



Assemblea del 7 Maggio 2019

Comunicazioni del Presidente

Cari Soci,

vi porto innanzitutto i saluti della Presidente Christillin. Mi è gradita l'occasione per rinnovare i sentimenti di affettuosa riconoscenza per quanto da lei fatto a favore della Pr.A.To. a partire dalla sua istituzione, e ancora adesso, ad esempio tramite i preziosi suggerimenti ed il sostegno nella preparazione del progetto "Pr.A.To. Sport" di cui vi parlerò tra poco.

Come ben noto, l'**Anoressia** colpisce soprattutto le adolescenti ed è in aumento come precocità e gravità. Secondo i dati del Ministero della Salute, tra le ragazze di 18-24 anni ne sono affette 2 su 100 (40.000 in Italia; 2.600 in Piemonte) mentre altre 4,5 su 100 (90.000 in Italia e poco meno di 6.000 in Piemonte) presentano Bulimia, un DCA che spesso si alterna con l'Anoressia.

In Piemonte almeno il 20% delle ragazze 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 almeno 10 volte superiore** rispetto a quella delle coetanee. È un vero dramma, per le ragazze, i loro familiari, e anche – essendo tra le più intelligenti, colte e sensibili – per la società (per non parlare dei costi delle cure). È essenziale perseguire 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). È quanto è stato fatto dalla nostra Associazione, anche nell'anno trascorso, con particolare riguardo agli ambiti scolastico e sportivo. Infatti, se è importante la **sensibilizzazione sui primi sintomi** di medici, insegnanti, genitori, **anche i ragazzi** devono essere informati delle conseguenze sfavorevoli del sottopeso e della restrizione alimentare. Tuttavia, come ricorderete, parlare di Anoressia nelle scuole (conferenze, dibattiti, testimonianze, etc.) è difficile e potenzialmente controproducente; tra l'altro potrebbe aumentare il rischio che gli adolescenti si avvicinino pericolosamente all'argomento tramite i *blog pro-ana* o i *social*. *Di qui l'iniziativa, avviata dall'Associazione Pr.A.To. sin dal 2012, di affrontare il tema Anoressia in modo indiretto, parlando dei problemi per le ossa e di Osteoporosi, una delle prime e*

Associazione Pr.A.To. – Prevenzione Anoressia Torino

Presidente onorario Evelina Christillin; **Presidente** Carlo Campagnoli; **Vice presidenti** Anna Peloso e Roberto Rigardetto; **Comitato scientifico: Presidente onorario** GianGiacomo Rovera, **Responsabili** Secondo Fassino e Benedetto Vitiello; **Segretario generale:** M.Simona Sacco; **Tesoriere:** Anna Rosa Opezzo; **Consiglieri:** Paolo Emilio Ferreri, Maria Gioia, Laura Lesca, Wanda Pandoli, Clementina Peris, M.Cristina Zandano, Paola Zunino.

Segreteria: c/o Centro Amenorree, Ospedale Sant'Anna, c.so Spezia 60, 10126 Torino

e-mail: prevenzioneanoressia.to@gmail.com

più frequenti conseguenze della carenza nutrizionale. L'argomento interessa e coinvolge i ragazzi per un aumento del rischio di fratture già in anni giovanili. In qualche caso può essere penalizzata la crescita staturale e, in ogni caso, si perdono gli anni più favorevoli per il rafforzamento delle ossa.

Il Programma Scuole Osteoporosi Anoressia (PSOA), nella sua peculiarità, è perfettamente coerente con quanto concluso nell'ampio documento su "Attività fisico-sportiva e disturbi della nutrizione e alimentazione", *Quaderno del Ministero della Salute*, settembre 2017: ***"I programmi di promozione ed educazione alla salute, proposti in ambito scolastico, e non solo fin da quando si è piccoli, sono il metodo migliore per prevenire i disturbi dell'alimentazione e i disordini alimentari negli atleti e nella popolazione generale, programmi incentrati sull'empowerment e le life skills individuali, rivolti ad aumentare le capacità e competenze personali di responsabilizzazione rispetto al proprio benessere"***.

