

SEMINARIO

PROMOZIONE DELL'ATTIVITA' FISICA TRA SCUOLA E TERRITORIO PER I DOCENTI DELLE SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIE DI I E II GRADO

VERONA – 12 GENNAIO 2011 –

SALA POLIFUNZIONALE OSPEDALE DI MARZANA (PIAZZA RUGGERO LAMBRANZI)

Premessa

Le statistiche dell'ISTAT evidenziano un costante aumento dell'aspettativa di vita che avviene con una progressione che ha dell'incredibile: ogni tre anni infatti si registra mediamente un guadagno pari ad un anno. Un'attenta prevenzione, il continuo miglioramento dell'assistenza e delle tecnologie, un'elevata qualità di vita hanno contribuito al raggiungimento di questi risultati. Sembra tuttavia che questa tendenza, apparentemente consolidata, possa subire un arresto. Si prevede che, dopo aver sperimentato per molti anni una progressione positiva, le future generazioni non possano sperare in una durata di vita pari a quella dei loro nonni e dei loro genitori. Questa inversione di tendenza è attribuita principalmente all'adozione di comportamenti scorretti nell'ambito della nutrizione e dell'attività fisica: sono infatti i comportamenti individuali i principali responsabili dell'insorgenza delle malattie croniche (diabete, problemi cardiovascolari, tumori) e dell'obesità.

Anche nel nostro paese sono oramai ben avviati i sistemi di sorveglianza sui comportamenti individuali, alcuni dei quali (OKKIO alla SALUTE per i ragazzi della scuola primaria e HBSC per i ragazzi della scuola secondaria) vengono condotti in collaborazione con le scuole.

Secondo i dati nazionali di Okkio alla Salute, nel 2010 la prevalenza di sovrappeso e obesità nei bambini di 8-9 anni è stata pari rispettivamente al 23% e all'11%. Inoltre da tale indagine emerge che il 9% dei bambini non fa colazione, il 30% la fa in maniera non adeguata e circa il 50% consuma bevande zuccherate o gassate nell'arco della giornata; 1 bambino su 4 non mangia quotidianamente frutta e verdura; mediamente 1 bambino su 2 ha la televisione in camera; 1 bambino su 5 pratica sport per non più di un'ora a settimana.

Apposite ricerche evidenziano che i ragazzi spendono sempre meno tempo in attività ludico-ricreative di movimento a favore di occupazioni

sedentarie come guardare la televisione, giocare con il computer ecc. Il tempo dedicato alle attività all'aria aperta sembra dipendere anche dalla sicurezza dell'ambiente circostante l'abitazione e dalla presenza di strutture dedicate. Circa il 70% dei bambini non ha l'abitudine di andare a scuola a piedi e solamente 1 su 4 gioca per oltre due ore al giorno all'aperto.

Linee guida internazionali sull'attività fisica nei bambini e nei ragazzi raccomandano di garantire almeno un'ora al giorno di attività fisica per agevolare uno sviluppo sano. E' evidente che questo obiettivo è difficilmente raggiungibile senza un forte impegno a tutto campo. Sono molti i soggetti che devono contribuire a creare condizioni favorevoli all'adozione di comportamenti salutari da parte dei giovani: il mondo della salute, gli amministratori locali, gli enti di promozione sociale e sportiva, le comunità e le famiglie. In particolare gli educatori e gli operatori socio-sanitari devono collaborare per consentire ai bambini ed ai giovani di guadagnare la consapevolezza, la capacità e la cultura necessarie per scegliere di vivere "bene". Un contesto scolastico sensibile a queste problematiche dovrebbe anche intervenire aumentando le possibilità di praticare attività fisica nelle ore di presenza a scuola (non solo nell'ambito della didattica, ma anche con attività ludiche negli intervalli o oltre l'orario scolastico).

Il Ministero della Salute e la Presidenza del Consiglio dei ministri- Dipartimento della Gioventù hanno finanziato congiuntamente un apposito progetto (Progetto Nazionale di Promozione dell'Attività Motoria) per promuovere una modifica degli stili di vita nella popolazione mediante attività integrabili nella vita quotidiana. Il progetto coinvolge specificamente sei regioni (Veneto, Piemonte, Emilia Romagna, Marche, Lazio e Puglia) ma le attività formative sono aperte a tutti gli operatori interessati. Nell'ambito del progetto due campagne sono rivolte alla popolazione giovanile e coinvolgono le scuole: la campagna "*Ragazzi in gamba*" promossa e coordinata dall'Unità Locale

Socio Sanitaria di Verona, e la campagna "*Diamoci una mossa – Ridiamoci un a mossa*" promossa dalla UISP. Ambedue queste azioni privilegiano modalità di lavoro intersettoriali e pluridisciplinari e coniugano la promozione del movimento e quella dell'alimentazione sana.

