

Mara Foppoli

Bambini e giovani nella pandemia



Psychotherapie-Wissenschaft
12. Jahrgang, Nr. 1, 2022, Seite 105–108
DOI: 10.30820/1664-9583-2022-1-105
Psychosozial-Verlag

Impressum

Psychotherapie-Wissenschaft
ISSN 1664-9583 (Print-Version)
ISSN 1664-9591 (digitale Version)
12. Jahrgang Heft 1/2022
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-1>
info@psychotherapie-wissenschaft.info
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Herausgeber

Assoziation Schweizer
Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten
Geschäftsstelle ASP
Riedtlistr. 8
CH-8006 Zürich
Tel. +41 43 268 93 00
www.psychotherapie.ch

Redaktion

Mara Foppoli, Lugano
Lea-Sophie Richter, Zürich
Mario Schlegel, Zürich
Peter Schulthess, Zürich

Hinweise für AutorInnen befinden
sich auf der Homepage der Zeitschrift:
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG
Walltorstr. 10
D-35390 Gießen
+49 6421 96 99 78 26
info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Abo-Verwaltung

Psychosozial-Verlag
bestellung@psychosozial-verlag.de

Bezugsgebühren

Jahresabonnement 44,90 € (zzgl. Versand)
Einzelheft 24,90 € (zzgl. Versand)
Studierende erhalten gegen Nachweis 25 % Rabatt.
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern
nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Ende des Bezugs-
zeitraums erfolgt.
ASP-Mitglieder wenden sich wegen des Abonnements bitte
direkt an die ASP.

Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag:
anzeigen@psychosozial-verlag.de
Es gelten die Preise der auf www.psychosozial-verlag.de
einschbaren Mediadaten.
ASP-Mitglieder wenden sich bitte direkt an
die ASP-Geschäftsstelle: asp@psychotherapie.ch

Digitale Version

Die Zeitschrift Psychotherapie-Wissenschaft ist auch online
einsehbar: www.psychotherapie-wissenschaft.info



Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der Creative Commons
Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz lizenziert.
Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte
Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle
Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter:
creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de

Bambini e giovani nella pandemia

Come stanno vivendo i cambiamenti che hanno travolto le loro e le nostre vite?

Mara Foppoli

Psychotherapie-Wissenschaft 12 (1) 2022 105–108

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-1-105>

Riassunto: In questo articolo vengono presi in considerazione i report delle maggiori fondazioni di sostegno e aiuto nell'infanzia a bassa soglia per delineare la situazione pandemica vissuta da bambini e adolescenti. In articolare vengono riferiti i fattori che possono influenzare maggiormente il carico psichico e i fattori di rischio e quelli protettivi. In conclusione vengono fatte delle riflessioni sul tipo di ruolo che la psicoterapia potrebbe essere chiamata a svolgere nei prossimi anni per i giovani e i bambini.

Parole chiave: adolescenza, covid, aiuto psicosociale, bassa soglia

Introduzione

Il presente lavoro si pone come obiettivo il portare alla luce un punto di vista che spesso rimane sullo sfondo, ovvero, come i bambini, i giovani e gli adolescenti stanno vivendo questi anni pandemici utilizzando i report delle maggiori organizzazioni per giovani presenti in Svizzera. In effetti una prima osservazione che ci sentiamo di notare è come ci sia un fiorire di ricerche che hanno come tentativo di far luce su quanto stia avvenendo in maniera più o meno ottimistica. Per questo vorremmo appoggiarci a risultati di alcune delle numerose ricerche per tentare di far scaturire questo punto di vista.

Lo scoppio della pandemia di COVID-19 e i provvedimenti adottati per contenere la diffusione del nuovo coronavirus hanno inciso profondamente sulla quotidianità della popolazione, tra gli altri con le limitazioni delle libertà di movimento, il distanziamento sociale, il lavoro ridotto, il lavoro e la scuola da casa (Stocker et al., 2021). Così l'incertezza, la paura del contagio, le preoccupazioni per il posto di lavoro, i timori legati allo sviluppo economico o i molteplici oneri tra le mura domestiche hanno messo a dura prova la salute psichica sia di adulti, sia di bambini e giovani.