Nel giugno 2018 vi è stato l'evento conclusivo della "Campagna di sensibilizzazione e Concorso sulla prevenzione dell'Osteoporosi e i rischi dell'Anoressia" attuata nelle Scuole superiori piemontesi nell'anno scolastico 2017-18 avendo come importante partner il Rotary Distretto 2031, con il sostegno e/o la collaborazione diretta di 31 Rotary Club, e sempre con il sostegno dell'USR Piemonte, della Fondazione per la Scuola e della Fondazione Osteoporosi, e il contributo della Compagnia di San Paolo.

Alla Campagna hanno aderito 30 Istituti scolastici; vi sono stati 34 interventi nelle Scuole da parte di specialisti del Rotary o della Pr.A.To. per incontri che hanno coinvolto, nell'insieme, perlomeno 1300 ragazzi (altri 350 sono stati raggiunti tramite attività di "peer education" da parte di tre delle Classi vincitrici del Concorso).

Undici istituti hanno partecipato al Concorso, approfondendo il tema nelle sue varie articolazioni (osteoporosi/anoressia). Il 1° premio è stato attribuito alla 4A, 5A e 5B dell'Istituto Alberti Porro di Pinerolo che hanno preparato e sottoposto un corposo questionario che ha indicato, tra l'altro, forte tendenza al sottopeso delle ragazze: il 40% delle normopeso ritiene di essere in sovrappeso e la totalità delle sottopeso ritiene di essere normopeso.

Per l'anno scolastico 2018-19 il Programma è stato ancora condotto insieme al Rotary Distretto 2031 e con il contributo della Compagnia di San Paolo. Premiazione e divulgazione dei "saggi" migliori nel corso di un evento che si terrà la mattina di giovedì 30 maggio 2019 presso l'aula magna del Liceo Classico Gioberti: -1° premio 1500 euro; -2° 1250 euro; -3° 1000 euro; -4° 750 euro; -5° 500 euro; successivi cinque, 100 euro ciascuno. Inoltre, al fine di stimolare le classi vincitrici a trasmettere le nozioni ai compagni più giovani nell'anno successivo ("peer education"), è previsto, come per gli anni precedenti, un supplemento di 300 euro su presentazione di un dettagliato progetto entro fine novembre 2019.

Per il 2019-20 molti Rotary Club hanno già riconfermato la loro adesione al Programma.

Associazione Pr.A.To. – Prevenzione Anoressia Torino

Presidente onorario Evelina Christillin; **Presidente** Carlo Campagnoli; **Vice presidenti** Anna Peloso e Roberto Rigardetto; **Comitato scientifico: Presidente onorario** GianGiacomo Rovera, **Responsabili** Secondo Fassino e Benedetto Vitiello; **Segretario generale:** M.Simona Sacco; **Tesoriere:** Anna Rosa Opezzo; **Consiglieri:** Paolo Emilio Ferreri, Maria Gioia, Laura Lesca, Wanda Pandoli, Clementina Peris, M.Cristina Zandano, Paola Zunino.

Segreteria: c/o Centro Amenorree, Ospedale Sant'Anna, c.so Spezia 60, 10126 Torino

e-mail: prevenzioneanoressia.to@gmail.com

Nell'ambito delle discussioni con i ragazzi particolare interesse riscuote la "Triade delle atlete" (carezza nutrizionale, amenorrea, osteoporosi), riguardante soprattutto le discipline sportive che predispongono alla magrezza (corsa su media-lunga distanza; ginnastica; danza), non a caso quelle che comportano un aumento di 2-4 volte del rischio di Anoressia. Nella Triade vi è aumentato rischio di fratture da stress. Infatti, anche se è ben vero che lo sforzo fisico rafforza il tessuto osseo, ciò non si verifica in caso di carezza nutrizionale.

