

Sintesi del rapporto sugli ambienti di vita dei bambini e dei giovani in Svizzera

Il Fondo per la prevenzione del tabagismo (FPT) riorganizza l'assegnazione delle risorse e la gestione della prevenzione del tabagismo destinata ai bambini e ai giovani. A tal fine elabora il programma di prevenzione del tabagismo nei bambini e nei giovani, che si basa, tra l'altro, sulla descrizione scientificamente fondata degli ambienti di vita dei bambini e dei giovani in Svizzera. Il presente rapporto fornisce tale descrizione e si rivolge al gruppo target degli attori della prevenzione del tabagismo e agli specialisti che si confrontano con l'ambiente di vita dei giovani. Il rapporto si basa inoltre su approcci teorici e risultati empirici diversi, senza pretendere di offrire una panoramica esaustiva del tema.

La realtà quotidiana dei bambini e dei giovani fino all'età di circa 25 anni è analizzata da prospettive diverse e messa in relazione con il consumo di tabacco. Quest'ultimo è il principale fattore di rischio per le malattie non trasmissibili e inizia spesso nell'adolescenza.

Le società moderne sono interessate dai metaprocessi del cambiamento sociale, che possono essere definiti con i seguenti termini chiave: individualizzazione, globalizzazione, mediatizzazione e mercificazione. Tali processi implicano opportunità e rischi. Denaro, consumismo e status sociale rivestono grande importanza e pervadono tutta la società, in cui si riscontra un forte desiderio di individualità. Vengono superati i confini nazionali, culturali e identitari e i media digitali trasformano l'informazione e la comunicazione. Questi processi generano vincitori e vinti.

Le istanze di socializzazione primarie sono la famiglia, la scuola e i pari, che hanno un ruolo cruciale in quanto sono fonte di autostima. La famiglia ha subito un profondo cambiamento: il rapporto con i genitori si è trasformato in un sistema di partenariato, tanto che i conflitti generazionali sono in generale diminuiti. Tra i vinti rientrano le famiglie svantaggiate dal punto di vista socio-economico, in particolare quelle monoparentali che vivono in condizioni difficili. La qualità dei rapporti familiari e la vigilanza da parte dei genitori sono fattori di protezione dal consumo di tabacco.

La scuola si adatta lentamente alle esigenze della società, ma allo stesso tempo esercita una forte influenza in quanto la formazione acquisisce oggi sempre più importanza. Tuttavia solo una minoranza di giovani ama la scuola e molti di loro si sentono stressati e sopraffatti. In questo ambito si osserva una complessa interazione tra un basso livello di formazione e il consumo di tabacco.

I bambini e i giovani attribuiscono sempre più importanza all'amicizia con i compagni della stessa età e i coetanei fumatori influenzano il loro comportamento tabagico. La scelta degli amici e l'adeguamento al loro modo di fare implicano un'omogeneità di comportamento nel consumo di tabacco. Considerata la grande varietà di ambienti e culture, l'abitudine di fumare si diffonde in modo differente negli ambienti giovanili.

Per quanto riguarda le attività del tempo libero, occorre distinguere tra attività organizzate e attività non organizzate. Man mano che i giovani crescono, gli spazi liberi non organizzati, non custoditi e, in una certa misura, non soggetti a vincoli sono e diventano sempre più importanti, mentre le attività del tempo libero organizzate perdono importanza nel corso dell'adolescenza. Gli spazi pubblici hanno un ruolo fondamentale in quanto danno ai giovani la possibilità di incontrarsi, rilassarsi, osservare la realtà, risolvere conflitti e soddisfare il bisogno di autorappresentazione. Le misure di controllo del consumo di tabacco hanno ridotto il fumo negli spazi pubblici, ma allo stesso tempo l'industria del tabacco si avvale di strategie mirate di marketing per cercare di raggiungere i giovani in questi spazi. Lo stesso fenomeno si osserva per i media digitali, che per i giovani rappresentano la quotidianità e sono disponibili ovunque e in qualsiasi momento, facendo sentire il bisogno di essere sempre connessi (*always on*).

