



Stiamo cercando uno/a sviluppatore/trice software da integrare nel nostro team tecnologico

Scopri di più e invia la tua candidatura.

#conibambini

Cosa sappiamo sulla salute mentale degli adolescenti

L'adolescenza è un periodo cruciale per la salute mentale: in questa fase si formano modelli comportamentali che spesso durano tutta la vita. Nuove analisi indagano la condizione dei giovani nel post-Covid, evidenziando la necessità di un approccio organico ai loro bisogni.

Martedì 7 Ottobre 2025 | **POVERTÀ EDUCATIVA**

Partner

- Tre quarti dei **disturbi mentali** che durano tutta la vita insorgono prima dei 24 anni.
- **42 milioni** gli anni di vita in salute che potrebbero essere persi dagli adolescenti nel mondo nel 2030 per disturbi mentali o suicidio (2 milioni in più rispetto al 2015).
- **71,8** l'indice di salute mentale tra gli adolescenti nel 2024. In miglioramento rispetto all'anno precedente, ma ancora al di sotto dei livelli pre-pandemici.
- **5,1 milioni** gli adolescenti in Italia, pari quasi al 9% della popolazione.
- **Crotone** è la città con più adolescenti (1 residente su 10), **Oristano** quella dove sono meno (6,79% della popolazione).

Il prossimo 10 ottobre si celebra la **giornata mondiale della salute mentale**. Dopo la pandemia, il **benessere psicologico di giovani e adolescenti** è diventato un argomento frequente nel dibattito pubblico.

Come evidenziato nel rapporto **Non sono emergenza**, restano però due grandi limiti quando si affrontano questi temi. Il primo è una **retorica emergenziale diffusa** che tende a descrivere i giovani in modo semplicistico, spesso ignorando la loro reale condizione. Il secondo è la **carenza di dati** in grado di descrivere in modo sistematico un **fenomeno complesso e multifattoriale** come quello dei disturbi mentali.

Tuttavia, se nel pieno dell'emergenza pandemica mancavano dati aggiornati su come il fenomeno stesse evolvendo, oggi – a distanza di qualche anno – la letteratura internazionale e nazionale offre punti di riferimento più solidi su cui basare riflessioni, analisi e politiche pubbliche.

Ti interessa l'argomento **Povertà educativa**?

Iscriviti alle nostre newsletter

☒ **Povertà educativa**

Presenza e qualità dei servizi nei comuni su scuola, cultura, sport e servizi sociali.

[Scopri le altre newsletter](#) ✓

Dichiaro di aver letto l'**informativa privacy** e presto il consenso al trattamento dei miei dati personali

Iscriviti

Abbiamo approfondito le **tendenze recenti** attraverso alcuni degli ultimi studi e dati sull'**argomento**, cercando di ricostruire la situazione per l'Italia con le informazioni oggi

disponibili.

[Torna su](#)

L'adolescenza, una fase cruciale per la salute mentale

Una **recente ricerca** della commissione Lancet sulla salute degli adolescenti, uscita nel maggio 2025, ha dedicato una particolare attenzione alla salute mentale dei più giovani nel post-pandemia. Sottolineando come l'adolescenza sia una fase di crescita esponenziale delle capacità cognitive. Nonché un **periodo in cui si cristallizzano – nel bene e nel male – abitudini e modelli comportamentali** che spesso restano per tutta la vita.

Comportamenti alimentari e dipendenze, ad esempio, sono evidenziati come strettamente correlati a fattori che hanno origine nell'adolescenza. Questa **fase della vita è infatti molto delicata anche per la salute mentale**: l'analisi sottolinea che tre quarti dei disturbi che durano tutta la vita insorgono prima dei 24 anni.

Ciò pone una questione per le politiche pubbliche dei diversi paesi. A partire dalla necessità di valutare l'ampiezza di questo tipo di fenomeni e la loro evoluzione nel tempo, specie dopo gli anni dell'emergenza Covid.

Già nel 2021, nel pieno della pandemia, Unicef dedicò il rapporto su **La condizione dell'infanzia nel mondo** proprio alla questione della salute mentale tra i minori. Evidenziando come a livello globale più di un adolescente su 7 tra i 10 e i 19 anni convivesse con un disturbo mentale diagnosticato.

[Torna su](#)

Più di recente, abbiamo già avuto modo di **raccontare** come sempre la commissione Lancet preveda, in vista del 2030, un peggioramento nel benessere psicologico di ragazze e ragazzi.

42 milioni gli anni di vita in salute che si stima potrebbero essere persi dagli adolescenti nel mondo nel 2030 a causa di disturbi mentali o suicidio (2 milioni in più rispetto al 2015).

Dopo la pandemia, si avverte infatti un rallentamento – a livello mondiale – nel ritmo di crescita di alcuni indicatori di salute tra gli adolescenti, che potrebbe compromettere gli **obiettivi di sviluppo sostenibile**. Ciò è particolarmente evidente nell'ambito dei disturbi mentali.