Il carico psichico

Da primi risultati di studi sulla crisi innescata dal coronavirus è emerso come il carico psichico e le conseguenze della malattia colpiscono in modo eterogeneo la popolazione e in misura particolare determinati gruppi tra cui anche i bambini e gli adolescenti. A questo si affiancano anche i dati sui report di servizi a bassa soglia di consulenza e informazione nel settore della salute mentale

come Pro Juventute, Unicef¹, Pro Mente Sana, Telefono amico, nel corso del 2020 e 2021.

Nel complesso, da una prima analisi di questi dati emerge come non esista un modello uniforme di reazione psichica alla crisi: le risposte vanno da un forte aumento dei sintomi di carico psichico a un'elevata resilienza fino ad effetti emotivi positivi. Fra questi comunque emergono come i problemi di conciliabilità dovuti al coronavirus, incertezza lavorativa, problemi finanziari e timori legati al futuro possono compromettere il benessere psichico e come le persone che vivono da sole o socialmente isolate sono maggiormente a rischio. Anche le reazioni alla fine del lockdown possono dirsi non uniformi e non sempre hanno corrisposto a sensazioni di sollievo immediato o diminuzione dei carichi psichici.

Seppur la maggior parte della popolazione sembra gestire bene la crisi, ancora non si conoscono bene gli effetti sul lungo termine. Esistono report che parlano di lost generation covid (Unicef, 2020) in cui vengono evidenziati come ci possano essere degli effetti sulla salute mentale durante la pandemia. Infatti, gli effetti economici negativi come, ad esempio, la perdita di lavoro, possono cambiare la vita familiare e quindi anche quella dei bambini e dei giovani, aumentando le austerità e le reazioni sul carico psichico.

¹ Unicef ha svolto un'indagine che nel 2020 ha coinvolto 2.000 adolescenti tra i 15 e 19 anni utilizzando il sondaggio «the future we want» in Italia. Tra i 15 e i 19 anni, ragazze e ragazzi vivono il delicato periodo di transizione che segna il passaggio dall'infanzia all'età adulta, all'autonomia. Tutto ciò avviene attraverso step cruciali che investono la loro sfera cognitiva ed emotiva. È infatti quella fase della vita segnata dallo sviluppo delle capacità di pianificazione e organizzazione dei propri tempi e spazi, è un periodo di cambiamenti repentini nelle emozioni, caratterizzato da un aumento dello stress, soprattutto per il sesso femminile – studi in merito indicano che gli effetti dello stress nella vita risultano maggiori per le ragazze, per le quali la transizione all'adolescenza rappresenta un periodo di particolare vulnerabilità. In questa fase è la socializzazione a svolgere un ruolo fondamentale nello sviluppo del minorenne.

Un altro punto di vista, rivela che ci possono anche essere degli effetti positivi nella direzione di maggiori strategie adattive come il rallentamento dei ritmi durante il lockdown o la maggiore coesione familiare e il senso di autoefficacia. Volendo focalizzarci su bambini ed adolescenti, un aspetto che emerge in maniera preponderante è il forte bisogno di contatto fisico con i coetanei. La chiusura delle scuole e le regole di distanziamento rappresentano una prova difficile. Sarebbe auspicabile che lo stare in gruppo non venga bollato come comportamento irresponsabile se, ad esempio, corroborato da mascherine, disinfettante mani e vaccinazioni.

Inoltrandoci nei risultati del rapporto Pro Juventute Corona (Pro Juventute, 2021) possiamo facilmente notare che i bambini e gli adolescenti stanno affrontando la pandemia in modo diverso a seconda delle risorse emotive e materiali. Infatti, ad uno shock a breve termine della prima fase della pandemia (primavera 2020), assistiamo all'emergere di ulteriori sfide. Per quel che riguarda lo stato di salute mentale, molti riferiscono che la loro qualità di vita e il loro benessere siano drasticamente diminuiti a causa dei vincoli sociali e in generale a causa delle incertezze nella loro vita e in particolar modo riguardo al futuro. Circa il 40 % della popolazione afferma che la pandemia ha avuto un impatto negativo sul proprio umore. Inoltre, per la fascia tra i 16–24 anni, tale percentuale arriva ad essere pari al 55 %. Inoltre, più della metà di questa fascia di età si sente peggio nel momento del sondaggio a causa della pandemia di Corona e dei suoi effetti collaterali.