L'interazione tra la predisposizione biologica e genetica e i fattori ambientali ha una notevole rilevanza nel consumo di tabacco. Il fumo sembra provocare nel cervello dei giovani cambiamenti che favoriscono anche il consumo di altre sostanze psicoattive. Le esperienze negative dell'infanzia e un rapporto insicuro aumentano il rischio di comportamenti di dipendenza in uno stadio molto precoce dello sviluppo. L'adempimento dei compiti di sviluppo è correlato al non consumo di tabacco, anche se il fumo può contribuire a superare con successo questa fase e a formare l'identità. Gli eventi decisivi della vita sono particolarmente significativi per lo sviluppo in generale come anche per il consumo di tabacco.

Le misure di prevenzione del tabagismo esistenti possono essere attribuite ai diversi campi d'azione della famiglia, della scuola, del tempo libero, dei media e delle comunità e hanno un impatto sui fattori d'influenza di questi campi. Nel campo d'azione della famiglia si prevede che queste misure abbiano effetti importanti. In quello della scuola si concentra la maggior parte delle misure, anche se la loro efficacia è da ritenere piuttosto limitata. Nel campo d'azione del tempo libero sono presenti poche misure, motivo per cui è difficile valutare il loro potenziale di efficacia. Le misure del campo d'azione dei media comprendono i supporti informatici, le campagne mediatiche fino all'identificazione con modelli attraverso le cosiddette «relazioni parasociali». Un'altra misura consiste nel rivelare le strategie di manipolazione dell'industria del tabacco. Tali provvedimenti non presentano lo stesso potenziale di efficacia: le misure trasversali a tutto il sistema e a tutti i campi presentano, grazie al coinvolgimento delle comunità e a condizioni quadro legali adeguate, un potenziale di efficacia elevato. La partecipazione dei bambini e dei giovani dovrebbe essere parte integrante di una prevenzione del tabagismo orientata agli ambienti di vita. A tale scopo, dovrebbe prendere in considerazione sia i contenuti delle misure sia i relativi processi.

Il consumo di tabacco è dovuto a un insieme complesso di diversi fattori e caratterizza gli ambienti di vita dei bambini e dei giovani. È possibile distinguere tra fattori individuali, sociali e socio-culturali. Per quanto concerne i fattori individuali, la prevenzione dovrebbe iniziare a uno stadio molto precoce dello sviluppo, prendere in considerazione in particolare i bambini e i giovani in difficoltà, rafforzare le loro competenze di vita generali e integrarli nel contesto sociale. Quanto ai fattori sociali, si dovrebbe dare più attenzione alla famiglia. Risultano efficaci gli approcci trasversali ai campi d'azione che includono la scuola, gli amici, le attività del tempo libero e gli spazi pubblici nonché l'utilizzo dei media e la loro applicazione. Nell'ambito dei fattori socio-culturali occorre avviare una riflessione orientata ai valori sulla tematica del consumo di tabacco e sul consumo e sulla mercificazione in generale. Questo porta anche a interrogarsi sul modo in cui la società affronta la questione del fumo e sui segnali dati dai disciplinamenti legali attuali e non.

I fattori individuali, sociali e socio-culturali non influenzano direttamente il comportamento tabagico, ma agiscono sull'autoefficacia, sulle convinzioni normative sociali e sull'atteggiamento verso tale comportamento. Oltre all'intenzione consapevole di fumare, si manifesta anche un processo inconsapevole dovuto all'assuefazione, descritto come duale in quanto avviene contemporaneamente. La prevenzione del tabagismo deve far fronte a compiti complessi e, dopo aver esaminato gli ambienti di vita dei bambini e dei giovani, si propone un elenco di idee.

