



# YOUMIND

YOUTH INDIVIDUAL SPORTS MINDSET



Co-funded by  
the European Union

## LINEE GUIDA PER LA SALUTE MENTALE NELLO SPORT GIOVANILE



## YOUMIND: Linee guida per la salute mentale nello sport giovanile

### 1. Definizione di salute mentale

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), la salute mentale è definita come "uno stato di benessere in cui l'individuo è consapevole delle proprie capacità, riesce a far fronte ai normali stress della vita, a lavorare in modo produttivo e fruttuoso ed è in grado di dare un contributo alla propria comunità". Tuttavia, è in corso un dibattito sull'adeguatezza di questa definizione.

Alcuni ricercatori sostengono che le persone con una buona salute mentale possono comunque sperimentare tristezza, infelicità o rabbia, che sono normali componenti di una vita vissuta pienamente. Sottolineando questa idea, il modello del doppio continuum della salute mentale di Keyes (2002) propone due scale su cui si collocano le persone: benessere mentale dal basso verso l'alto, e da malattia mentale a nessuna malattia mentale.

Pertanto, la salute mentale non dovrebbe essere definita esclusivamente da emozioni positive o dalla produttività. In risposta a ciò, è stata proposta una definizione più dinamica: la salute mentale è descritta come "uno stato di equilibrio interiore che consente agli individui di utilizzare le proprie capacità in armonia con i valori universali della società".

Tale definizione enfatizza l'abilità di gestire le doti emotive, cognitive e sociali, preservando l'equilibrio tra corpo e mente a prescindere dalle sfide esterne.



## 2. Legame tra sport e salute mentale

Il legame tra salute mentale e fisica è riconosciuto fin dall'antichità, come dimostra l'espressione latina "mens sana in corpore sano" (mente sana in corpo sano). Numerosi studi scientifici hanno esplorato questa relazione, dimostrando l'impatto positivo dell'attività fisica come fattore chiave per promuovere il benessere mentale. La ricerca ha dimostrato una correlazione diretta tra il coinvolgimento in attività fisiche durante l'infanzia e il miglioramento della salute mentale durante l'adolescenza. Inoltre, gli studi supportano gli effetti positivi a lungo termine dell'attività fisica sul benessere mentale durante tutto l'arco della vita, con prove che suggeriscono che la partecipazione agli sport durante la giovinezza sia associata a una migliore salute mentale in età adulta. Tuttavia, l'attività fisica tende a diminuire con l'età, con il calo più significativo tra i 15 e i 16 anni. Pertanto, promuovere l'esercizio fisico attivo durante l'adolescenza è fondamentale per garantire la salute mentale e fisica a lungo termine.

Sia gli sport individuali che quelli di squadra hanno dimostrato di avere effetti benefici sulla salute psicologica, sociale e cognitiva. In particolare, la pratica sportiva aiuta a ridurre lo stress, i sintomi depressivi, l'ansia e la solitudine. L'attività fisica svolge anche un ruolo fondamentale nella gestione di disturbi mentali lievi o moderati come depressione e ansia. È stato dimostrato che l'esercizio aerobico e l'allenamento della forza riducono significativamente i sintomi depressivi, mentre l'ansia e i disturbi di panico migliorano con un'attività fisica regolare, con effetti paragonabili a quelli della meditazione o delle tecniche di rilassamento.

Oltre ai benefici fisiologici diretti, l'attività fisica contribuisce alla salute mentale attraverso meccanismi più sottili. Il senso di appartenenza a una comunità è uno dei benefici psicologici più significativi derivanti dalla pratica sportiva. Praticare regolarmente attività fisica, soprattutto in gruppo, favorisce le relazioni sociali e il lavoro di squadra, entrambi essenziali per il benessere mentale. Lo sport infonde anche un senso di disciplina e routine, contribuendo a migliorare la struttura e la stabilità mentale. Inoltre, la soddisfazione derivante dal completamento di sessioni di allenamento o dal raggiungimento di obiettivi di fitness aumenta l'autostima, l'autoefficacia e la produttività personale. Gli sport all'aria aperta offrono anche l'opportunità di riconnettersi con la natura, il che può avere un effetto calmante, riducendo lo stress e incoraggiando la consapevolezza. Inoltre, ascoltare musica durante l'attività fisica può migliorare l'espressione emotiva e la consapevolezza di sé, rendendo lo sport un potente strumento per il benessere mentale.

