



**MINISTERO DELL'ISTRUZIONE, DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA**  
**UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL PIEMONTE**  
**UFFICIO IV - AMBITO TERRITORIALE DI ASTI**  
**PIAZZA ALFIERI 30 , 14100 ASTI;**  
**PEC: [USPAT@POSTACERT.ISTRUZIONE.IT](mailto:USPAT@POSTACERT.ISTRUZIONE.IT); WEB: [HTTP://ASTI.ISTRUZIONEPIEMONTE.IT/](http://ASTI.ISTRUZIONEPIEMONTE.IT/);**  
**C.F. 80005320058; CODICE IPA: M\_PI; CODICE AOO: AOOSPAT ;**  
**CODICE F.E: 8MXTUA**

*"LA SCUOLA CHIAMA E IL ROTARY RISPONDE, CON MEDICINA AMICA"*

### Relazione finale

Nei mesi di marzo-aprile 2017 l'Ufficio IV – Ambito territoriale di Asti, in collaborazione con il Rotary Club di Asti, ha organizzato una serie di seminari rivolti agli studenti delle classi 3<sup>^</sup> - 4<sup>^</sup> - 5<sup>^</sup> delle Scuole Secondarie di 2<sup>^</sup> grado di Asti e provincia e aperti agli studenti di UNI-ASTISS – Facoltà di Scienze Infermieristiche e Scienze Motorie.

Gli incontri hanno avuto luogo presso l'Aula Magna dell'Università di Asti – in Corso Alfieri, P.le Fabrizio De Andrè.

Il percorso formativo / informativo si è articolato in quattro tappe, ciascuna di tre ore di attività didattica attiva – interattiva (ore 9.00 – 12.00), che hanno visto la partecipazione, per ognuno degli ambiti identificati, di quattro o cinque professionisti per fase.

I temi trattati sono stati diversi per ognuna delle seguenti date:



- ✓ *"l'uomo e la donna di fronte alla vita di coppia"* – Lunedì 13 marzo 2017,  
Relatori: dott. Maggiorino Barbero, prof.ssa Nicoletta Biglia, dott. Gino Montalcini, dott. Paolo Stobbione;  
sono stati presi in considerazione aspetti anatomo-fisiologici e psicologici di uomo e donna, differenze per: statura , massa muscolare e massa ossea; apparato genitale e riproduttivo; differenze metaboliche e prestantive; sono state illustrate le più diffuse infezioni trasmesse sessualmente; sono stati presi in considerazione i più comuni sistemi di contraccezione.
  
- ✓ *"Apri la bocca e comincia il tuo percorso di salute"* – Mercoledì 22 marzo 2017,  
Relatori: dott. Mauro Daneo, dott. Gianluca Ferrari, dott.ssa Alessandra Verrua, dott. Ermanno Margaglia, dott. Renzo Gai;  
sono stati analizzati i denti e le loro funzioni, analizzando oltre che le problematiche relative alla cattiva igiene e masticazione, anche le implicazioni psicologiche derivanti dall'aspetto trascurato della bocca; in considerazione del fatto che molte delle malattie a carico del cavo orale si potrebbero evitare con uno stile di vita corretto da assumere già nel corso dei primi anni di vita, si è privilegiata una campagna informativa di sensibilizzazione per la popolazione giovane. Insegnare ad avere cura del proprio corpo e della propria salute è il migliore investimento per il futuro e rappresenta il fondamento per successivi e più complessivi interventi di prevenzione.
  
- ✓ *"Carenza nutrizionale, amenorrea, osteoporosi: la triade delle atlete e non solo"* – Giovedì 6 aprile 2017, Relatori: prof. Carlo Campagnoli, moderatore dott. Luigi Gentile;



si è parlato di osteoporosi, malattia molto frequente che può colpire specialmente dopo i 50 anni, quale rarefazione del tessuto osseo che interessa particolarmente le donne. Un graduale indebolimento delle ossa è normale dopo i 35-40 anni e fa parte del naturale invecchiamento. Quando le ossa diventano fragili e deboli, significa che il processo è degenerato in malattia, con rischio di frattura. In Piemonte almeno 1/3 della popolazione femminile in menopausa presenta un quadro densitometrico di osteoporosi. La prevenzione dell'osteoporosi è basata su adeguata nutrizione e regolare attività fisica. Il tessuto osseo è in continuo rinnovamento per l'alternanza di processi di riassorbimento e di formazione. Esso raggiunge il culmine del rafforzamento sul finire dell'adolescenza per gli alti livelli dei "fattori di crescita" che stimolano la formazione, e per gli ormoni ovarici che frenano il riassorbimento.

