

Care Amiche e cari Amici,

da più di dieci anni l'Associazione Pr.A.To. parla ai ragazzi del tessuto osseo e dell'Osteoporosi per informarli sui rischi della carenza nutrizionale e dell'Anoressia. La carenza nutrizionale negli adolescenti impedisce la buona strutturazione ossea; ciò non solo predispone all'Osteoporosi nell'età avanzata, ma può anche provocarla, con aumento del rischio di fratture, già in età giovanile. L'informazione su questi rischi mira a contrastare la forte spinta all'eccessiva magrezza che, pur non essendone la causa, è un fattore favorente l'Anoressia (come evidenziato dall'aumento di 2-4 volte nelle giovani donne che, per attività professionali o sportive, vi sono più esposte); il problema, già in progressivo aumento come precocità e serietà, si è aggravato a partire dal 2020 in relazione alle ricadute sfavorevoli della pandemia. La nostra iniziativa ha, negli anni, ottenuto consenso negli ambiti della Scuola e dello Sport e sostegno da parte dei Rotary piemontesi. Per proseguire questa opera è necessario ampliare la nostra "base" ed è per questo che **vi chiedo di aderire all'Associazione Pr.A.To.**

Il presidente Carlo Campagnoli

PS: ulteriori dettagli si possono trovare nell'*allegato* o, eventualmente, su [www.prevenzioneanoressia.org](http://www.prevenzioneanoressia.org).

## MODULO D'ADESIONE

### Al Presidente dell'Associazione PR.A.TO. "Prevenzione Anoressia Torino"

La/il sottoscritta/o.....

Residente in .....

via/corso/piazza.....n.....C.A.P.....

tel.....fax.....e-mail.....,

Codice Fiscale .....

**condividendo le finalità dell'Associazione Pr.A.To., chiede di aderire in qualità di Socio Ordinario.**

**Dichiara di avere versato la quota associativa annuale di 50 euro tramite bonifico bancario sul conto corrente, iban IT86 U030 6909 6061 0000 0116 051 presso IntesaSanpaolo, intestato all'Associazione.**

Luogo e data.....Firma.....

Il/la sottoscritto/a consente il trattamento da parte dell'Associazione dei propri dati personali.

Luogo e data.....Firma.....

Questo modulo deve essere cortesemente inoltrato per posta elettronica al Tesoriere dott. Enzo Gabbai all'indirizzo [tesoriere.assprato@gmail.com](mailto:tesoriere.assprato@gmail.com)

## Associazione Pr.A.To. – Prevenzione Anoressia Torino

L'essere snelli è sempre più considerato un fatto positivo, espressione di bellezza, efficienza, accettazione sociale, buona salute; tuttavia, a riguardo di quest'ultima, mentre è opportuno contrastare il sovrappeso, occorre evitare, soprattutto nell'adolescenza, il forte sottopeso. Invece proprio gli adolescenti sono sottoposti a una crescente spinta all'eccessiva magrezza.

In Italia, come in altre nazioni europee, le ragazze tra gli 11 e i 15 anni con “comportamenti volti alla riduzione del peso” (in genere restrizione alimentare e/o eccessiva attività fisica) sono passate da 1 su 5 nel 2002 a 1 su 4 nel 2018; l'accentuazione si è verificata a partire dal 2014, probabilmente per la diffusione dell'accesso ai *social media* che, con varie modalità (i cosiddetti video pro-Ana, o quelli che pretenderebbero essere anti-pro-Ana ma potenzialmente controproducenti, e soprattutto l'esibizione di immagini di “celebrità” magrissime o la comparazione tra le utenti) possono determinare insoddisfazione per il proprio fisico e spinta alla magrezza e ai disordini del comportamento alimentare.

Prima della pandemia, tra le ragazze della fascia d'età 18-24 almeno 2 su 100 erano affette da Anoressia. Nel 2017-18 in Piemonte il 25% delle studentesse delle Superiori era in sottopeso (di queste 3 su 5 ritenevano di essere normopeso mentre più di 1 su 3 delle ragazze in normopeso riteneva di essere grassa); quando il sottopeso sia dovuto a restrizione alimentare il rischio di Anoressia è significativamente aumentato. La pandemia – con le ricadute sfavorevoli che hanno riguardato soprattutto i giovani – ha determinato un aggravamento della situazione per l'Anoressia, in parte a causa del più frequente accesso ai *social media*. Già nel 2021 è stato evidenziato un abbassamento dell'età di esordio ai 13-16 anni, con aumento del 30% sia dell'incidenza sia del rischio di ricadute. Il dato è stato confermato nel maggio 2022 dal documento “Pandemia e salute mentale di bambini e ragazzi”, prodotto dall'Autorità Garante per l'Infanzia e l'Adolescenza e dall'Istituto Superiore di Sanità, che ha anche evidenziato un aumento del 100% dell'accesso alle strutture specialistiche. Il problema continua ad interessare soprattutto le ragazze, anche se la quota di adolescenti maschi affetti da forme gravi è in aumento.