Seppur le nuove generazioni stiano affrontando bene la pandemia e le restrizioni rispetto alle generazioni più anziane, molti giovani sperimentano solitudine e una mancanza di energia e si sentono sotto pressione nella vita di tutti i giorni e a scuola, si preoccupano di un'istruzione considerata più povera o manchevole e di un decremento delle opportunità di impiego e di carriera. A questo si aggiungono le preoccupazioni dell'impoverimento della rete sociale anche sul lungo termine (USFP, 2021; SSR, 2021). Vi è anche da segnalare l'insorgere di un senso di smarrimento che rischia di avere effetti ancora peggiori per i gruppi più vulnerabili, per cui il periodo di transizione adolescenziale può anche essere ostacolato dall'isolamento, dalla mancanza di un ambiente familiare di riferimento, dallo scarso accesso alle informazioni e ai servizi, minando quindi anche il pieno godimento dei loro diritti.

La pandemia come un acceleratore delle disuguaglianze

La pandemia agisce come un acceleratore e moltiplicatore delle disuguaglianze sociali preesistenti e i connessi rischi per lo sviluppo. In questo il divario sociale si sta allargando in modo preoccupante, non solo in termini di ricchezza e reddito, ma anche in termini di salute mentale. Le persone con redditi bassi hanno significativamente più probabilità di avere un deterioramento persistente della

salute mentale. Di nuovo troviamo ancora la concomitanza con fattori di rischio quali l'isolamento sociale, la mancanza di un lavoro o impiegabilità (SSR, 2021; CSS, 2021).

Vari risultati indicano anche differenze di genere. Il benessere psicologico si è deteriorato di più nelle adolescenti e nelle giovani donne con il progredire della pandemia rispetto agli adolescenti maschi e ai giovani uomini. Almeno le ragazze e le giovani donne hanno maggiori probabilità di esternare questi sentimenti. Esprimono nel contempo più paure per il futuro, hanno maggiori probabilità di mostrare sintomi depressivi e problemi emotivi, riportano un benessere più scarso e più paure di perdere amicizie (Bernath et al., 2021). Nel frattempo, ulteriori studi concludono che i bambini in età prescolare e scolare hanno significativamente più probabilità di sperimentare comportamenti oppositivi e problemi aggressivi nei ragazzi rispetto alle ragazze della stessa età. Alcuni studi trovano anche differenze di età (USFP, 2021) come la gestione emotiva del periodo di blocco: il comportamento affettivo, aggressivo e oppositivo (es sfidare, urlare) era più evidente nei bambini in età prescolare, ma anche in età scolare. I bambini in età scolare precoce (7–10 anni) avevano maggiori probabilità di mostrare un comportamento ansioso, mentre i bambini più grandi e gli adolescenti (11–19 anni) avevano maggiori probabilità di riportare problemi emotivi e preoccupazioni, nonché un aumento del nervosismo (USFP, 2021, SRR, 2021).

Numerosi studi suggeriscono che si dovrebbe prestare particolare attenzione alla situazione dei giovani adulti (USFP 2021). Si tratta di processi formativi di cambiamento, sia per quanto riguarda il passaggio all'istruzione superiore o alla formazione professionale (apprendistato, scuola generale) o il passaggio alla vita lavorativa, sia per quanto riguarda il distacco dai genitori o il loro bisogno di mobilità o per quanto riguarda lo sviluppo di relazioni e amicizie solide. Ognuna di queste aree è stata e continua ad essere colpita dalla pandemia, spesso scossa. Ciò ha un forte impatto sulla qualità della vita percepita e sulla soddisfazione. In questo contesto, è preoccupante anche la scoperta che la pandemia ha aumentato la paura dello stigma a causa della malattia mentale tra i giovani adulti. Quasi tre quarti si sentono sotto pressione per essere sempre sani ed efficienti (USFP, 2021).