Questo evento formativo rappresenta una delle azioni previste dal Progetto Nazionale di Promozione dell'Attività Motoria e si propone di consolidare la collaborazione tra scuola e mondo della salute per la lotta alla sedentarietà ed alla nutrizione scorretta.

Il corso è stato organizzato in collaborazione con l'Ufficio Scolastico Regionale per il Veneto.

Destinatari

L'iniziativa è rivolta a docenti degli Istituti Scolastici (scuole primarie e secondarie di I° e II° grado) e/o ad altro personale individuato dagli Uffici Scolastici Territoriali e Regionali (es. referenti per le iniziative nell'ambito di Guadagnare Salute). L'evento è rivolto principalmente alle Regioni partecipanti al Progetto Nazionale di Promozione dell'Attività Motoria ma possono iscriversi anche docenti di altre regioni, fino al raggiungimento del numero massimo di 100 partecipanti. All'evento possono inoltre partecipare operatori del Sistema Sanitario Nazionale e degli Enti Locali (Comuni e Province) impegnati a collaborare con le scuole sui temi della promozione della salute.

Finalità dell'evento formativo

- Conoscere a grandi linee l'epidemiologia delle malattie croniche non trasmissibili
- Conoscere il programma Guadagnare Salute e le linee guida sull'attività fisica raccomandate per i bambini e i giovani
- Condividere elementi teorici e strategici in materia di promozione dell'attività fisica con gli altri settori che intervengono a vario titolo nella scuola
- Condividere con il personale di altre regioni esperienze, competenze e metodi di intervento

Obiettivi specifici del corso

- Conoscere l'epidemiologia della sedentarietà, i determinanti dell'attività fisica e l'importanza del movimento e di una sana alimentazione per la salute dei ragazzi
- Acquisire strumenti teorici e pratici per la promozione dell'attività fisica nella scuola
- Acquisire gli elementi per l'attivazione di una rete multiprofessionale in materia di promozione di stili di vita sani

- Condividere metodi e strategie per trasferire le buone pratiche nelle diverse situazioni locali e per monitorarne l'applicazione attraverso l'attivazione di laboratori

L'evento comprenderà laboratori seminariali per permettere di affiancare alla lezione frontale attività di gruppo e interazione con i docenti durante gli incontri.

Programma

12 gennaio 2011 - mattinata

- 8.45** Iscrizione dei partecipanti
- 9.00** Presentazione della giornata e saluti delle Autorità
- 9.20** *Guadagnare salute* (Francesca Russo - Regione del Veneto)
- 9.40** *La promozione della salute a scuola* (Gianna Miola – Ufficio Scolastico Regionale per il Veneto)
- 10.00** *L'epidemiologia della sedentarietà e delle malattie correlate a stili di vita scorretti* (Stefania Vasselli – Ministero della Salute)
- 10.30** *L'importanza del movimento e dell'alimentazione sana per la salute fisica e psicologica dei bambini, degli adolescenti e dei giovani* (Lucia De Noni, Linda Chioffi – Azienda ULSS 20 Verona)
- 11.00** *Coffee break*
- 11.20** *Quanto movimento fare per la salute e come praticarlo* (Maurizio Gottin – Regione Piemonte)
- 11.40** *Scuola in movimento: riflessioni e spunti per buone pratiche nelle comunità scolastiche* (Michela Possamai – USR per il Veneto)
- 12.00** *Indicazioni per il curriculum nella scuola primaria nell'ambito delle scienze motorie* (Monica Magnone - Ufficio Scolastico Territoriale di Verona)
- 12.20** Discussione
- 13.00** *Pranzo*

12 gennaio 2011 - pomeriggio

- 14.00** Laboratori paralleli
- *Il programma "Ragazzi in gamba" e altre proposte inserite nel progetto nazionale di promozione dell'attività motoria* (Lucia De Noni – Azienda ULSS 20 Verona)
 - *Movimento e alimentazione: trasversalità e intersettorialità. Presentazione di una*

proposta multimediale (Angiola Vanzo – Azienda ULSS 6 Vicenza)

- *Esperienze di promozione del movimento nella scuola secondaria* (Diego Soave – professore referente "Più sport a scuola")