Sebbene sia stato dimostrato che sia gli sport individuali che quelli di squadra apportano benefici alla salute psicologica, gli sport di squadra, rispetto alle attività individuali, hanno dimostrato una maggiore correlazione con una migliore salute mentale, umore, soddisfazione di vita e relazioni sociali. Lo studio "What Works" del progetto HOORAY conclude che non è solo l'attività fisica a proteggere dai sintomi depressivi, ma anche il contesto sociale in cui si svolge. Per quanto riguarda l'ansia, i risultati suggeriscono che le associazioni tra attività fisica e salute mentale dipendono dal contesto, sottolineando la dimensione sociale e collaborativa dello sport come meccanismi chiave per migliorare il benessere psicologico. Questi risultati

suggeriscono che gli sport di squadra svolgono un ruolo cruciale nel sostenere la salute mentale dei giovani, al di là dei benefici derivanti dalla sola attività fisica. Ciò nonostante, anche l'attività fisica individuale ha attirato l'attenzione dei ricercatori per la gestione del malessere mentale.

È stato dimostrato che camminare regolarmente aiuta a ridurre depressione, ansia e disagio psicologico, mentre la corsa è stata associata a numerosi benefici psicologici, tra cui riduzione della tensione, miglioramento dell'immagine di sé e miglioramento dell'umore generale. Tuttavia, correre non deve essere per forza un esercizio da fare in solitaria. Molte organizzazioni inclusive promuovono il benessere attraverso la salute fisica, facilitando la socializzazione e il legame con la comunità, riducendo al contempo la solitudine. L'importanza della salute mentale nello sport si riflette anche in un sondaggio condotto dal progetto YouMind, che mirava a raccogliere dati per sensibilizzare sulla sua importanza, in particolare tra i giovani. Il sondaggio ha rivelato che il 65% dei giovani coinvolti in sport sia di squadra che individuali ha espresso interesse a partecipare ad una sessione online sulla salute mentale ed il life coaching. Tuttavia, alla domanda "esprimi il grado di familiarità che hai con la salute mentale ed il life coaching", le risposte hanno indicato una conoscenza limitata di questi argomenti, che variava per lo più da "moderatamente familiare" a "per niente familiare". Meno del 3% degli intervistati, infatti, ha dichiarato di avere "molta familiarità" con l'argomento.

È interessante notare che, sebbene molti giovani fossero aperti a partecipare a una sessione online, erano meno propensi a partecipare a una sessione di persona, probabilmente a causa di fattori quali mancanza di conoscenza, l'imbarazzo o la timidezza. Ciò ha portato ad ulteriori indagini su cosa li avrebbe fatti sentire più a loro agio in un contesto del genere. Le risposte hanno evidenziato le seguenti preferenze: il 40% dei partecipanti ha indicato una forte preferenza per le sessioni condotte da psicologi professionisti ed esperti di mental coaching, mentre il 35% ha sottolineato la necessità di un ambiente confortevole e fiducioso. Molte risposte hanno sottolineato l'importanza di discrezione, fiducia e un'atmosfera di supporto. Inoltre, i giovani atleti hanno espresso il desiderio di sviluppare competenze chiave come la fiducia in sé stessi, la definizione di obiettivi e l'applicazione di queste competenze sia in allenamento che nella vita quotidiana.

Queste intuizioni sottolineano l'importanza di integrare la consapevolezza della salute mentale nei programmi sportivi, non solo attraverso l'attività fisica, ma anche promuovendo un ambiente inclusivo e di supporto. L'intersezione tra sport e benessere mentale non riguarda solo il movimento; entrano in gioco anche la comunità, l'orientamento e lo sviluppo personale. Sfruttando i benefici degli sport individuali e di squadra ed affrontando le barriere psicologiche che impediscono ai giovani di cercare supporto, possiamo creare un approccio più olistico alla salute mentale nell'atletica.

### 3. Pubblico di riferimento

Quando si parla di salute mentale nello sport, i partner del progetto YouMind suggeriscono di concentrarsi sui giovani, in particolare sui giovani nelle società sportive (all'interno o all'esterno dell'ambito scolastico) e sugli allenatori, i quali hanno un'influenza significativa sul benessere e sullo sviluppo dei giovani atleti.

