ad aggressioni di vario genere, anche sessuali, e comunque a esperienze a molto negative. Suggerimento pratico: anche in caso di bibite analcoliche, non perdere di vista il bicchiere: per evitare che qualcuno butti dentro una pastiglia eccitante... Purtroppo, invece, l'uso di alcolici sta aumentando rapidamente nelle giovanissime, con un incremento percentuale superiore ai maschi. Una recente ricerca, condotta intervistando separatamente genitori e figlie di età inferiore ai 15 anni, ha dimostrato che solo il 4% dei genitori sa che la figlia fa uso di alcolici, contro il 22% delle stesse ragazze che invece ammette di usarli! Dato che ci fa capire quanto poco i genitori sappiano, o sappiano vedere, nei comportamenti dei figli. Ottima anche l'educazione a un po' di riservatezza: dal vestiario giovane ma sobrio in generale a scuola e nella vita quotidiana (jeans, maglietta e scarpe da ginnastica sono perfetti), al non dare il proprio cellulare a una persona conosciuta da poco, anche se donna. Attenzione alle conoscenze via Internet, da evitare tout court: molti lupi trovano le proprie vittime usando false identità sul web. Un'altra ricerca ha indicato che il 38 per cento delle adolescenti aveva ricevuto proposte e minacce via Internet... In sintesi: una ragazza può essere capace di vivere al meglio una vacanza studio a 14 anni, e un'altra invece essere a rischio a 17. La vacanza all'estero, in altre parole, non deve diventare l'ennesimo "must", l'ultimo dovere in fatto di figli, ma essere sempre valutata con affetto, sì, ma anche obiettività e fermezza. Sì alle vacanze studio, anche per giovani e giovanissime, se con associazioni super garantite e figli comunque affidabili per l'età. Vacanze da sole, invece, solo dopo la maggiore età: meglio un discusso no in più, prima, che rimpianti infiniti dopo.

Prevenire e curare – In famiglia, il sesso non deve essere tabù

Alle figlie (e ai figli) adolescenti, è necessario parlare chiaramente di contraccezione e di prevenzione delle malattie sessualmente trasmesse, fin dalla pubertà, senza falsi pudori. Ancor oggi, solo il 40% delle mamme parla apertamente di questi temi con le figlie nate dopo il 1985; la maggioranza colpevolmente tace, come indica una recentissima ricerca. Dunque è indispensabile:

- parlare di contraccezione ormonale (pillola contraccettiva, cerotto contraccettivo o anello vaginale) da usare già prima del primo rapporto, per essere tranquille e serene;
- presentare alle ragazze una ginecologa di fiducia, così che possano avere per tempo e senza traumi tutte le informazioni ed eventualmente le prescrizioni di cui hanno bisogno;
- spiegare che devono esigere l'uso del profilattico da parte del partner fin dall'inizio e in tutte le forme di rapporto: la promiscuità e la diffusione delle malattie sessualmente trasmesse possono altrimenti rendere amaro anche il primo amore;
- per saperne di più: utilizzare il sito "Scegli tu", della Società Italiana di Ginecologia e Ostetricia (SIGO).