Per alcuni dei bambini e degli adolescenti particolarmente stressati, la situazione sta peggiorando al punto che in molti luoghi è peggiorata la carenza di cure psichiatrico-psicoterapeutiche già esistente. Ad esempio, i tempi di attesa per i regolari trattamenti ambulatoriali negli ambulatori ospedalieri in psichiatria infantile e adolescenziale sono aumentati significativamente nel 2021 rispetto all'anno precedente. Gli esperti concordano sul fatto che la situazione nel campo della psichiatria infantile e adolescenziale è particolarmente allarmante. Questo vale anche per i settori ambulatoriale, intermedio e ospedaliero. In alcuni Cantoni la situazione è descritta come drammatica. Negli ambulatori d'urgenza della psichiatria infantile e adolescenziale, il numero di casi è aumentato significativamente dopo il primo lockdown

e nella seconda ondata pandemica nell'autunno/inverno 2020/2021. Queste sono chiare indicazioni di quanto la pandemia gravi anche su bambini e adolescenti (USFP, 2021).

Nel 38 % dei giovani tra i 18 e i 35 anni, la pandemia di corona ha aumentato la solitudine. Quasi un terzo riporta stati d'animo depressivi, in poco più di un quinto dei giovani tra i 18 e i 35 anni, l'ansia si è intensificata (CSS, 2021). Nella consulenza+ascolto 147 di Pro Juventute, argomenti come «solitudine», «perdere amici» o «salute mentale» sono aumentate, come i pensieri suicidali di circa il 40 %.²

L'allentamento delle misure corona nel giugno 2021 ha avuto un effetto positivo sul benessere della popolazione, es. meno solitudine (-8 %), noia (-11 %) e mancanza di esercizio fisico (-15 %) a luglio. Ciò ha portato a un rilassamento nelle relazioni sociali. Ad esempio, la sensazione di essere più forti come famiglia / partner ha continuato a diminuire (-3 %), le tensioni e i conflitti familiari sono diminuiti solo leggermente (-3 %).

Nella prima metà del 2021, gli esperti di Pro Juventute hanno registrato un aumento del 6,7 % nelle consulenze a bambini e adolescenti su situazioni di conflitto con i genitori. Inoltre le consulenze sui temi dei «conflitti con i genitori» (+33 %), dei «conflitti con i fratelli» (+27 %) e della «violenza in famiglia» (+17 %) sono aumentate significativamente nel 2020 rispetto all'anno precedente.

In questo forse anche come psicoterapeuti dovremmo cominciare a svolgere un ruolo di maggiore presenza e cooperazione attraverso un lavoro di rete tra le strutture pubbliche esistenti e gli studi indipendenti per favorire un maggiore accesso alle cure di psicoterapia ad un numero maggiore di persone con un riconoscimento soprattutto nei casi di bambini e giovani. Questo permetterebbe un intervento precoce prima che le situazioni si cristallizzino. Ci si auspica dunque un maggiore coinvolgimento come psicoterapeuti in questo processo di intervento.

Un altro tema emergente dai dati riguarda gli effetti della crisi sulle opportunità educative e professionali dei giovani. Vi è qui una grossa sfiducia verso il futuro.

Dall'inizio della pandemia, le restrizioni nella «vita analogica» hanno intensificato la «vita digitale» dei giovani. Recenti studi confermano che durante il lockdown c'è stata una forte impennata della digitalizzazione e che i giovani – seppur già prima della pandemia fossero per lo più «nativi digitali» – hanno scoperto da soli nuove attività su media digitali. Tra le altre cose, il periodo pandemico ha fatto scoprire l'uso dei servizi di streaming in maniera intensiva (Bernath et al., 2021).

A questo si aggiunge l'esperienza di aver incontrato false segnalazioni o messaggi di odio online più spesso di

prima. Un aumento può anche essere visto nelle molestie sessuali di bambini e adolescenti nello spazio digitale. Nel 2020, ci sono stati ufficialmente 130 crimini di adescamento, la maggior parte delle vittime aveva tra i 10 e i 14 anni. È probabile che il numero di casi non segnalati sia molto più alto.

