

Progetto Scuola Osteoporosi Anoressia



ALIMENTAZIONE E MALATTIA

**CONOSCENZA, CONSAPEVOLEZZA
E GRADO DI AUTONOMIA
NELLE SCELTE DELLO STILE DI VITA
IN UN GRUPPO DI STUDENTI**

**Classi 4A, 5A e 5B
Istituto Alberti-Porro – Pinerolo
Indirizzo socio sanitario**

Il nostro questionario



CI SIAMO PROPOSTI DI INDAGARE:

- **I DATI PERSONALI** (età, sesso, peso, altezza...)
- **L'AUTOVALUTAZIONE DEL PESO**
- **LE FONTI INFORMATIVE RICERCATE IN TEMA DI "DIETA"**
- **LE ABITUDINI E L'AUTONOMIA NELLE SCELTE ALIMENTARI**
- **LA CONOSCENZA IN AMBITO DI ALIMENTI E NUTRIZIONE**
- **LA CONOSCENZA IN AMBITO DI ANORESSIA E OSTEOPOROSI**

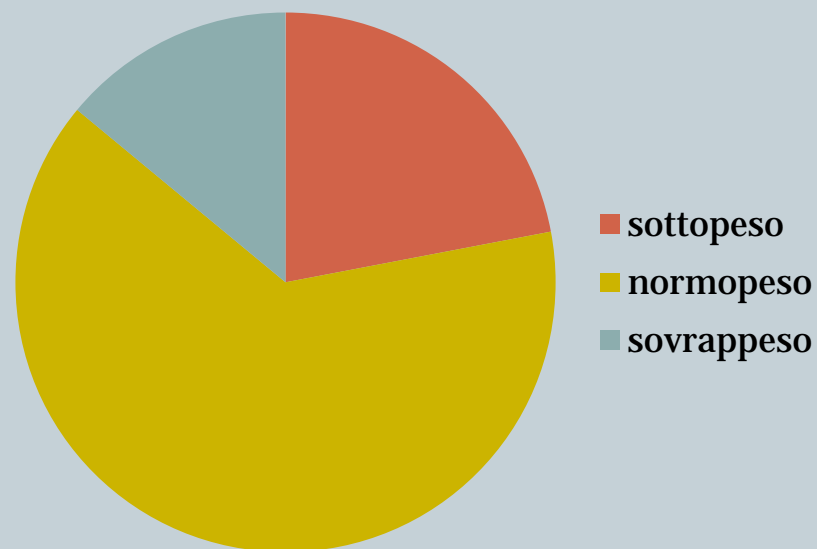
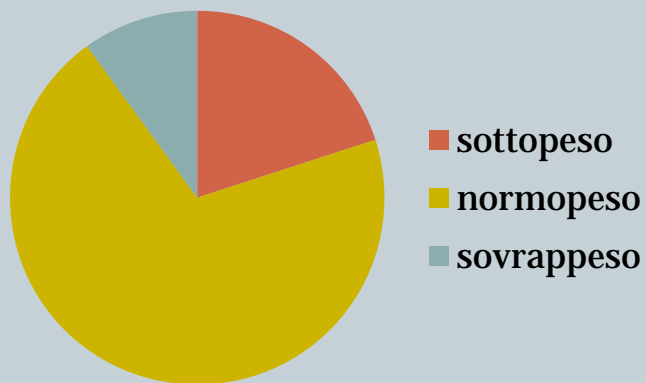
La nostra casistica



Abbiamo sottoposto il questionario in classe ai nostri compagni di 4A, 5A e 5B, elaborando in tutto **65 questionari**, compilati in **60 minuti** da studenti di età 17 – 21 anni

femmine n.55 (85%)