La situazione della salute mentale degli adolescenti in Italia

L'interesse nel post-Covid ha portato anche la ricerca in ambito nazionale a interrogarsi e a misurare le tendenze del benessere degli adolescenti nel nostro paese. Tra le indagini più significative, possiamo citare quella promossa dal ministero della salute sui **disturbi del comportamento alimentare tra i più giovani** e quella sulle dipendenze comportamentali nella generazione Z (i nativi digitali, nati tra la fine degli anni '90 e il 2012), a cura dell'**istituto superiore di sanità**.

O ancora quella del gruppo di ricerca su "Mutamenti sociali, valutazione e metodi" (MUSA) dell'Istituto di ricerche sulla popolazione e le politiche sociali del Cnr, **pubblicata**

quest'anno. Tale analisi ha evidenziato una crescita degli adolescenti che non incontrano i loro amici fuori da scuola, la cui percentuale i ricercatori stimano potrebbe essere quasi raddoppiata dopo la pandemia. Più in generale, il **lavoro** ha il merito di approfondire l'incidenza anche in Italia del complesso fenomeno del ritiro sociale.

L'hikikomori è una "forma di ritiro sociale patologico o distacco sociale la cui caratteristica essenziale è l'isolamento fisico nella propria casa." Riguarda principalmente, ma non esclusivamente, adolescenti e giovani adulti. Vai a **"Hikikomori (ritiro sociale)"**

Appare evidente come la questione dei disturbi mentali possa essere affrontata da vari punti di vista: dipendenze, comportamenti a rischio, violenze, ritiro sociale.

Per avere una visione d'insieme, uno strumento utile è l'indice di salute mentale utilizzato da Istat nell'ambito delle analisi sul benessere equo e sostenibile. Si tratta di una misura di disagio psicologico ottenuta attraverso una sintesi delle quattro dimensioni principali della salute mentale: ansia, depressione, perdita di controllo comportamentale o emozionale e benessere psicologico. L'indice varia tra 0 e 100: più è elevato, migliori sono le condizioni psicologiche.

Utilizzando questo strumento, vediamo che dopo l'inizio della pandemia è proprio tra i più giovani (fascia 14-19 anni) che si è riscontrato il peggioramento più consistente dell'indice di salute mentale. Tra 2020 e 2021 questo è passato da 73,9 a 70,3, un calo di oltre 3 punti in un anno.

[Torna su](#)

Risale l'indice di salute mentale tra gli adolescenti nel 2024, ma resta sotto i livelli pre-pandemici

Indice di salute mentale per fascia d'età (2016-2024)

DA SAPERE

L'indice di salute mentale è una misura di disagio psicologico (psychological distress) ottenuta dalla sintesi dei punteggi totalizzati da ciascun individuo di 14 anni e più a 5 quesiti estratti dal questionario Sf36 (36-Item Short Form Survey). I quesiti fanno riferimento alle quattro dimensioni principali della salute mentale (ansia, depressione, perdita di controllo

comportamentale o emozionale e benessere psicologico). L'indice varia tra 0 e 100, **con** migliori condizioni di benessere psicologico al crescere del valore dell'indice.

FONTE: elaborazione Openpolis – **Con i Bambini** su dati Istat (Bes)
(pubblicati: mercoledì 9 Aprile 2025)



Da allora, si è registrato un miglioramento nel 2022, seguito da un nuovo peggioramento nel 2023 (anno in cui si è attestato a 71). Nel 2024 l'indice di salute mentale è tornato a 71,8. Un miglioramento, ma ancora al di sotto dei livelli pre-pandemici.

Un problema connesso a esclusione sociale e **povertà educativa**

Se la salute mentale di alcuni adolescenti resta critica **non è una questione di ordine esclusivamente sanitario**. Nell'ambito dell'ultima ricerca della commissione sul benessere degli adolescenti di Lancet è stata chiaramente messa in evidenza l'**influenza della salute mentale su tutti gli aspetti salienti per la vita di una persona che sta diventando adulta**. Dal modo in cui si affrontano norme e strutture sociali ai risultati scolastici, dal passaggio al mondo del lavoro alle relazioni familiari e intime, dalle dipendenze all'esposizione e perpetrazione di violenze e bullismo.

“ *Mental health can profoundly influence how adolescents navigate social norms and structures and can affect educational attainment and the transition into employment, intimate relationships and family formation, exposure to, and perpetration of, violence, and interactions with the digital world.* ”

– The Lancet Commissions, A call to action: the second Lancet Commission on adolescent health and wellbeing (20 maggio 2024)

Nell'immediato, a risentirne sono soprattutto le relazioni sociali, il rendimento a scuola, la qualità nell'uso delle tecnologie e delle interazioni in ambiente digitale. I ricercatori aggiungono però come vi sia crescente consenso in letteratura sul fatto la salute mentale nell'adolescenza sia anche un precursore di un'ampia gamma di esiti nel corso della vita adulta.