7. Conclusioni per la prevenzione del tabagismo

7.1 Fattori da considerare nella prevenzione del tabagismo

La presente panoramica dell'ambiente di vita dei bambini e dei giovani mostra un insieme complesso di fattori diversi che influenzano la vita quotidiana e la crescita di queste persone. Numerose teorie analizzano il motivo per cui alcuni giovani sperimentano e consumano regolarmente determinate sostanze. Le argomentazioni addotte finora spiegano che il consumo di tabacco è parte integrante degli ambienti di vita degli adolescenti ed è scaturito da un insieme complesso di diversi fattori. È ampiamente riconosciuto che nell'insorgere del consumo di sostanze incidono numerosi fattori diversi (Stolle et al., 2009) e altrettanto vasta è la serie di approcci possibili per la prevenzione. In sostanza si possono distinguere tre categorie di fattori di influenza: (i) a livello individuale la vulnerabilità personale, (ii) a livello degli ambienti di vita le influenze ambientali e (iii) infine gli effetti della droga stessa (Karagulle et al., 2010). La vulnerabilità personale è condizionata da fattori genetici e neurobiologici, dai tratti del temperamento e della personalità e dalle ragioni del consumo. I fattori ambientali – definiti anche fattori psicosociali – comprendono i fattori familiari e sociali come il consumo di sostanze da parte degli amici e dei genitori, la vigilanza dei genitori, la qualità dei rapporti, la struttura familiare ma anche gli eventi della vita e le esperienze di violenza. Il presente rapporto ha spiegato in dettaglio che questi fattori ambientali sono connessi tra loro e caratterizzano gli ambienti di vita dei giovani. Le strategie di prevenzione devono tenere conto delle relazioni esistenti tra i diversi ambiti di vita, come per esempio i pari, la scuola, la famiglia, i media e il tempo libero, e i fattori strutturali. Per quanto riguarda le droghe, oltre al potenziale di dipendenza e ai loro effetti, svolgono un ruolo fondamentale la loro disponibilità, i costi e i modelli di consumo.

La teoria dell'influenza triadica (Flay et al., 2009) stabilisce categorie simili per la determinazione dei fattori di influenza. Nel suo modello basato su dati empirici, si distinguono tre gruppi di fattori di influenza che aumentano o riducono il rischio del consumo di sostanze nell'infanzia e nell'adolescenza: 1) fattori intrapersonali (predisposizione biologica e personalità); 2) fattori sociali della situazione sociale immediata (per esempio influenza della famiglia o del gruppo di coetanei); 3) caratteristiche dell'ambiente socio-culturale, per esempio del quartiere, della regione o dell'impiego della droga nella società (Weichold & Silbereisen, 2006). La teoria dell'influenza triadica suppone, oltre a questi tre gruppi di fattori di influenza, anche l'esistenza di tre elementi che influiscono direttamente sull'intenzione e sulla decisione di consumare tabacco: l'autoefficacia comportamentale, le convinzioni normative sociali e l'atteggiamento verso questo comportamento. I fattori di influenza diretti sono meno stabili, cambiano più facilmente e possono essere condizionati più facilmente da progetti di prevenzione. Tuttavia il loro impatto sul comportamento in questione è in generale più limitato e di durata minore. Inoltre la trasferibilità ad altri comportamenti è meno importante rispetto agli sforzi di prevenzione che tengono conto dei gruppi di fattori di influenza, soprattutto se questi ultimi vengono considerati contemporaneamente.

Il consumo di tabacco è parte integrante degli ambienti di vita dei bambini e dei giovani ed è dovuto a un insieme complesso di fattori diversi. È possibile distinguere tra fattori individuali, sociali e socio-culturali, che non influenzano direttamente il comportamento tabagico, ma agiscono sull'autoefficacia, sulle convinzioni normative sociali e sugli atteggiamenti verso tale comportamento. Oltre all'intenzione consapevole di fumare, si manifesta anche un processo inconsapevole dovuto all'assuefazione, descritto come processo duale.

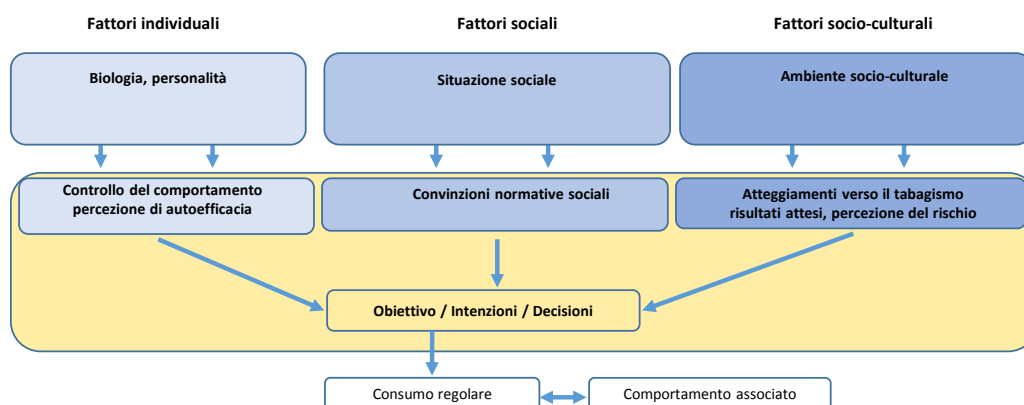


Figura 1: I tre gruppi di fattori di influenza e gli effetti diretti che essi producono sul comportamento, secondo la teoria dell'influenza triadica