La sotto nutrizione e la magrezza inibiscono i "fattori di crescita" e possono bloccare la funzione ovarica (con conseguente amenorrea), determinando una perdita che non solo costituisce la premessa per l'osteoporosi post menopausale ma anche provocarla in anni giovanili con aumentato rischio di frattura. Ciò si può verificare nelle amenorree da sottopeso comprese quelle legate al relativo eccesso di attività fisica (la "triade delle atlete": carenze alimentari, amenorrea, osteoporosi) , e soprattutto nelle forme di anoressia (circa 1% delle giovani donne) e di para-anoressia (circa 5%), forme che sono in preoccupante aumento come gravità e precocità di comparsa. Particolarmente penalizzante è l'anoressia iniziata nell'adolescenza, in quanto si perdono gli anni più favorevoli per il rafforzamento delle ossa. E' indispensabile un sollecito recupero del peso



tramite interventi di tipo psicologico e nutrizionistico, tanto più efficaci quanto più precocemente vengono messi in atto .

Una importante criticità è il deficit di intercettazione precoce del disturbo alimentare per una crescente disattenzione forse legata al disagio economico e sociale. Al fine di facilitare un intervento diagnostico-terapeutico precoce, molto importante è la sensibilizzazione sui primi sintomi (perdita di peso, amenorrea) non solo di medici, insegnanti, genitori, ma anche dei ragazzi stessi. E' bene che i ragazzi siano informati delle conseguenze sfavorevoli del sottopeso e portati ad una maggiore attenzione alle esigenze del proprio organismo.

- ✓ *"Diamo "Cuore" alla vita, promuovendo uno stile di vita sano"* - Venerdì 21 aprile 2017, Relatori: dott. Marco Scaglione, dott. Luigi Gentile, dott. Marco Cuffaro Russo, Dott. Antonino Buscemi, dott. Claudio Nuti

E' stato illustrato il sistema cardio-circolatorio e le sue funzioni; L'85% delle malattie cardiovascolari e il 40% di quelle oncologiche possono essere evitati adottando uno stile di vita sano (no al fumo, attività fisica costante e dieta corretta). Ma gli investimenti in prevenzione sono ancora scarsi: in Italia la percentuale è minore del 4%. Si sono toccati diversi temi: rischi del fumo, scorretta alimentazione e danni dell'alcol, sedentarietà, ruolo delle vaccinazioni, per raggiungere gli studenti e attraverso gli studenti, le famiglie. Modificare abitudini sbagliate determina risultati positivi sullo stato di benessere e migliora il livello di consapevolezza: cambiare gli stili di vita e modificare i fattori di rischio cardiovascolare sarebbe prevenire fino al 90% delle malattie cardiovascolari.



**MINISTERO DELL'ISTRUZIONE, DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA**

**UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL PIEMONTE**

**UFFICIO IV - AMBITO TERRITORIALE DI ASTI**

**PIAZZA ALFIERI 30 , 14100 ASTI;**

**PEC: [USPAT@POSTACERT.ISTRUZIONE.IT](mailto:USPAT@POSTACERT.ISTRUZIONE.IT); WEB: [HTTP://ASTI.ISTRUZIONEPIEMONTE.IT/](http://ASTI.ISTRUZIONEPIEMONTE.IT/);**

**C.F. 80005320058; CODICE IPA: M\_PI; CODICE AOO: AOOUSPAT ;**

**CODICE F.E: 8MXTUA**

Si sono discusse in modalità frontale e in parte plenaria tematiche trasversali che, sottintendendo ad una crescita equilibrata e serena attraverso buoni stili di vita, hanno dato occasione di riflessione per la platea scolastica composta da giovani che possono proiettarsi come futuri adulti rispettosi di buone pratiche di sviluppo armonico sia della propria fisicità sia della propria dimensione psichica. Tali considerazioni potranno poi essere ripresentate ed argomentate in aula, mediante interessanti percorsi ed attività interdisciplinari, che coinvolgano appunto il gruppo dei pari.

L'apporto didattico ha previsto un momento di feedback, durante la pausa prevista in ogni incontro sono stati infatti somministrati agli allievi e ai docenti referenti dei questionari contenenti domande inferenziali tese a misurare il livello di soddisfazione di quanto presentato.

Si allegano le tabulazioni dei questionari di valutazione delle giornate.

**AMBITO DI ASTI**



**PAOLA MALANDRONE**  
**UFFICIO ALTERNANZA SCUOLA LAVORO ED EDUCAZIONE AMBIENTALE**  
**E-MAIL [PAOLA.MALANDRONE@ISTRUZIONE.IT](mailto:PAOLA.MALANDRONE@ISTRUZIONE.IT)**