



Regione Umbria

3ª Manifestazione Nazionale



Costruire insieme la salute
Programmi e interventi di promozione della salute
tra intersectorialità sostenibilità ed efficacia

Orvieto, 22-23 ottobre 2014

La promozione dell'attività fisica nella popolazione scolastica

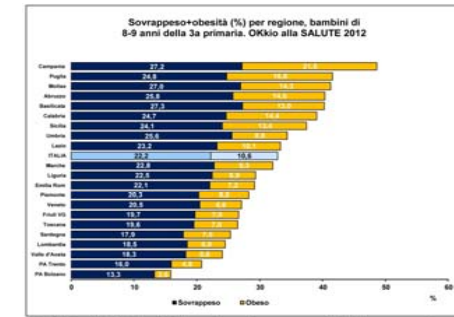
Dr.ssa Filomena Lo Sasso

Azienda Sanitaria Locale di Potenza





introduzione



- Confrontando i dati regionali delle prevalenze di sovrappeso e obesità, si osserva un chiaro gradiente Nord-Sud, a sfavore delle Regioni meridionali.
- La nostra Regione si colloca a livello alto, con valori di sovrappeso e obesità superiori a quelli nazionali.

- Dall'indagine *OKkio alla salute 2012* risulta che **tra i bambini della Basilicata il 40,3%** presenta un eccesso ponderale. I valori di sovrappeso ed obesità sono superiori a quelli nazionali. **La prevalenza di sovrappeso e obesità dei bambini di 8 e 9 in Italia è di circa il 30%.**
- I bambini della Basilicata praticano poca attività fisica e sono molto sedentari: si recano a scuola con mezzi motorizzati, giocano poco all'aperto e non praticano sufficienti attività sportive strutturate.



obiettivi



Il programma dell’Azienda Sanitaria Locale di Potenza ha come obiettivo di promuovere l’attività fisica nelle scuole primarie inserite in una rete di scuole che promuovono salute:

- 1) favorendo la formazione dei *Piedibus*
- 2) contrastando gli effetti di una postura scorretta nei banchi con lo *stretching in classe*
- 3) promuovendo il movimento all’aperto con i *giochi in strada*.



modalità di attuazione

- **Gli interventi più efficaci nella scuola sono quelli che prevedono un approccio alla salute basato su logiche di sistema piuttosto che su singoli progetti .**
- E' stato fondamentale costruire una rete di scuole che promuovono l'attività fisica fra le scuole che promuovono salute nel territorio di competenza dell'Azienda Sanitaria di Potenza.
- Sanità, scuola, famiglia, enti, locali hanno operato insieme in tutte le fasi di attuazione del programma.



Piedibus



- Promuove un modo gradevole, semplice ed efficace per intervenire sullo stile di vita dei bambini fornendo loro l'opportunità di fare movimento nel percorso casa - scuola - casa.
- Prevede l'attiva collaborazione attiva dei genitori.
- Coinvolge gli Enti locali: individuazione dei percorsi.
- Prevede attività didattiche sui temi di attività fisica e stili di vita.



stretching in classe



- Contrasta gli effetti della sedentarietà e di una prolungata posizione, spesso scorretta, nei banchi di scuola, richiamando l'attenzione sull'importanza dell'attività fisica.
- Prevede un percorso informativo rivolto ai docenti e la proposizione di alcuni semplici esercizi della durata di 5 minuti da svolgere in classe, fra una lezione e l'altra.



giochi in strada



- Questa attività stimola i bambini al movimento all'aria aperta e favorisce la socializzazione e l'integrazione di soggetti svantaggiati.
- Prevede un incontro di informazione per docenti e genitori sull'importanza dell'attività fisica ai fini dello stato di benessere psicofisico.
- I genitori partecipano alla raccolta dei giochi di un tempo.



Risultati

- E' stata costruita una rete di scuole che promuovono l'attività fisica che comprende il 64% delle scuole ricadenti nel territorio dell'Azienda Sanitaria Locale di Potenza.
- **La rete delle scuole che promuovono salute si fonda su un approccio globale che preveda ambienti scolastici come luoghi di benessere fisico e sociale, curricula educativi per la salute, attività comuni con i servizi sanitari e altri servizi rivolti alla cittadinanza .**
- L'attività fisica degli alunni ha subito un incremento.



risultati

Grado di coinvolgimento Programma promozione attività fisica a scuola (durata tre anni)

moduli	n. scuole	n. alunni	n. docenti	genitori
Il piedibus	2	150	15	sì
Stretching in classe	20	2.000	50	no
Giochi in strada	3	100	5	sì
Totale	25	2.250	70	



Conclusioni

- La scuola gioca un ruolo fondamentale nella promozione dell'attività fisica. I genitori e gli Enti Locali devono essere coinvolti attivamente in quanto le iniziative promosse dagli operatori sanitari possono essere realizzate con successo solo se la famiglia e la comunità le supporta.
- **Gli interventi più efficaci nella scuola sono quelli che prevedono un approccio alla salute basato su logiche di sistema piuttosto che su singoli progetti .**
- Il programma attuato risulta essere fattibile, sostenibile ed efficace e rispetta l'intersettorialità.





Regione Umbria



Grazie per l'attenzione

3^a Manifestazione Nazionale