È possibile infine distinguere due processi mentali nell'insorgere del consumo regolare di tabacco tra i giovani. La riflessione consapevole sulla questione del fumo può culminare nella decisione di fumare ed eventualmente nel consumo regolare di tabacco. Allo stesso tempo vi è anche un processo inconsapevole che porta a un consumo di tabacco dovuto all'assuefazione. Quanto più si ripete un comportamento, tanto più aumenta il rischio che esso diventi automatico. A questo si aggiunge il fatto che il consumo di tabacco si manifesta insieme ad altri comportamenti vissuti solitamente in modo positivo: concedersi una pausa, trascorrere del tempo con gli amici e rilassarsi sono esempi della combinazione tra comportamenti positivi e il fumo. Questo comporta lo sviluppo di una memoria associata al fumo che è attivata in modo rapido e autonomo da determinati stimoli come il bisogno di concedersi una pausa o di stare insieme. Da uno studio longitudinale è emerso che l'esistenza di una memoria implicita associata al fumo tra i giovani ha costituito un importante fattore di previsione del consumo regolare di tabacco su un periodo di sei mesi (Kelly et al., 2008).

7.2 Il potenziale di azione della prevenzione del tabagismo nell'ambiente di vita degli adolescenti

Il presente rapporto ha illustrato l'ambiente socio-culturale dei bambini e dei giovani in Svizzera ed esaminato i fattori sociali e intrapersonali del loro ambiente di vita. Nelle pagine successive, alla luce degli aspetti discussi nel rapporto, sarà spiegato il potenziale di azione della prevenzione del tabagismo, attribuito ai diversi fattori individuali, sociali e socio-culturali.

I metaprocessi dell'individualizzazione, della globalizzazione, della mercificazione e della mediatizzazione

Nelle società moderne l'individualizzazione, la globalizzazione, la mercificazione e la mediatizzazione sono macrotendenze importanti che influiscono anche sul consumo di tabacco tra bambini e giovani. Emergono così le questioni del sistema di valori, dell'appartenenza a culture e ambienti giovanili, delle disuguaglianze sociali e della problematica ad esse correlata del valore del denaro e del consumo. L'utilizzo dei media e il loro impatto rappresentano ulteriori sfide sociali. Per fare della prevenzione nell'ambito del tabagismo occorre chiedersi come i bambini e i giovani accedono alle informazioni, come le elaborano e quali effetti

possono avere sui loro valori e sul loro atteggiamento verso il fumo. È inoltre centrale interrogarsi sul modo in cui la società affronta la questione del consumo di tabacco.

Per quanto riguarda i metaprocessi dell'individualizzazione, della globalizzazione, della mediatizzazione e della mercificazione, un programma di prevenzione del tabagismo per bambini e giovani può prendere in considerazione i seguenti aspetti:

- Occorre considerare le elevate prestazioni individuali di orientamento e organizzazione di bambini e giovani. Da questo si può dedurre che è necessaria una riflessione sul consumo di sostanze che tenga conto dei suddetti valori. I bambini e i giovani dovrebbero essere spinti a fare una riflessione personale sul tema del consumo di tabacco (cfr. cap. 6.2 sulla partecipazione) anch'essa orientata a questi valori. A tal fine, i valori eterogenei e i processi associativi legati al consumo di tabacco devono essere presentati e discussi in modo neutrale, affinché i bambini e i giovani possano confrontarsi apertamente con questa tematica.
- Occorre prendere in considerazione in particolare i «perdenti» del processo di individualizzazione, i quali non sono in grado di soddisfare le esigenze, per loro troppo elevate, che richiedono la disponibilità di apprendere costantemente per tutta la vita, l'accettazione dello spirito di concorrenza e una certa flessibilità, e hanno difficoltà a trovare un equilibrio tra le nuove libertà e le nuove costrizioni. Pertanto, nel rivolgersi ai gruppi target, è necessario tenere conto delle differenze socio-economiche.
- I bambini e i giovani devono essere considerati consumatori capaci di scegliere attivamente. Con questo non si intende adottare un atteggiamento critico verso il consumo di tabacco, ma rivolgersi ai consumatori come ad attori attivi. A questo proposito le decisioni di consumo devono essere viste come espressione di stili di vita e devono essere considerati in particolare gli aspetti propri della cultura giovanile. L'informazione sulle strategie dell'industria del tabacco permette di contrastarle.
- Si rivelano importanti le misure che limitano l'accesso ai prodotti del tabacco, come per esempio l'applicazione effettiva di un limite d'età per la vendita e la consegna di questi prodotti. Altre misure efficaci sono quelle finalizzate a ridurre l'attrattiva dei prodotti del tabacco, per esempio aumentando l'imposta sul tabacco e regolamentando la pubblicità e la sponsorizzazione di questi prodotti.
- I media digitali sono strumenti fondamentali di informazione e comunicazione. Per un programma di prevenzione del tabagismo, questo implica due aspetti:
 - bisogna rivolgersi ai giovani attraverso i media digitali, essere presenti sui canali di comunicazione e di informazione da loro usati e tenere conto dell'utilizzo produttivo e creativo di questi media;
 - occorre considerare anche la costituzione problematica di comunità e l'utilizzo dei media in relazione al consumo di tabacco (p. es. esaltazione del tabacco, sua percezione come qualcosa di «cool», ecc.).
- Inoltre occorre considerare la commercializzazione della realtà quotidiana dei giovani, per esempio il legame tra la cosiddetta paghetta e il consumo di tabacco, l'orientamento dei consumi come espressione di stili di vita e di appartenenza a un gruppo.

La famiglia, la scuola, i pari e gli ambienti come istanze di socializzazione

Nel presente rapporto sono state analizzate diverse istanze di socializzazione. I fattori che agiscono a livello familiare sono estremamente complessi: il ruolo della famiglia è cambiato negli ultimi anni e i genitori oggi sono sempre più visti dai bambini e dai giovani come coloro che dispensano consigli. La probabilità che un giovane cominci a fumare è chiaramente correlata alla comunicazione in famiglia e all'interesse che i genitori mostrano verso l'ambiente di vita dei loro figli. Anche il consumo di tabacco all'interno della famiglia è un fattore significativo. L'influenza esercitata dai genitori si manifesta a uno stadio molto precoce dello sviluppo del bambino e pertanto la creazione di un rapporto sicuro è decisiva da questo punto di vista. La scuola è un'altra istanza di socializzazione molto importante, in particolare per il grande valore attribuito alla formazione e alla concorrenza che ne deriva. Non è quindi sorprendente constatare che molti studenti non amano la scuola o si sentono stressati. Gli amici più cari e il gruppo di coetanei influenzano il consumo di tabacco. È ampiamente dimostrato che i giovani cercano il contatto con i loro pari che fanno un consumo di tabacco simile al loro (selezione tra pari). Sono dimostrati meno chiaramente gli effetti dei processi di apprendimento tra i giovani sul consumo di tabacco (socializzazione tra pari). Inoltre alcune culture giovanili fungono da vettore per il consumo di tabacco, anche se esiste una grande eterogeneità sia tra culture sia al loro interno. Lo stesso vale anche per le attività del tempo libero organizzate e non organizzate. In questo caso possono risultare efficaci gli approcci che si basano sul modo in cui i giovani scoprono e si appropriano dello spazio pubblico, per esaminare gli spazi da loro frequentati. I diversi contesti in cui la prevenzione del tabagismo può raggiungere i bambini e i giovani sono descritti in modo più dettagliato nei rapporti di Dipendenze Svizzera.

Per quanto riguarda i fattori sociali, un programma di prevenzione del tabagismo per bambini e giovani può prendere in considerazione i seguenti aspetti:

- Occorre integrare l'ambito di prevenzione della famiglia: concretamente si tratta per esempio di adottare misure finalizzate a ridurre il consumo di tabacco e di alcol da parte dei genitori e di promuovere il monitoraggio da parte di questi ultimi (cfr. il rapporto di Dipendenze Svizzera). Inoltre bisogna dare la possibilità ai bambini e ai giovani di confrontarsi con la propria eredità familiare (modelli, idea di normalità ecc.) (cfr. il rapporto di Dipendenze Svizzera).
- Occorre integrare l'ambito di prevenzione della scuola: un'attenzione particolare dovrebbe essere accordata alle differenze di consumo di tabacco a seconda del livello di formazione e delle dinamiche tra pari (v. sotto) (cfr. il rapporto di Dipendenze Svizzera).
- Vanno considerate le dinamiche tra pari e gli aspetti dell'identità di gruppo. Il fatto di fumare o non fumare, per esempio, è un segno fondamentale di appartenenza a certi gruppi e ambienti. Inoltre spesso il consumo di tabacco e di droghe è associato a una forte popolarità; rinunciare a fumare può portare quindi a una perdita di popolarità.
- Occorre considerare l'importanza del consumo di tabacco nei diversi ambienti giovanili: le strategie di prevenzione devono concentrarsi innanzitutto sugli ambienti giovanili dediti alla musica (rock, heavy metal, gothic, punk, rhythm and blues, hip hop e dance). Bisogna tener presente il valore del consumo di tabacco nel contesto della cerchia di amici e degli ambienti giovanili.
- Un altro aspetto da considerare è il consumo associato di tabacco e cannabis. È necessario perseguire strategie finalizzate a ridurre il consumo di cannabis con o senza nicotina.
- La partecipazione attiva dei giovani deve essere rafforzata per poter tenere conto del punto di vista dei loro ambienti di vita. A questo proposito una possibilità è rappresentata dagli approcci tra pari (*peer-to-peer*) e dal metodo della mappatura di intervento (*Intervention Mapping*).

Attività del tempo libero e spazi pubblici

- Le attività del tempo libero organizzate (p. es. nelle associazioni) danno ai giovani la possibilità di discutere di temi legati al tabagismo. Tuttavia occorrerebbe fare attenzione a non sfruttare a scopo pedagogico i contesti specifici dei giovani.
- La partecipazione ad attività del tempo libero (sportive, culturali, sociali, religiose) offre delle possibilità di promozione della salute che dovrebbero essere esaminate.
- La prevenzione deve essere integrata nello sviluppo della comunità. Deve essere prestata particolare attenzione alle aree svantaggiate dal punto di vista socio-geografico in cui vivono molte persone in difficoltà sul piano socio-economico. La partecipazione attiva dei giovani allo sviluppo della comunità è un obiettivo da perseguire.
- È importante provvedere affinché gli spazi pubblici frequentati dai giovani siano il più possibile spazi senza fumo e l'accesso ai prodotti del tabacco sia limitato. A tal fine occorre seguire un approccio integrato e includere il maggior numero possibile di luoghi. Inoltre gli spazi pubblici dovrebbero essere utilizzati in misura moderata in contesti pedagogici, per non sfruttare a scopo pedagogico gli spazi liberi destinati in modo specifico ai giovani.
- Occorre elaborare e rendere note delle regole riguardanti l'utilizzo degli spazi pubblici (come anche il consumo di tabacco) attraverso la partecipazione di tutti i gruppi di interesse. Le regole volontarie possono andare al di là di quanto previsto dalle disposizioni legali esistenti. Bisogna dare grande importanza all'applicazione di queste regole, la cui trasgressione deve avere delle conseguenze sanzionatorie.

Utilizzo e applicazione dei media

- I personaggi fumatori di film e videogiochi fungono da modelli di comportamento per gli adolescenti. In particolare occorre tenere conto della presenza non segnalata della pubblicità e di nuove piattaforme pubblicitarie dell'industria del tabacco come i social media, la pubblicità online formale e informale, i canali Youtube, le chat room. È necessario elaborare strategie adeguate per proteggere gli adolescenti dalla pubblicità sui media digitali.
- È necessario tenere conto delle relazioni esistenti tra le dipendenze da sostanze e le dipendenze non legate al consumo di sostanze. Bisogna rivolgersi per esempio ai gruppi target degli utenti intensivi dei videogiochi, dei promotori digitali e dei comunicatori che fanno un uso eccessivo dei media.
- È importante sviluppare strategie di applicazione dei media digitali per la prevenzione del tabagismo e ricorrere a processi di partecipazione per l'attivazione di reti tra pari (cfr. cap. Partecipazione).