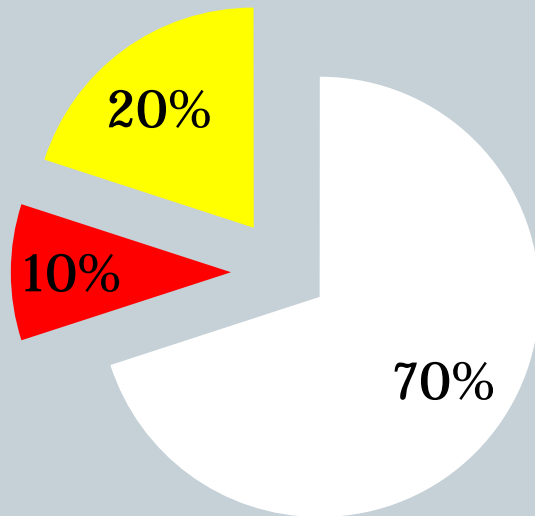
maschi n.10 (15%)



Autovalutazione del peso

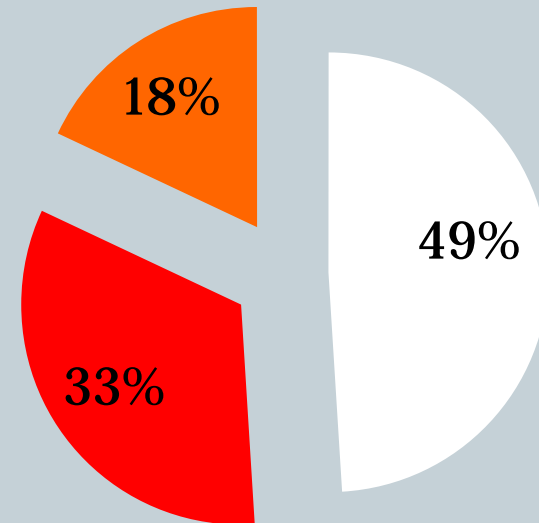


Maschi n.10



- giusto
- falsamente eccessivo
- falsamente in difetto

Femmine n.55



- giusto
- falsamente eccessivo (giusto)
- falsamente giusto (sottopeso)

Informazione e intenzioni dietetiche



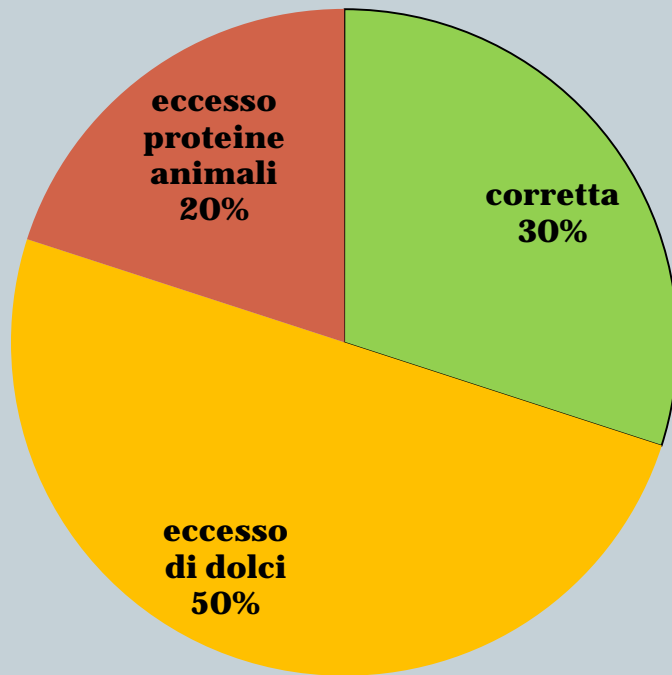
FONTE CONSULTATA	MASCHI (%)	FEMMINE (%)
WEB	30	56
TV	20	9
LIBRI/ RIVISTE		5
AMICI/PARENTI	40	67
MEDICI	20	16
ALTRO	20	

PERCHE' CAMBIARE ALIMENTAZIONE	MASCHI (%)	FEMMINE (%)
PERDERE PESO	10	38
AUMENTARE MASSA MUSCOLARE	70	7
STAR MEGLIO CON SE STESSI	20	22
STAR MEGLIO CON GLI ALTRI	10	4

