

Azioni per facilitare il guadagno di salute dei giovani Toscani

Lazzeri G¹, Simi R¹, Giacchi MV¹, Emanuela B², Giannoni A², D'Angelo D², Primi M²

¹CREPS - Centro interdipartimentale di Ricerca Educazione e Promozione della Salute, Dipartimento di Medicina Molecolare e dello Sviluppo, Università degli Studi di Siena

²Direzione Generale Diritti di Cittadinanza e Coesione Sociale, Regione Toscana

I dati di **“OKkio alla salute 2010 in Toscana”** evidenziano che il 21,2% dei bambini è sovrappeso e il 7,2% obeso, pertanto l'eccesso ponderale complessivo risulta del 28,4% rispetto al 29,5% del 2008 e al 33,4% del 2006. E' ipotizzabile che questa positiva inversione di tendenza sia attribuibile, almeno in parte, alle azioni integrate e continuative messe in atto in Toscana nell'ultimo decennio.

Fra le attività sistematiche per promuovere sani stili di vita è in corso di svolgimento il progetto **“Azioni per facilitare il guadagno di salute dei giovani con la scelta del movimento e dell'attività fisica”**, con l'obiettivo di contrastare il sovrappeso e l'obesità mediante la sperimentazione di diverse azioni e interventi intersettoriali. Le azioni includono: **“e vai con la frutta”**, per incrementare il consumo di prodotti ortofrutticoli freschi, facilitandone l'accesso nella scuola; **“Ragazzinsieme”** che favoriscono l'attività fisica, la sana alimentazione, la relazione tra pari, la conoscenza e il rispetto dell'ambiente e delle tradizioni del territorio; **“Stretching in classe”** che implementa l'attività fisica nelle ore di scuola e propone un percorso di allenamento delle life-skills.

“Guadagnare Salute in Adolescenza” promuove percorsi di prevenzione a scuola per contrastare i comportamenti a rischio in adolescenza. Inoltre, in accordo all'idea che l'attività fisica possa essere un fattore di protezione per i comportamenti d'abuso, promuove stili di vita salutari nei contesti dell'associazionismo sportivo e del divertimento giovanile.

“Azioni di approfondimento sulla sorveglianza HBSC in raccordo con le azioni progettuali Ragazzinsieme e monitoraggio dello stato di salute della popolazione sportiva toscana” rivolto ai giovani che praticano attività sportiva al fine di promuovere stili di vita sani e prevenire l'uso di sostanze dopanti; **“Turismo scolastico tra stili di vita salutari”** che favorisce l'attività fisica all'aria aperta e il coinvolgimento attivo dei ragazzi nell'acquisizione di stili di vita sani.