



CAMPAGNA DI SENSIBILIZZAZIONE E CONCORSO per la prevenzione dell'osteoporosi e i rischi della anoressia

-] **A chi è rivolto:** Scuole secondarie di II Grado del Piemonte
-] **Obiettivi:** informare i ragazzi sui rischi della carenza nutrizionale e dell'Anoressia. Prevenire i disturbi della alimentazione e i rischi ad essi correlati. Intercettare le situazioni a rischio
-] **Destinatari:** allievi, insegnanti, genitori
-] **Strumenti:** incontri, concorso, premi
-] **Durata:** a.s. 2019/2020

-] **Informazioni:**
 - Segreteria Rotary: psoa@rotarytorinosudest.it
 - Segreteria Concorso: scuole.osteoporosi@gmail.com, tel.011.0814031

 - www.prevenzioneanoressia.org
 - www.fondazione scuola.it
 - www.rotarytorinosudest.it

LA PREVENZIONE DELL'OSTEOPOROSI E I RISCHI DELL'ANORESSIA
CAMPAGNA DI SENSIBILIZZAZIONE E CONCORSO
PER LE SCUOLE SECONDARIE DI II GRADO DEL PIEMONTE



"OSTEOPOROSI: NON SOLO UN PROBLEMA PER VECCHI"

Anno scolastico 2019-2020

Parlare ai ragazzi del tessuto osseo e dell'Osteoporosi
per informarli sui rischi della carenza nutrizionale e dell'Anoressia.

Premessa. L'Anoressia colpisce il 2% delle adolescenti ed è in aumento come precocità e gravità. In Piemonte almeno il 20% delle ragazze delle Scuole superiori è in sottopeso e quando questo sia dovuto a restrizioni alimentari (come conseguenza della forte spinta all'ipersnellezza, *drive for thinness*, presente nel mondo occidentale) il rischio di Anoressia è aumentato di 8 volte. **Se non trattata tempestivamente** l'Anoressia comporta un elevato rischio di cronicizzazione, con pesanti conseguenze su qualità della vita e salute e una **mortalità di circa 10 volte superiore** rispetto a quella delle coetanee.

È essenziale attivare delle strategie di **prevenzione secondaria** (intercettare la malattia nelle fasi iniziali, per un tempestivo e assai più efficace intervento terapeutico) e di **prevenzione primaria** (ridurre il rischio di inizio della malattia). Molto importante è la **sensibilizzazione sui primi sintomi**, non solo di insegnanti e genitori, ma **anche dei ragazzi stessi** che devono essere informati delle conseguenze sfavorevoli del sottopeso e della restrizione alimentare.

Tuttavia, parlare di Anoressia nelle scuole è difficile e potenzialmente controproducente; tra l'altro aumenta il rischio che gli adolescenti incappino nei numerosi blog *pro-ana*. **Di qui l'iniziativa di affrontare il tema Anoressia in modo indiretto, parlando dei problemi per le ossa e di Osteoporosi.**

L'argomento interessa fortemente i ragazzi. La **sottonutrizione** inibisce i "fattori di crescita" (che stimolano la formazione ossea, soprattutto nell'adolescenza) e blocca la produzione di ormoni ovarici (che frenano il riassorbimento). Ne può derivare una inadeguata strutturazione o anche una perdita del tessuto osseo con **Osteoporosi** e aumento del rischio di fratture, già negli anni giovanili. L'Anoressia è particolarmente penalizzante per il tessuto osseo delle **adolescenti**. In qualche caso può essere **penalizzata la crescita staturale** e, in ogni caso, **si perdono gli anni più favorevoli per il rafforzamento delle ossa.**

Una opportuna SENSIBILIZZAZIONE sul problema e su come affrontarlo deriva dalla divulgazione di un VIDEO nelle Scuole e da INCONTRI DI APPROFONDIMENTO con le classi. L'argomento è di agevole presentazione ai ragazzi in quanto evita discussioni d'ordine psicologico sull'Anoressia difficili da gestire se non da pochissimi e quindi non proponibili su ampia scala.