L'uso dei media digitali continua a svolgere un ruolo non solo nell'apprendimento e nell'interazione sociale, ma anche nella raccolta di informazioni. La ricerca suggerisce che la frequenza delle informazioni e la natura delle fonti abbiano avuto un impatto sui timori legati al coronavirus. Più frequentemente i giovani si informavano e più intensamente utilizzavano i media giornalistici tradizionali e i nuovi media digitali, più pronunciate erano le loro paure e preoccupazioni (Bernath et al., 2021).

Riflessioni conclusive

Non è ancora chiaro quali saranno le conseguenze a medio lungo termine o se la crisi avrà ripercussioni sulla salute psichica. Alcuni rilevano un aumento dei tentativi di suicidio (es. Gunnell et al., 2020). I fattori che potrebbero far aumentare tale prevalenza dei tentativi di suicidio potrebbero essere gli stessi in grado di influenzare la salute mentale in generale. Sher (2020) sottolinea la particolare importanza della situazione economica (incertezza economica, difficoltà finanziaria e disoccupazione) in relazione ai suicidi.

Di nuovo ci preme sottolineare come l'accesso alla presa a carico sia in ambito pubblico che privato sia una condizione da garantire soprattutto per giovani e bambini colmando le lacune e sviluppando ulteriormente le offerte. Le esperienze di video sedute durante il lockdown hanno permesso di vederne una loro applicazione in maniera proficua. Questo di fatto ha permesso una digitalizzazione della psicoterapia con risultati incoraggianti e validi. Così i consulti a distanza possono considerarsi uno strumento utile per eliminare le barriere di accesso alla presa a carico psichiatrico-psicoterapeutico anche nel periodo successivo alla pandemia. Tuttavia, ulteriori ricerche in questo senso potrebbero fornire dati maggiormente solidi da tenere in considerazione.

Anche l'accesso a bassa soglia di sostegno psicosociale per il rilevamento e l'intervento precoce in caso di malattia psichica risulta assolutamente da favorire. L'accesso deve essere possibile attraverso numerosi canali (telefono, chat, e-mail, social media, piattaforma, app) a seconda della fascia di età, specie per i giovani e bambini. Gli adolescenti chiedono in buona sostanza un ritorno a una nuova normalità che tenga conto dei loro bisogni, della loro visione del futuro. In questo diventa essenziale garantire loro l'accesso a servizi di bassa soglia di ascolto e consulenza, servizi di psicoterapia e un adeguato livello di informazioni tempestivo su quanto stia accadendo attraverso una comunicazione dedicata. Ci si auspica anche di assistere a uno sviluppo di strumenti di rilevazione e monitoraggio del livello di benessere che hanno raggiunto.

² Pro Juventute svolge regolarmente una statistica dei contatti che gestisce e ha realizzato il barometro delle preoccupazioni dei giovani. Il campione di riferimento di questi dati è stato di 40.746 e vi è stato un incremento del 31,3 % di chat; 68,4 % di genere femminile e il 27,4 % di genere maschile. Il tema relativo ai problemi personali è pari al 42,3 % nel 2021 mentre era pari al 35,6 % nel 2019.