Fattori intrapersonali

I fattori intrapersonali influiscono in modo significativo sul consumo di tabacco. Diversi studi dimostrano una predisposizione genetica al consumo di tabacco e una relazione con i fattori della personalità. Sono decisive anche le condizioni psicologiche di sviluppo dell'identità, dell'immagine di sé, delle competenze sociali e in particolare dell'autoregolazione. Le competenze di vita e la gestione dei sentimenti negativi si sono rivelate determinanti nell'insorgere del fenomeno del tabagismo. Il consumo di tabacco può assolvere funzioni complesse, come dimostrato per esempio dal fatto che può essere sfruttato anche per controllare o ridurre il peso ed è pertanto legato indirettamente all'immagine di sé. Dall'interazione tra questi fattori deriva una condizione decisiva, ossia la percezione di autoefficacia.

Per quanto concerne i fattori intrapersonali, un programma di prevenzione del tabagismo per bambini e giovani può prendere in considerazione i seguenti aspetti:

- Occorre integrare gli interventi precoci di prevenzione.
 - Già nella prima infanzia le esperienze di un rapporto sicuro sono decisive. La persona di riferimento deve reagire in modo sensibile ai segnali del lattante, riconoscerli, interpretarli correttamente e rispondere in maniera rapida e adeguata. Un rapporto ansioso e sfuggente aumenta il rischio di un comportamento di dipendenza.
 - I problemi comportamentali nell'infanzia possono essere considerati una prima manifestazione o un segno di predisposizione a problemi successivi legati al consumo di sostanze.
 - I futuri genitori possono essere coinvolti in queste riflessioni, in quanto le condizioni prenatali (e naturalmente postnatali) favoriscono lo sviluppo del bambino.
- Occorre tener presente che i compiti di sviluppo e la capacità di superarli sono legati alle condizioni di inizio e di durata del consumo di tabacco. Bisogna chiedersi quali siano i compiti di sviluppo specifici a ciascuna età, quale funzione svolga il consumo di tabacco e come sia possibile aiutare i giovani a superare questi compiti.
- Il consumo di tabacco ha un ruolo fondamentale nella formazione dell'identità dei giovani, per i quali la questione della salute ha soltanto un'importanza secondaria.
- I giovani che provano sentimenti negativi, come la depressione, l'ansia e lo stress, sono esposti a un rischio maggiore di cominciare a fumare e di sviluppare un consumo regolare di tabacco. Si crea così un circolo vizioso in quanto il fumo rafforza ulteriormente anche i sentimenti negativi. Nella prevenzione del tabagismo è necessario dedicare un'attenzione particolare ai bambini e ai giovani in difficoltà.
- L'apprendimento della capacità di autoregolazione ha una rilevanza fondamentale. Essa comprende le capacità di gestire sentimenti e stati d'animo e di realizzare i propri progetti attraverso azioni mirate e realistiche e di privilegiare gli obiettivi a lungo termine rispetto alla soddisfazione dei desideri a breve termine.
- I programmi incentrati sulle competenze di vita intendono agire sia sulla capacità di gestire i sentimenti negativi e sull'autoregolazione, sia sulle molteplici competenze che permettono di gestire e dare un orientamento alla propria vita, di convivere con i cambiamenti ambientali e al tempo stesso di apportare cambiamenti. Questi programmi dovrebbero essere attuati su tutto il territorio.

- Occorre tenere conto in particolare degli eventi della vita e dei momenti di svolta che possono destabilizzare i bambini e i giovani. Considerando l'intero percorso di vita, è importante comprendere meglio l'influenza di questi eventi decisivi sul comportamento di dipendenza e identificare i gruppi a rischio.
- Bisogna rivolgersi ai giovani in quanto attori del proprio sviluppo, capaci di portare a termine determinati compiti in modo autonomo e spesso anche innovativo. Gli approcci partecipativi si rivelano efficaci.
- In tutte le misure è necessario prendere in considerazione il contesto sociale. Le misure che si limitano soltanto al piano individuale sono insufficienti.

I punti appena descritti devono essere intesi come un elenco di idee che possono accrescere il potenziale della prevenzione del tabagismo. Molti di essi rientrano già tra le misure di prevenzione esistenti. Allo stesso tempo l'analisi degli ambienti di vita dei bambini e dei giovani permette di fornire una visione più ampia dei progetti di prevenzione del tabagismo esistenti. Il presente rapporto sugli ambienti di vita dei bambini e dei giovani in Svizzera si fonda sulla speranza, nel quadro del programma previsto di prevenzione del tabagismo nei bambini e nei giovani, di interpretare meglio i progetti esistenti e le relative misure, di integrare diverse idee e, su questa base, di creare ampie sinergie e collaborazioni.