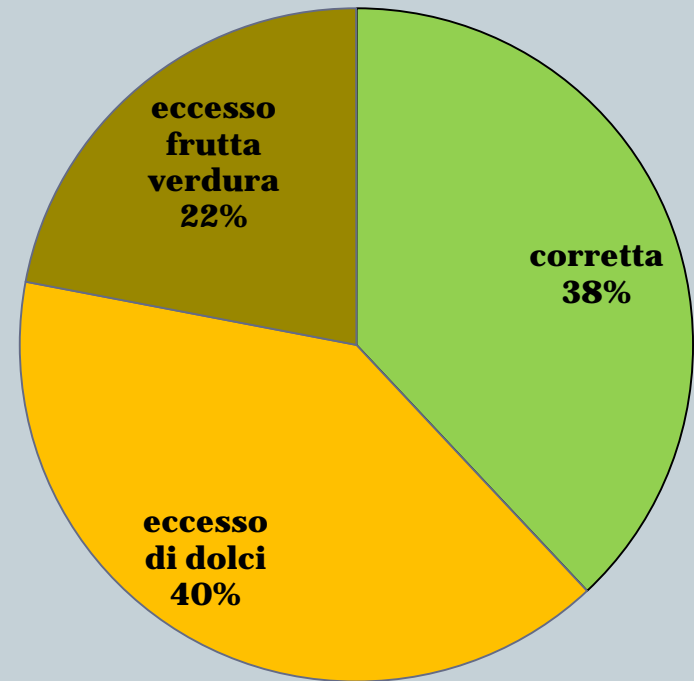
Abitudini alimentari



piramide alimentare maschi



piramide alimentare femmine



Abitudini alimentari



domanda	maschi	femmine
PUOI SCEGLIERE CHE COSA MANGIARE?	60% SI	67% SI
QUANTE VOLTE TI CAPITA DI MANGIARE DA SOLO/A?	40% >5/sett 50% 1-5/sett	24% >5/sett 51% 1-5/sett
CONOSCENZA DEI CIBI CONTENENTI ZUCCHERI	30%NO 50% parziale	29%NO 60% parziale
CONOSCENZA DI CIBI CONTENENTI CARBOIDRATI	50%NO 30% parziale	42%NO 45% parziale
PASTI ELUSI	10% colazione 10% pranzo	35% colazione 2% cena
COLAZIONE	20% salta 30% rapida e incompleta	33% salta 14% rapida e incompleta

Conoscenza di osteoporosi e anoressia



- **QUALI SITUAZIONI SONO PEGGIORATE DAL SOTTOPESO?**

- *R: Tutte (osteoporosi, DCA, chirurgia, chemioterapia, ipotensione)*

Femmine: giusto 46% ; sufficiente 47%

- **CHE COSA E' L'OSTEOPOROSI?**

- *R: Una carenza di tessuto osseo*

Femmine: giusto 44%

- **CHI SOFFRE DI OSTEOPOROSI?**

- *R: Può verificarsi anche a 20 anni*

Femmine: giusto 62%

- **“CASO CLINICO” DI SOTTOPESO/AMENORREA A 20 ANNI**

- *R: Con le giuste cure, è possibile recuperare la salute dell'osso*

Femmine: giusto 84%

Conclusioni



Il questionario che abbiamo compilato per aderire allo PSOA è sicuramente utile per la raccolta di dati epidemiologici.

Nel nostro questionario abbiamo aggiunto delle domande più personali, al fine di indagare la **consapevolezza degli studenti in merito a ciò che è giusto per la propria salute e alla possibilità di **influire in prima persona** sulle scelte dello stile di vita.**

Pensiamo inoltre che questo possa essere utile per **sensibilizzare il compilatore sull'argomento e magari invogliarlo a informarsi meglio, laddove si sia accorto di non essere coerente.**

Ci proponiamo di:

- **Rendere il questionario più semplice e mirato**
- **Ampliare la casistica maschile**
- **Proporlo a compagni più giovani ai fini della prevenzione (14 – 16 anni)**