Se non trattata tempestivamente l'Anoressia comporta un elevato rischio di cronicizzazione, con pesanti conseguenze su qualità della vita e salute e una mortalità 5-10 volte superiore rispetto a quella dei coetanei. È sempre più importante e urgente seguire strategie di prevenzione, secondaria (intercettare la malattia nelle fasi iniziali, per un tempestivo e assai più efficace intervento terapeutico) e primaria (ridurre il rischio di inizio della malattia).

Fondamentale è la sensibilizzazione sui primi sintomi (forte perdita di peso, alterazioni cardio-circolatorie, amenorrea) anche dei ragazzi stessi che devono essere informati delle conseguenze sfavorevoli del sottopeso e della restrizione alimentare. Tuttavia, parlare di Anoressia nelle Scuole (conferenze, dibattiti, testimonianze, etc.) è difficile e potenzialmente controproducente.



Di qui l'iniziativa, avviata nel 2012 dalla nostra Associazione e dalla Fondazione per l'Osteoporosi, di affrontare il tema Anoressia in modo indiretto, parlando dei problemi per le ossa e di Osteoporosi - una delle principali conseguenze organiche della carenza nutrizionale negli adolescenti - nelle Scuole Secondarie di II grado, successivamente strutturata con "Osteoporosi non solo un problema per vecchi; *Campagna* di sensibilizzazione e *Concorso* sulla prevenzione dell'Osteoporosi e i rischi dell'Anoressia". Vi sono stati, sin dalla prima edizione del 2014-15, il sostegno dell'Ufficio Scolastico Regionale, che ha inviato i bandi agli Istituti scolastici con una Nota di accompagnamento e presentazione, e il generoso contributo del RC Torino Sud-Est.

A partire dall'anno scolastico 2016-2017 la *Campagna/Concorso* è stata condotta con il sostegno e/o la collaborazione diretta di medici dei Rotary Club piemontesi e del Distretto 2031, che l'ha inserita tra i Programmi distrettuali (Programma Scuole Osteoporosi Anoressia, PSOA). Negli a. s. 2017-18 e 2018-19 gli interventi nelle Scuole hanno coinvolto, nell'insieme, perlomeno 3000 ragazzi (altri 700 sono stati informati tramite attività di *peer education* da parte delle classi vincitrici del *Concorso*). All'inizio del 2020 erano prenotati incontri con almeno 30 classi ma la pandemia ha bloccato il progetto di interventi diretti nelle Scuole.

In alternativa, nell'a.s. 2020-21 è stata comunicata alle Scuole, con la consueta cortese Nota dell'USR, la possibilità di avere materiale didattico (compreso quello dell'ambito sportivo, di grande interesse per i ragazzi), direttamente dal sito dell'Associazione Pr.A.To. o richiedendone di aggiuntivo. Nell'a.s. 2021-22 sono ripresi, su richiesta dei Docenti, incontri con gruppi di classi quarte (Licei Spinelli e Cattaneo di Torino; Istituti superiori di Asti). Inoltre è stata inviata alle Scuole, grazie all'USR, una Comunicazione contenente schematiche informazioni sulle conseguenze della carenza nutrizionale in ambito sportivo e non solo, sia nelle ragazze sia nei maschi, sui sintomi cui prestare attenzione e sui provvedimenti da prendere soprattutto nelle situazioni di rischio. Per l'a.s. 2022-23 la Fondazione per l'Osteoporosi, in collaborazione con la nostra Associazione Pr.A.To. e il sostegno dell'USR, ha proposto un Concorso Nazionale a premi per le Scuole Secondarie di II grado, intestato al Cav. Lav. Claudia Matta, a lungo Presidente della Fondazione, dal titolo "Effetti della carenza nutrizionale sulle ossa negli adolescenti. Osteoporosi, non solo un problema per vecchi". Il Concorso è stato riproposto per l'a.s. 2023-2024.

L'obiettivo è diffondere tra i ragazzi, insieme alla conoscenza del problema dell'Osteoporosi, una cultura di maggior attenzione e responsabilizzazione nei confronti delle esigenze del proprio organismo, nel tentativo di controbilanciare, a riguardo della salute, la forte spinta "culturale" all'eccessiva magrezza che è spesso un fattore favorente il dramma dell'Anoressia.

Il Presidente Carlo Campagnoli

#### **Associazione Pr.A.To. – Prevenzione Anoressia Torino**

**Presidente onorario** Evelina Christillin; **Presidente** Carlo Campagnoli;

**Vice presidenti** Chiara Benedetto e Anna Peloso; **Segretario generale** Valentina Rovei; **Tesoriere** Enzo Gabbai;

**Consiglieri:** Paolo Emilio Ferreri, Maria Gioia, Laura Lesca, Anna Rosa Opezzo, Wanda Pandoli, Clementina Peris, Laura Rabbione, Roberto Rigardetto, M.Simona Sacco, Benedetto Vitiello, Paola Zunino;

**Comitato scientifico:** **Presidente onorario** GianGiacomo Rovera, **Coordinatore** Secondo Fassino;

**Revisori dei Conti:** Gabriella Pantaleo, Laura Aldrovandi, Lionello Jona.

**Sede legale:** Ospedale Sant'Anna, c. Spezia 60, Torino

**e-mail:** [prevenzioneanoressia@gmail.com](mailto:prevenzioneanoressia@gmail.com); **sito:** [www.prevenzioneanoressia.org](http://www.prevenzioneanoressia.org)