15.30 Discussione plenaria
16.30 Conclusione dei lavori

Referenti Scientifici

Lucia De Noni: lucia.denoni@ulss20.verona.it

Relatori

Francesca Russo (*Dirigente Servizio Promozione e Sviluppo Igiene e Sanità Pubblica -Direzione Prevenzione - Regione del Veneto*)

Gianna Miola (*Dirigente Ufficio IV° Ordinamenti – Formazione-Diritto alla studio - Ufficio Scolastico Regionale per il Veneto*)

Stefania Vasselli (*Coordinatore del settore statistico informatico del Ministero della Salute*)

Lucia De Noni (*Responsabile Progetto Nazionale di Promozione dell'Attività Motoria*)

Linda Chioffi (*Dirigente Medico - Direttore U.O.C. Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione- Dipartimento di Prevenzione AULSS 20 Verona*)

Maurizio Gottin (*Responsabile SSD Medicina Sportiva ASL TO4 Regione Piemonte*)

Michela Possamai (*Dirigente Scolastico Referente Promozione per la salute - Ufficio Scolastico Regionale per il Veneto*)

Monica Magnone (*Coordinatore Educazione Fisica e Sportiva Ufficio Scolastico Territoriale XII di Verona*)

Angiola Vanzo (*Referente Area Tematica Sicurezza Nutrizionale del Piano Regionale Sicurezza Alimentare 2008-2012*)

Diego Soave (*Professore referente "Più sport a scuola" – I.C. 15,20,21 Verona*)

Note organizzative

Il corso è gratuito. Il pranzo e il buffet sono a carico degli organizzatori.

Per i relatori sono a carico del progetto le spese di viaggio e l'eventuale pernottamento.

Modalità di partecipazione

Si chiede di trasmettere la scheda di iscrizione o via email alla Segreteria organizzativa sotto indicata (lvalenari@ulss20.verona.it) o via fax al numero 045 8075003 entro e non oltre il **10 gennaio 2011**.

Si accettano prenotazioni fino ad un massimo di 100 partecipanti.

Segreteria organizzativa e di supporto:

Paola Ciddio, pciddio@ulss20.verona.it

Laura Valenari, lvalenari@ulss20.verona.it

Tel. 045-8076034/6036

Sede dei lavori

Sala Polifunzionale dell' Ospedale di Marzana
Piazza Ruggero Lambranzi - Verona

Per raggiungere la sede

In auto: uscita autostradale di Verona Est. Procedere in direzione nordovest e alla rotonda prendere la **2a** uscita;

imboccare **Viale del Lavoro** in direzione **Verona/Tangenziale Est**. Prendere l'uscita **SP6** verso **Grezzana/Bosco C**.

Svoltare a **destra** in **Via Colonnello Giovanni Fincato/SP6**. Seguire la SP6 e attraversare 2 rotonde. Svoltare leggermente a **sinistra** in **Via Valpantena** e attraversare 1 rotonda. Proseguire dritto per rimanere su Via Valpantena. Svoltare a sinistra in Via Colonia Orfani di Guerra e poi a destra in Piazza Ruggero Lambranzi. La destinazione è sulla destra.

Volendo, per chi arriva con la propria auto, è possibile arrivare alla sala polifunzionale dell'ospedale dall'esterno, imboccando e proseguendo per via Scuola Agraria (la prima via a sinistra dopo l'ospedale).

Dalla stazione di Porta Nuova: dal piazzale antistante la stazione è possibile prendere gli autobus della linea 510 che arrivano sin davanti all'ospedale di Marzana.

Dall'aeroporto: il servizio Verona Stazione Porta Nuova - Aeroporto Catullo è in servizio tutti i giorni con una corsa ogni 20 minuti dalle 5.40 alle 23.10. In 15 minuti collega la principale stazione di Verona con l'Aeroporto Catullo di Villafranca.

Il programma e la scheda di partecipazione sono scaricabili alla pagina web

<http://prevenzione.ulss20.verona.it/attmotnazionale120111.html>

Progetto Nazionale di Promozione dell'Attività Motoria

Progetto promosso dal Ministero della Salute e dal Dipartimento della Gioventù
In attuazione del programma "Guadagnare Salute"



Responsabile del progetto: dott.ssa Lucia De Noni
Dipartimento di Prevenzione – Azienda ULSS 20 Verona
Tel. 0458076034 e-mail pnpm@ulss20.verona.it
Sito http://prevenzione.ulss20.verona.it/attmotnazione_nazionale.html