

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.

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

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. Inoltre è stata inviata alle Scuole, grazie all'USR, una Comunicazione contenente 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. 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. Nel 2024 con la collaborazione della Clinica Ginecologica dell'Università di Torino (prof. Chiara Benedetto) e il sostegno dell'Ufficio Scolastico Regionale si terranno incontri di Informazione nelle Scuole Secondarie di II grado del Piemonte su "I rischi della carenza nutrizionale negli adolescenti".

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; **sito:** www.prevenzioneanoressia.org