Attraverso una revisione sistematica di 237 studi sul fenomeno, emergono solide associazioni tra la salute mentale degli adolescenti, la salute fisica da adulti e problemi di dipendenze. Aspetti che, secondo i ricercatori, rimangono **ancora troppo poco esplorati nelle cause ma che devono essere presi in considerazione nell'impostazione di politiche pubbliche rivolte al benessere di minori e adolescenti.**

La necessità di un approccio organico al benessere degli adolescenti

Appare evidente quindi come per migliorare la condizione degli adolescenti servano **politiche multisettoriali** in grado di coinvolgere ambiti diversi: sociale, sanitario, educativo. Per definire queste politiche, però, è fondamentale superare uno dei principali limiti attuali. Vale a dire la **carenza di dati territoriali sufficientemente disaggregati**, necessari per valutare l'ampiezza di questi fenomeni su scala locale. Mantenendo come punto di partenza irrinunciabile il coinvolgimento diretto dei **beneficiari finali: gli adolescenti stessi**. Ma quanti sono, e dove vivono, oggi in Italia?

[Torna su](#)

Abbiamo già approfondito in passato che, mentre la definizione di minore discende da una previsione legislativa incontrovertibile (la maggiore età fissata a 18 anni), quella di adolescente è molto più sfumata e variabile a seconda delle **fonti e delle necessità di ricerca**. Comprensibilmente, visto che per sua natura l'adolescenza è una fase di transizione tra infanzia ed età adulta. Non suscettibile pertanto di confini eccessivamente rigidi.

Se si prende in considerazione la fascia d'età tra gli 11 e i 19 anni, sono 5,1 milioni gli adolescenti in Italia. Ovvero poco meno del 9% dei residenti nel nostro paese.

8,74% dei residenti in Italia ha tra gli 11 e i 19 anni.

Questa quota media mostra una certa variabilità lungo la penisola. **Supera il 9% in regioni come Campania (9,7%), Trentino-Alto Adige (9,46%) e Sicilia (9,17%),** mentre non raggiunge l'8% in Sardegna, Molise e Liguria.

A livello locale **Crotone**, **con** il 9,97% dei residenti tra 11 e 19 anni, è la città capoluogo dove vivono più adolescenti. Seguono Andria, Napoli, Barletta, Palermo, Prato e Vibo Valentia.

[Torna su](#)

Crotone è il capoluogo **con** più adolescenti

Percentuale di residenti 11-19 anni sul totale della popolazione comunale (2024)

FONTE: elaborazione Openpolis – **Con i Bambini** su dati Istat
(ultimo aggiornamento: lunedì 1 Gennaio 2024)



Il capoluogo con minore incidenza di adolescenti è **Oristano** (6,79%), davanti ad altre 2 città sarde: **Carbonia** (6,85%) e **Cagliari** (6,94%). Seguono città del centro-nord come Pavia, Pisa, Ferrara e Bologna, tutte attorno al 7,2% di residenti 11-19enni.

Scarica, condividi e riutilizza i dati



Scarica i dati, regione per regione

Abruzzo, Basilicata, Calabria, Campania, Emilia-Romagna, Friuli-Venezia Giulia, Lazio, Liguria, Lombardia, Marche, Molise, Piemonte, Puglia, Sardegna, Sicilia, Toscana, Trentino-Alto Adige, Umbria, Valle d'Aosta, Veneto, Totale nazionale.

I contenuti dell'Osservatorio **povertà educativa** **#conibambini** sono realizzati da openpolis con l'impresa sociale **Con i Bambini** nell'ambito del fondo per il contrasto della **povertà educativa** minorile. Mettiamo a disposizione in formato aperto i dati utilizzati nell'articolo. Li abbiamo raccolti e trattati così da poterli analizzare in relazione con altri dataset di fonte pubblica, con l'obiettivo di creare un'unica banca dati territoriale sui servizi. Possono essere riutilizzati liberamente per analisi, iniziative di data journalism o anche per semplice consultazione. I dati relativi alla distribuzione degli adolescenti nei comuni italiani sono di fonte Istat.

Foto: **Wang Sheeran** – **Licenza**Chi: **adolescenti, minori**Cosa: **Coronavirus, Esclusione sociale, Povertà educativa, sanità**

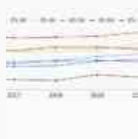
CORRELATI

**La salute mentale di bambini e ragazzi dopo l'emergenza Covid**

🕒 Lunedì 10 Ottobre 2022

**La salute mentale di bambini e ragazzi dopo la pandemia**

🕒 Martedì 10 Ottobre 2023

**Con la pandemia benessere psicologico in peggioramento tra gli adolescenti italiani**

🕒 Lunedì 10 Ottobre 2022

RECENTI

**Cosa sappiamo sulla salute mentale degli adolescenti**

🕒 Martedì 7 Ottobre 2025

**Lo squilibrio demografico mina il rapporto tra generazioni**

🕒 Martedì 30 Settembre 2025



Parole



Numeri



Esercizi

Pnrr e territori

Abbandono scolastico

Giovani nel 2030

Report terzo settore

Pnrr e ritardi

sede > Via Merulana, 19 - 00185 Roma tel. > 06.53096405 c.f. > 97954040586 **Contattaci**