Fonti utilizzate

- Bernath, J., Suter, L., Walle, G., Kulling, C., Willemse, I., Süs, D. (2021). *JAMES focus: Comportamento informativo e benessere in tempi di crisi*. Zurigo: zhaw.
- Consiglio die Governo die Zurigo (2021). Comunicato stampa del Consiglio di Governo di Zurigo «Pacchetto di misure per migliorare la situazione dell'assistenza nella psichiatria infantile e adolescenziale» (comunicato stampa del Consiglio di Governo di Zurigo, 10.06.2021).
- Favretto, A.R., Maturò, A. & Tomeller, S. (2021). *L'impatto sociale del COVID-19*. Milano: F. Angeli.
- Gunnell, D., Appleby, L., Arensman, E., Hawton, K., John, A., Kapur, N., Khan, M., O'Connor, R.C. & Pirkis, J. (2020). Suicide risk and prevention during the COVID-19 pandemic. *The Lancet Psychiatry*, 7(6).
- Landolt, N.L. (2021). C'è una drastica emergenza di approvvigionamento in Argovia. *Aargauer Zeitung*, 09.10.2021.
- Moeschler O. & Bassin-Wenger, A. (2010). Covid-19 e condizioni di vita in Svizzera nel 2021 (SILC); Neuchâtel, ufficio federale di statistica UST.
- Pro Juventute (2021). *Rapporto Pro Juventute Covid 2021*. Zurigo: Pro Juventute.
- Sher, L. (2020). The impact of the COVID-19 pandemic on suicide rates. *QJM*, 113(10).
- SSR Corona Monitor (2021). *Corona e disuguaglianza in Svizzera. Una prima analisi degli effetti distributivi della pandemia di Covid-19*. Berna: SSR.
- SSR (2021) Covid-19 e condizioni di vita in Svizzera nel 2021 (SILC) in I giovani svizzeri nella pandemia – valutazione speciale del Corona Monitor della SSR per conto dell'UFSP (2021). Berna.
- Stocker, D., Jäggi, J., Liechti, L., Schläpfer, D., Németh, P. & Künzi, K. (2020). *Der Einfluss der COVID-19-Pandemie auf die psychische Gesundheit der Schweizer Bevölkerung und die psychiatrisch-psychotherapeutische Versorgung in der Schweiz. Erster Teilbericht*. Bern: Bundesamt für Gesundheit.
- Stocker, D., Jäggi, J., Liechti, L., Schläpfer, D., Németh, P. & Künzi, K. (2021). *I giovani svizzeri nella pandemia – valutazione speciale del Monitor Corona della SSR per conto dell'UFSP*. Berna: USFP.
- Süss, D., Domdey, P., Steiner, L., Löpfe, S. & Bernath, J. (2021). *Giovani ai tempi della pandemia di Covid-19. Risultati di un'indagine ripetuta sui giovani del Cantone di Zurigo*. Zurigo: zhaw.
- Tasset, I. (2021). *Studio sulla salute CSS*. Zurigo: Sotomo.
- UNICEF (2020). *Essere adolescenti ai tempi del COVID-19, Idee e proposte per un futuro migliore, Unicef, Rapporto Novembre 2020*. New York: Ed. Unicef.
- UNICEF (2020). *Ufficio Regionale dell'UNICEF per l'Europa e l'Asia. The future we want in: Verting a lost covid generation, Unicef world Children Day 20. November 2020*. New York: Ed. Unicef.
- UNICEF (2021). *Rapporto Unicef Corona virus 2021. Salute mentale di Bambini e Adolescenti Tra COVID-19 e Passato Pandemia*. Roma: Unicef.
- USFP (2021). *L'impatto della pandemia di COVID-19 sulla salute mentale della popolazione svizzera e sulle cure psichiatrico-psicoterapeutiche in Svizzera*. Berna: USFP.
- USFP (2021). *Corona e disuguaglianza in Svizzera. Una prima analisi degli effetti distributivi della pandemia di Covid-19*. Berna: USFP. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/708>
https://www.swissinfo.ch/ita/societa/epidemia_coronavirus—la-situazione-in-svizzera/45590960
<https://www.bag.admin.ch/bag/it/home/das-bag/aktuell/news/news-20-11-2020.html>
<https://www.css.ch/it/chi-e-css/chi-siamo/media-ubblicazioni/studio-salute.html>
<https://www.savethechildren.it/blog-notizie/scuola-e-covid-19-pensieri-e-aspettative-degli-adolescenti>
<https://www.savethechildren.it/blog-notizie/scuola-e-covid-19-pensieri-e-aspettative-degli-adolescenti>
<https://www.experimental.bfs.admin.ch/expstat/it/home/metodi-innovativi/silc.assetdetail.19204350.html>
<https://www.sf-mvb.ch>

L'autrice

Mara Foppoli, psicologa, psicoterapeuta Gestalt, ASP, Emdr Practitioner, Gestalt Play therapy Practitioner, membro fondatore di IGIS (International Gestalt Institute Switzerland), Manager fondazione per bambini e giovani, Direttore IGIS Lugano.

Contatto

E-Mail: mara.foppoli@gmail.com