

Sintesi del rapporto finale

I contenuti del modulo «Tabacco e Nicotina» sono stati estesi ad altri prodotti del tabacco e a base di nicotina, come sigarette elettroniche (monouso), pipe ad acqua, snus, bustine di nicotina e prodotti a tabacco riscaldato, in risposta al mercato attuale. All'interno dei moduli sono stati inoltre approfonditi diversi temi specifici, quali l'alternanza tra sigarette elettroniche e sigarette tradizionali, cosiddetta «dual use», il fumo passivo, il peso corporeo, le prestazioni sportive, l'aspetto fisico, la sessualità e l'ambiente, anche con l'obiettivo di sensibilizzare alle disposizioni di legge in vigore.

I testi sono stati redatti in «lingua facile», nel rispetto del principio delle pari opportunità, e i termini specialistici sono stati spiegati in modo più comprensibile. Le frasi complesse sono state in gran parte evitate.

Il gruppo target è stato coinvolto attivamente nella rielaborazione dei contenuti dei moduli e un focus group ha testato il programma prima del lancio, fornendo un riscontro sui contenuti che è poi confluito nel prodotto definitivo.

È stato inoltre girato un nuovo video esplicativo, dove i personaggi rappresentati in forma di avatar sono stati sostituiti con persone reali appartenenti al gruppo target.

Il limite delle otto settimane per l'elaborazione di un modulo e la restrizione a due moduli sono stati aboliti. Tutti i moduli possono essere elaborati uno dopo l'altro, secondo i propri ritmi.

L'analisi dettagliata in allegato illustra l'utilizzo del modulo «Tabacco» negli scorsi anni del progetto. La nostra interpretazione è esposta di seguito:

- negli anni, l'interesse per il modulo «Tabacco e Nicotina» si è mantenuto costante, attestandosi attorno al 23–26 % dei partecipanti; anche dopo l'introduzione di un modulo aggiuntivo («Movimento») nell'anno scolastico 2024/25, la priorità corretta rimane intorno al 26 %;
- il ruolo prioritario costantemente attribuito a questo tema ne conferma la rilevanza. Una volta applicata la correzione dovuta all'aumento dei moduli nell'anno scolastico 2024/25, la domanda relativa rimane stabile rispetto agli anni precedenti (26 % circa). Questo risultato va interpretato anche alla luce del numero crescente di offerte digitali concorrenti, rispetto alle quali ready4life è riuscito mantenere la propria posizione;
- grazie alle modifiche, il modulo «Tabacco» si è affermato come il terzo modulo più utilizzato dal gruppo target. I partecipanti vengono ora sensibilizzati sia sui rischi dei prodotti del tabacco tradizionali, sia su quelli legati ai nuovi prodotti del tabacco e a base di nicotina;
- contestualmente alla rielaborazione del modulo, è emerso un leggero cambiamento nel profilo di rischio dei partecipanti. La percentuale di giovani che non avevano fatto uso di tabacco o nicotina nei 30 giorni precedenti alla registrazione è aumentato (+3,4 punti percentuali) e il consumo occasionale segnalato è diminuito (–3,1 punti percentuali), tendenza che rivela un comportamento di rischio nel complesso più favorevole tra i partecipanti. Non è possibile stabilire con certezza se questi risultati siano esclusivamente riconducibili a ready4life (che comprende una lezione introduttiva sulla prevenzione del consumo di tabacco durante la presentazione del progetto) e/o se siano piuttosto attribuibili ad altre misure preventive in questo ambito;

- con l'introduzione della versione rielaborata, nell'anno scolastico 2024/25 l'aderenza al modulo «Tabacco» è aumentata del 7,8 % rispetto all'anno scolastico precedente (i dati si basano sulla percentuale di partecipanti che ha terminato il primo blocco, v. rapporto fig. 11);
- in quanto all'aderenza al programma va aggiunto che i contenuti sono resi disponibili in modo graduale. Il quarto blocco principale può essere completato soltanto dopo circa 12 giorni, il che prevede interazioni ripetute con il modulo nell'arco di diversi giorni. L'intervento non si limita quindi a una trasmissione puntuale di informazioni, bensì consiste in un accompagnamento digitale a lungo termine teso a modificare il comportamento degli utenti;
- così come per molti programmi di prevenzione digitali, la partecipazione tende a diminuire con il passaggio da un blocco tematico all'altro. Tuttavia, poiché i partecipanti interagiscono con il modulo attraverso una serie di contenuti presentati in successione, l'intervento si basa su un percorso articolato in tappe consecutive. Anche se il tasso di completamento è
- basso, cosa tipica per le app di prevenzione, il fatto di iniziare un modulo e di elaborarne i primi contenuti rappresenta già un passo importante nel processo di cambiamento;
- dal punto di vista concettuale, i contenuti si orientano al modello transteoretico del cambiamento comportamentale (modello degli stadi del cambiamento), il quale presuppone che i cambiamenti avvengano attraverso diversi stadi (p. es. pre-intenzione, intenzione, preparazione, azione e mantenimento). Le prime interazioni con i contenuti dei moduli possono quindi contribuire a spingere i partecipanti che si trovano nei primi stadi a formulare intenzioni di cambiamento concrete. In quest'ottica, anche la partecipazione a singoli contenuti dei moduli va considerata una misura di prevenzione efficace.