Come afferma Rick Reilly, il famoso giornalista sportivo statunitense: "Non lasciate mai che nessuno vi dica che lo sport non conta. Non lasciate mai che vi dicano che è tutta una questione di vittorie, sconfitte e statistiche. Lo sport è molto più di tutto questo". Tale affermazione sottolinea l'idea che lo sport non sia solo una questione di risultati fisici, ma anche di promozione del benessere emotivo, sociale e mentale.

Le società sportive scolastiche sono più di semplici spazi di allenamento fisico; sono ambienti in cui i giovani atleti trascorrono molto tempo, creano legami sociali e sviluppano competenze di vita. La salute mentale di questi giovani può essere direttamente influenzata dalla cultura all'interno della società, dalle dinamiche tra compagni di squadra e dai comportamenti adottati dagli allenatori.

Gli allenatori, in particolare, svolgono un ruolo fondamentale non solo come preparatori atletici, ma anche come mentori, leader e modelli di riferimento. Il loro impatto sulla salute mentale è profondo perché plasmano il clima psicologico della squadra ed influenzano il modo in cui i giovani percepiscono le sfide, le battute d'arresto e i successi.

Lo stile di leadership di un allenatore può creare un ambiente positivo in cui i giovani si sentono supportati, oppure può creare pressione, ansia e paura del fallimento. Ad esempio, gli allenatori che enfatizzano l'intelligenza emotiva, incoraggiano una comunicazione aperta e dimostrano empatia possono aiutare i giovani a sviluppare fiducia in sé stessi, resilienza e strategie di adattamento per affrontare le sfide sia sportive che personali.

D'altra parte, un coach fortemente critico o poco collaborativo può contribuire a stress, burnout o persino a problemi di salute mentale come ansia o depressione. Inoltre, i coach sono spesso il primo punto di contatto per i giovani che affrontano problemi di salute mentale, il che significa che si trovano in una posizione privilegiata per osservare i primi segnali di disagio, come cambiamenti nel comportamento, nell'umore o nelle prestazioni.

Tuttavia, senza un'adeguata formazione sulla consapevolezza della salute mentale, molti coach potrebbero trascurare questi segnali, non sapere come reagire efficacemente o non essere consapevoli di avere questo compito e questa posizione. Di solito i coach sono lì per allenare, per far sì che i loro giovani diano il massimo e siano concentrati sui risultati. Ciò nonostante, dovrebbero essere più consapevoli dell'unicità della loro posizione.

Coinvolgere questo pubblico è quindi essenziale per promuovere un approccio olistico allo sviluppo degli atleti, che dia priorità alla salute mentale oltre che alla prestazione fisica. Rivolgendosi alle società sportive scolastiche e agli allenatori, questo documento mira a sensibilizzare sull'importante ruolo che svolgono nel plasmare il benessere mentale dei giovani e a fornire strategie e strumenti per aiutarli a creare un

ambiente sportivo più solidale, comprensivo e mentalmente sano  
In questo modo, gli allenatori possono diventare promotori della salute mentale, contribuendo a rompere lo stigma che spesso circonda questi problemi nello sport e garantendo che i giovani atleti siano attrezzati per gestire sia le esigenze fisiche che emotive della competizione. In definitiva, promuovere un ambiente mentalmente sano può non solo migliorare le prestazioni atletiche, ma anche promuovere la resilienza emotiva e il benessere a lungo termine, fondamentali sia per il successo che per la felicità generale dei giovani.