È previsto inoltre un CONCORSO a premi per classi o gruppi di classi per un "saggio" sulla prevenzione dell'Osteoporosi e i rischi dell'Anoressia.

1. CAMPAGNA DI SENSIBILIZZAZIONE

1.1. VIDEO/lezione del Prof. Campagnoli, ginecologo-endocrinologo, consultabile al link <https://youtu.be/tvKSDD4pLbc> postato sui siti di:

- Associazione Prevenzione Anoressia Torino: www.prevenzioneanoressia.org Progetto Scuola
- Rotary: www.rotarytorinosudest.it
- Fondazione per la Scuola della Compagnia di San Paolo: www.fondazione scuola.it

Il VIDEO è suddiviso in tre parti: 1. il tessuto osseo e l'osteoporosi; 2. strutturazione dell'osso nell'adolescente e rischi legati al sottopeso; 3. come evitare sia il sottopeso sia il sovrappeso.



1.2. Disponibilità di medici del Rotary o dell'Associazione Pr.A.To. a tenere (gratuitamente) **INCONTRI DI APPROFONDIMENTO CON LE CLASSI:** prenotazioni

- **Segreteria**, e-mail: psoa@rotarytorinosudest.it
- scuole.osteoporosi@gmail.com, tel.011.0814031
- fax 011. 5574747 specificando Prof. Campagnoli.

1.3. Disponibilità del Prof. Rigardetto e della Prof.ssa Peloso (Neuropsichiatria Infanzia e Adolescenza dell'Università di Torino) o di altri specialisti dell'Associazione Pr.A.To. o del Rotary, a effettuare (gratuitamente) **INCONTRI CON INSEGNANTI E GENITORI** volti ad informare su come cogliere e affrontare i primi sintomi dell'Anoressia.

Prenotazioni tramite la **Segreteria** (vedi punto 1.2).

2. CONCORSO

Il **CONCORSO a premi** è per un "saggio" sul tema dell'Osteoporosi e della sua prevenzione e sui rischi dell'Anoressia, sotto forma d'**inchiesta** (ad es. sulla "prevalenza" del sottopeso o sovrappeso tra i ragazzi della scuola, etc.) o **revisione scientifica** da esporre in esteso e da riassumere in un breve articolo, oppure **video** o **serie di diapositive**, da presentare per e-mail alla **Segreteria** entro il 15 aprile 2020.

Premiazione e divulgazione dei "saggi" migliori nel corso di un evento a inizio giugno 2020:

- **1° premio 1.000 euro**
- **2° premio 750 euro**
- **3° premio 500 euro**
- **4° premio 250 euro**
- **5° premio 200 euro**
- **successivi cinque, 100 euro.**

Inoltre, per stimolare l'impegno delle prime 5 classi a trasmettere le nozioni ai compagni più giovani nel corso dell'anno successivo ("**peer education**"), è previsto un **premio supplementare** di 300 euro su presentazione di un dettagliato progetto entro fine novembre 2020.

Le Classi che intendono impegnarsi nel **CONCORSO** potranno approfondire l'argomento tramite:

1. **l'invio di documentazione**, da richiedere alla **Segreteria**;
2. **incontri (gratuiti) di consulenza** con medici del Rotary o dell'Associazione Pr.A.To., da prenotare presso la **Segreteria** (vedi punto 1.2).

Saranno impegnati nel Programma i seguenti **Rotary Club** del Distretto 2031 e del Distretto 2032*:

RC Torino Sud Est (capofila); RC Asti*; RC Casale Monferrato*; RC Ciriè Valli di Lanzo;
RC Cuneo Alpi del Mare*; RC Nizza Canelli*; RC Saluzzo*; RC Susa e Valsusa; RC Torino; RC Torino 150;
RC Torino 45°parallelo; RC Torino Crocetta; RC Torino Nord; RC Torino Nord Ovest; RC Torino Stupinigi;
RC Torino Sud e Sud Ovest; RC Torino Superga; RC Val Ticino di Novara; RC Vercelli; RC Viverone Lago.