Il tema è stato oggetto di un Convegno tenutosi l'11 maggio 2018 nell'aula magna delle Molinette, su "Le conseguenze della Carezza Energetica negli Sport: ossa, cuore, "performance" e altro". Il Convegno è stato organizzato, in collaborazione con la Pr.A.To., dalla Commissione Regionale Pari Opportunità di concerto con gli Assessorati allo Sport e alle Pari Opportunità della Regione Piemonte. Sono intervenuti gli Assessori allo Sport, alle Pari opportunità e alla Sanità della Regione Piemonte, esponenti della Commissione Regionale Pari Opportunità e del mondo sportivo piemontese (CONI, CUS, UISP). Vi sono state relazioni del sottoscritto, della prof.ssa Peloso e un intervento in Tavola Rotonda della d.ssa Zuccolin che aveva curato l'importante studio sulle Scuole di Danza per conto del prof. Fassino e della Pr.A.To.

Il Convegno era rivolto a una platea diversificata di medici, la cui partecipazione è stata molto buona, e di esponenti del mondo dello sport e della danza (allenatori, nutrizionisti, responsabili a vari livelli di istituzioni, associazioni, gruppi, società, scuole), la cui partecipazione invece è stata alquanto carente.

Per questo, abbiamo impostato la "**Campagna di sensibilizzazione sui rischi della carezza nutrizionale e energetica nello sport**", di concerto con il Comitato Regionale Piemonte del CONI, la Struttura Universitaria di Igiene e Scienze Motorie e l'Assessorato allo Sport della Città di Torino, con il Patrocinio della Commissione Regionale Pari Opportunità, della Consulta Femminile della Regione Piemonte, dell'Ordine dei Farmacisti, dell'Ordine dei Medici e della Città di Torino, con il contributo del Rotary Distretto 2031 e della Clinica Fornaca di Torino e il sostegno di Federfarma.

Razionale e obiettivi della Campagna: Come ben noto, le attività sportive sono, in linea di massima, estremamente favorevoli per il benessere e la salute. Tuttavia, quando si svolgono in condizioni di carezza nutrizionale assoluta o relativa, con deficit energetico, possono aversi conseguenze sfavorevoli a livello di vari organi ed apparati, con ricadute anche sulla "performance". Il problema riguarda soprattutto le ragazze, ma può interessare per alcuni aspetti anche sportivi di sesso maschile. Nelle ragazze la prima manifestazione di carezza energetica è l'amenorrea. Altre conseguenze vi possono essere a livello cardiovascolare (alterazione del ritmo cardiaco e della pressione arteriosa; disfunzione endoteliale) e a livello delle ossa, queste ultime di particolare rilievo nelle adolescenti. Buona parte dei farmaci che ridanno le mestruazioni (molte "pillole" contraccettive compresse), sul tessuto osseo. È indispensabile, sia per le ossa sia per contrastare le potenziali conseguenze cardiovascolari e ridurre il rischio di Anoressia un sollecito recupero del peso che porti alla ripresa dei flussi mestruali spontanei. *Nonostante che questi rischi,*

Associazione Pr.A.To. – Prevenzione Anoressia Torino

Presidente onorario Evelina Christillin; **Presidente** Carlo Campagnoli; **Vice presidenti** Anna Peloso e Roberto Rigardetto; **Comitato scientifico: Presidente onorario** GianGiacomo Rovera, **Responsabili** Secondo Fassino e Benedetto Vitiello; **Segretario generale:** M.Simona Sacco; **Tesoriere:** Anna Rosa Opezzo; **Consiglieri:** Paolo Emilio Ferreri, Maria Gioia, Laura Lesca, Wanda Pandoli, Clementina Peris, M.Cristina Zandano, Paola Zunino.

Segreteria: c/o Centro Amenorree, Ospedale Sant'Anna, c.so Spezia 60, 10126 Torino

e-mail: prevenzioneanoressia.to@gmail.com

e l'assoluta necessità di provvedimenti tempestivi, siano documentati da molte decine di studi scientifici, l'argomento è poco noto anche tra i medici e quasi ignorato tra gli "addetti ai lavori" negli ambiti dello sport sia agonistico che amatoriale. È opportuna e urgente una sensibilizzazione di medici, allenatori, insegnanti, genitori, e anche degli sportivi stessi.