#### 4. Come parlare di salute mentale ai giovani?

- Innanzitutto, è importante essere un ascoltatore attivo. Assicurati di ascoltare più di quanto parli. Se stai ascoltando un amico, concentrati sul comprendere le sue preoccupazioni. Quando si tratta dei tuoi atleti, ricorda che loro si fidano di te, quindi dai loro lo spazio per esprimersi.
- Allo stesso tempo, normalizza la conversazione e adatta il tuo linguaggio alla persona con cui stai parlando. In generale, crea uno spazio sicuro, un luogo di condivisione, comprensione e supporto.
- Se necessario, e se non si riesce a raggiungere un'intuizione chiara, prova a parlare con i ragazzi della loro salute mentale mentre sono impegnati in un'attività. Sebbene sia utile avere momenti formali per queste discussioni, non è sempre necessario creare un contesto formale (come insistere sul contatto visivo) per ottenere spunti preziosi. Se le persone non si sentono come se fossero sotto esame, potrebbero voler condividere più apertamente.
- Rompere il ghiaccio può essere difficile da entrambe le parti. Tuttavia, esistono alcune strategie per facilitare la conversazione. Avere a disposizione alcune semplici domande, del tipo: "Com'è andata la tua giornata oggi?" o "Cosa ti ha fatto sentire orgoglioso di te stesso?", può rendere la conversazione più accessibile. Un'attività coinvolgente per rompere il ghiaccio è spesso molto efficace nel creare un'atmosfera rilassata e garantire che tutti i partecipanti partano da un piano di parità.
- Se iniziano ad aprirsi, è fondamentale che si sentano supportati. Un modo per farlo è offrire spiegazioni o ragioni concrete per i loro sentimenti o pensieri. Parte del loro processo di autoapprendimento consiste nel comprendere cosa potrebbe esserci dietro le loro emozioni.
- Infine, cerca di concludere ogni interazione con alcuni suggerimenti che potrebbero essere utili per la loro situazione specifica. Non deve essere un grande passo; a volte, piccoli suggerimenti possono fare una differenza significativa. Esempi di suggerimenti potrebbero essere: parlare con le persone care, esercizi di respirazione, scrivere un diario (della gratitudine) o modi per stimolare l'auto-osservazione e la riflessione.
- Sii tu stesso un modello di apertura. Condividi le tue emozioni o difficoltà (in modo appropriato) per dimostrare che è giusto parlare dei propri sentimenti. Vedere gli adulti vulnerabili potrebbe aiutare i giovani a ridurre lo stigma ed incoraggiare dunque la fiducia.
- Utilizzare strumenti o risorse adatti all'età. A seconda dell'età, degli interessi o dello stile comunicativo, strumenti come le cosiddette "emotion cards" (una sorta di carte delle emozioni), riquadri di domande anonime o spunti per la scrittura di un diario possono aiutare a facilitare il dialogo.
- Rassicurare i partecipanti che "va bene il non stare bene". Evitare di affrettarsi a trovare soluzioni. A volte, si ha solo bisogno di essere ascoltati, senza essere "riparati".
- Incoraggia il ricorso a un aiuto professionale se necessario. Se il giovane sembra avere difficoltà che vanno oltre quanto si possa fare in una conversazione di supporto, proponi con delicatezza l'idea di parlare con un consulente, uno

psicologo scolastico o una linea di assistenza telefonica e, se necessario, aiutalo ad affrontare questo processo.