La **Campagna di sensibilizzazione** si articolerà in due fasi: - preparazione di un documento scientifico di tipo divulgativo da rendere disponibile on-line; - preparazione e ampia distribuzione di un pieghevole informativo sui segni di allarme e sugli opportuni provvedimenti nei confronti della carenza energetica. Sono previsti inoltre due Convegni: uno per i medici, a cura della Commissione "Solidarietà: dall'equità nell'accesso alle cure alla collaborazione con il terzo settore" dell'OMCeO Torino, e uno rivolto ai responsabili di gruppi sportivi (istruttori, consulenti medici, dietologi, ecc.).

Premettendo l'ovvia sottolineatura dell'importanza dell'attività fisica come fonte di benessere e di salute, il **documento scientifico** evidenzierà la mole di dati che attestano come una carenza nutrizionale assoluta o relativa possa ribaltare i benefici in rischi, anche seri, per molti organi e apparati. Il documento si baserà sulle relazioni tenute al Convegno dell'11 maggio 2018 e verrà reso disponibile sui siti della Regione, dell'Associazione Pr.A.To. e delle Associazioni sportive e professionali (Medici, Farmacisti) che sostengono la Campagna.

Il **pieghevole** darà informazioni in modo riassuntivo sui problemi che possono derivare dallo svolgere attività sportiva in situazioni di carenza nutrizionale, sottolineando soprattutto i **segni di allarme** (nelle ragazze la scomparsa delle mestruazioni e, più in generale, i disturbi cardiovascolari quali le bradi-aritmie e l'ipotensione, potenzialmente pericolosi anche per la vita) e gli **opportuni provvedimenti** d'ordine nutrizionistico e, se del caso, sanitari. Rimanderà, per approfondimenti, al documento scientifico on-line. Segnerà i due Convegni, quello per i medici e quello per gli operatori sportivi. Verrà diffuso ampiamente in cartaceo (almeno 100.000 copie) tramite le Farmacie, gli Ordini professionali, le Associazioni e organizzazioni sportive e nel contesto di manifestazioni sportive anche amatoriali (maratone, etc) grazie al sostegno dell'Assessorato allo Sport della Città di Torino. Verrà inoltre diffuso on-line e tramite i social.

Il programma ha comportato un notevole impegno organizzativo per il quale ringrazio vivamente l'avv. Sacco, nostro Segretario Generale, e la d.ssa Opezzo, nostro Tesoriere. Grazie anche all'avv. Ferreri per i puntuali suggerimenti, alla prof.ssa Peloso e ai prof. Fassino e Rigardetto, e a tutti voi per quanto avete fatto o farete.

Buon lavoro



Il Presidente
Carlo Campagnoli

Associazione Pr.A.To. – Prevenzione Anoressia Torino

Presidente onorario Evelina Christillin; **Presidente** Carlo Campagnoli; **Vice presidenti** Anna Peloso e Roberto Rigardetto; **Comitato scientifico: Presidente onorario** GianGiacomo Rovera, **Responsabili** Secondo Fassino e Benedetto Vitiello; **Segretario generale:** M.Simona Sacco; **Tesoriere:** Anna Rosa Opezzo; **Consiglieri:** Paolo Emilio Ferreri, Maria Gioia, Laura Lesca, Wanda Pandoli, Clementina Peris, M.Cristina Zandano, Paola Zunino.

Segreteria: c/o Centro Amenorree, Ospedale Sant'Anna, c.so Spezia 60, 10126 Torino

e-mail: prevenzioneanoressia.to@gmail.com

Associazione Pr.A.To. – Prevenzione Anoressia Torino

Presidente onorario Evelina Christillin; **Presidente** Carlo Campagnoli; **Vice presidenti** Anna Peloso e Roberto Rigardetto; **Comitato scientifico: Presidente onorario** GianGiacomo Rovera, **Responsabili** Secondo Fassino e Benedetto Vitiello; **Segretario generale:** M.Simona Sacco; **Tesoriere:** Anna Rosa Opezzo; **Consiglieri:** Paolo Emilio Ferreri, Maria Gioia, Laura Lesca, Wanda Pandoli, Clementina Peris, M.Cristina Zandano, Paola Zunino.
Segreteria: c/o Centro Amenorree, Ospedale Sant'Anna, c.so Spezia 60, 10126 Torino
e-mail: prevenzioneanoressia.to@gmail.com