## 5. Come rendere una sessione sportiva più vantaggiosa per la salute mentale?

- Promuovere un ambiente positivo creando un clima motivazionale (cosiddetto “mastery”) piuttosto che un clima di prestazione (concentrarsi sullo sforzo, sul miglioramento e sullo sviluppo personale invece che sulla vittoria, sulle migliori prestazioni, sulle lodi, oppure lasciare che giochino solo le “stelle”).
- Includere elementi di divertimento e gioia durante l’allenamento. La maggior parte delle competenze che si vogliono sviluppare nei bambini e nei giovani possono essere insegnate ed allenate in modo giocoso.
- Assicurati di utilizzare feedback costruttivi per favorire la motivazione, come ad esempio: " Ottimo... E puoi fare ancora meglio se..."; piuttosto che scoraggiare con frasi del tipo: "Ma cos’era quella roba? Che cavolo hai combinato?”.
- Un allenatore può adattare la sessione alla salute fisica e mentale dell’atleta, apportando le modifiche necessarie per garantire il benessere ed evitare il sovrallenamento, favorendo comunque i progressi. Proprio come prevenire gli infortuni legati all'affaticamento aiuta a proteggere gli atleti, preservare il loro benessere aiuta anche a prevenire il burnout tardivo.
- Insegnando ai giovani a concentrarsi sull’attività in corso piuttosto che sugli errori passati o sulle preoccupazioni future, si insegnano abilità di consapevolezza parallele che possono essere utili in altri ambiti della vita.
- Promuovere il lavoro di squadra ed incoraggiare il supporto tra pari includendo attività formative che richiedono collaborazione e lavoro di squadra. Inoltre, incoraggiare i giovani a sostenersi ed incoraggiarsi a vicenda. Si può anche sviluppare uno slogan di squadra.
- Crea attività formative in modo che i giovani possano celebrare i piccoli successi e migliorare la propria autoefficacia e fiducia in sé stessi. Crea compiti di diversa difficoltà e lascia che i giovani scelgano il livello più adatto a loro. In questo modo, puoi aiutare i giovani a stabilire obiettivi raggiungibili e, di conseguenza, a raggiungerli.
- Utilizzare le battute d’arresto come opportunità di apprendimento e normalizzare gli errori. Discutere di come le sfide e gli insuccessi possano portare a crescita e miglioramento. Incoraggiare la perseveranza e la capacità di risolvere i problemi, piuttosto che soffermarsi sugli errori.
- Creare un ambiente sicuro in cui i partecipanti possano esprimere i propri sentimenti, che siano o meno legati allo sport. Verificare regolarmente il benessere emotivo dei partecipanti.
- Sii un modello e dimostra un atteggiamento sano nei confronti della competizione, della cura di sé e della salute mentale. Potresti anche condividere esempi di come personalmente affronti lo stress o la pressione per ispirare i giovani.
- Stabilisci un momento di feedback alla fine della sessione per valutare le condizioni generali dell’atleta: come è andata la sessione? Come ti senti?

## 6. Consigli per gli allenatori su come essere più consapevoli della salute mentale dei giovani.

- Sii consapevole della tua propria salute mentale
  - Osserva una dieta equilibrata, adotta abitudini del sonno adeguate, la giusta attività fisica e crea una solida rete di supporto sociale.
- Competenza sulla salute mentale
  - Allenati a riconoscere i sintomi, facilitare la ricerca di aiuto ed indirizzare i giovani ad un professionista autorizzato che possieda le competenze e le qualifiche appropriate per fornire servizi di salute mentale.
  - Rifletti regolarmente sul tuo proprio comportamento, stile comunicativo e risposta emotiva. Chiediti: “Ho creato un ambiente sicuro oggi?” oppure “Come ho reagito di fronte a un giovane che mostrava disagio?”
  - Gli allenatori dovrebbero dare priorità ad un costante apprendimento frequentando sessioni, webinar, seminari o gruppi di studio. Ciò aiuterebbe a restare informati e migliorare il supporto sulla salute mentale dei giovani atleti.
  - Inizia a vedere la salute mentale come benessere psicologico complessivo, non solo come assenza di diagnosi.
- Riconosci la distinzione tra resilienza, persistenza e problemi di salute mentale non trattati.
- Rompere gli stigmi sulla salute mentale e normalizzare le conversazioni
  - Creare una cultura in cui discutere di salute mentale sia comune come descrivere gli infortuni fisici.
- Istruisci e informa
  - Presentazioni tenute da professionisti per incrementare la consapevolezza e promuovere la cura di sé.
  - Informare sui benefici di una terapia e ridurre l'esitazione nel cercare aiuto.
  - Gli allenatori potrebbero riconoscere ed incoraggiare il valore di attività fisiche apparentemente banali, come camminare, fare escursioni o una semplice gita in bicicletta, come potenti strumenti per migliorare la salute mentale.
- Promuovi un ambiente di supporto
  - Crea uno spazio aperto al dialogo.
  - Stabilisci aspettative; i giovani sono spinti a essere all'altezza delle aspettative dei loro allenatori; quindi, rendi una priorità il riconoscere ed affrontare i sentimenti
  - Feedback personalizzati e consapevolezza emotiva sono la chiave per promuovere la motivazione e la coesione di squadra.
  - Fornire feedback costruttivi ed usare la comunicazione per rafforzare lo sviluppo di un'immagine positiva del proprio io.
- Monitorare gli indicatori di salute mentale
  - Riconoscere sintomi come disturbi del sonno, mal di testa, cambiamenti alimentari, affaticamento, tremolio.
  - Prestare attenzione ai cambiamenti comportamentali: isolamento dai coetanei, uso di sostanze o calo delle prestazioni.

- Cercare gli indicatori cognitivi ed emotivi: scarsa concentrazione, confusione, dialogo interiore negativo, agitazione, mancanza di motivazione.
- Garantire la riservatezza
  - Rispettare la privacy ed il livello di comfort con il coinvolgimento dell'allenatore.
  - Gli allenatori dovrebbero riconoscere quando non sono adatti a gestire determinate situazioni e cercare un aiuto esterno se necessario. Qualora si sentissero sopraffatti, dovrebbero chiedere supporto con il consenso dell'atleta e della sua famiglia, garantendo la migliore assistenza per il benessere dell'atleta.
- Stabilire una cultura di squadra
  - La barriera che si crea quando si parla della ricerca di aiuto deriva dalla concezione che chiedere aiuto possa essere percepito come essere debole. Modella valori che normalizzino la ricerca di aiuto ed il supporto mentale.
- Strategie di prevenzione
  - Prevenzione primaria: sforzi per ridurre la nuova incidenza di malattie mentali sulla popolazione modificando gli ambienti esistenti e fornendo agli individui capacità di affrontare situazioni stressanti.
  - Intervento secondario: mira a ridurre la durata e la prevalenza delle malattie mentali attraverso la diagnosi precoce e un trattamento appropriato.
  - La prevenzione terziaria comporta sforzi per ridurre i difetti residui tra gli individui che hanno ricevuto una diagnosi di malattia mentale e si stanno riprendendo da essa.
  - Collaborare con altri – Non devi gestire tutto da solo. Crea collaborazioni con consulenti scolastici, psicologi o organizzazioni di salute mentale per consigli, segnalazioni o workshop co-progettati.

## 7. Conclusioni

La salute mentale negli sport giovanili è fondamentale quanto l'attività fisica stessa, eppure rimane un aspetto spesso trascurato sia dai giovani atleti che dai loro allenatori. Sebbene la pratica sportiva abbia il potenziale di migliorare il benessere psicologico, gli atteggiamenti e i comportamenti di allenatori e compagni influenzano significativamente questo impatto. Un ambiente psicologicamente sicuro e di supporto promuove l'autostima, la connessione sociale e la resilienza.

Gli allenatori, in quanto figure chiave nello sport giovanile, svolgono un ruolo fondamentale nel plasmare una cultura che dia priorità al benessere mentale. Attraverso conversazioni significative, l'identificazione precoce dei segnali di sofferenza e l'uso responsabile della loro influenza, gli allenatori possono contribuire allo sviluppo olistico dei giovani atleti. Inoltre, promuovere un ambiente in cui le discussioni sulla salute mentale siano normalizzate è essenziale, sia in un contesto sportivo agonistico che amatoriale.

Per supportare ulteriormente sia gli adolescenti che i loro allenatori in questo senso, iniziative come il [progetto YouMind, guidato da EUSA](#), forniscono preziose risorse, materiali e strategie per promuovere la salute mentale nell'ambiente sportivo, così come [il centro di conoscenza HOORAY, guidato da ENGSO Youth](#). È sempre possibile ottenere informazioni da psicologi e psicologi dello sport. È fondamentale che tutti i soggetti coinvolti nello sport giovanile si impegnino attivamente in questo dialogo. Integrando la cultura della salute mentale, le misure preventive e le pratiche di allenamento reattive, possiamo garantire che lo sport giovanile rimanga un'esperienza arricchente e di supporto per tutti.

Per sfruttare pienamente i benefici dello sport giovanile, occorre andare oltre il semplice riconoscimento della salute mentale ed intraprendere azioni consapevoli per proteggerla e nutrirla, promuovendo una cultura in cui il benessere mentale sia prioritario tanto quanto la prestazione fisica. Abbracciando l'istruzione, il dialogo aperto e il supporto professionale, possiamo creare un ambiente in cui i giovani atleti non solo prosperino nel loro sport, ma sviluppino anche la resilienza e la fiducia necessarie per la vita al di là del gioco.

Disclaimer e nota linguistica: le forme grammaticali utilizzate nel testo si applicano a tutti i generi.



# YOUMIND

YOUTH INDIVIDUAL SPORTS MINDSET



Co-funded by  
the European Union



Finanziato dall'Unione europea.

Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.