

Comunicazione

La pandemia ha transitoriamente bloccato le campagne sui rischi della carenza nutrizionale condotte dall'Associazione Pr.A.To. con il sostegno dell'USR Piemonte: la "Campagna di sensibilizzazione e Concorso sulla prevenzione dell'Osteoporosi e i rischi dell'Anoressia" attuata nelle Scuole secondarie di II° grado in collaborazione con il Rotary e la "Campagna di sensibilizzazione sui rischi della carenza nutrizionale e energetica nello sport" di concerto con il CONI e la SUISM.

Al fine di mantenere viva l'attenzione sull'argomento, di particolare rilievo per gli adolescenti, si evidenzia la **disponibilità come strumento didattico** dell'importante raccolta di materiale scientifico (compreso quello sull'ambito sportivo, di grande interesse per i ragazzi) presente nel sito www.prevenzioneanoressia.org alle voci seguenti:

- **Progetto Scuola:** oltre al **video** "istituzionale", video prodotti dalle Scuole vincitrici del concorso negli anni scorsi. - **Progetto Sport:** **documento scientifico divulgativo** che, premettendo l'ovvia sottolineatura dei benefici dell'attività fisica come fonte di benessere e di salute, evidenzia la mole di dati che attestano come una carenza nutrizionale possa ribaltare i benefici in rischi, anche seri, per molti organi e apparati. Il documento è costituito da 11 scritti (corrispondenti alle relazioni tenute al Convegno del 18 ottobre 2019 alla Cavallerizza rivolto ai responsabili di gruppi sportivi e ai docenti e studenti di scienze motorie; 400 partecipanti): *Attività ginnico-sportiva: i benefici sulla salute*, GianPasquale Ganzit; *Attività fisica e strutturazione del tessuto osseo*, Massimo Procopio; *Le fratture da stress*, Flavio Quaglia; *Le amenorree da bilancio energetico negativo e il rischio di osteoporosi*, Carlo Campagnoli; *Modificazioni della funzione tiroidea e surrenalica e dell'asse "ormone della crescita / IGF-1" in caso di bilancio energetico negativo*, Laura Gianotti; *Carenza energetica: i rischi per l'apparato cardiovascolare*, Mariagrazia Sclavo; *Carenza energetica: le ricadute sulla prestazione sportiva*, Renato Palmiero; *Le conseguenze della carenza energetica negli sportivi di sesso maschile*, Fabio Lanfranco; *Il rischio di anoressia e le conseguenze dell'anoressia cronicizzata*, Anna Peloso; *Impostazioni terapeutiche per l'amenorrea e la prevenzione dell'osteoporosi e delle alterazioni vascolari*, Carlo Campagnoli; *Come migliorare l'apporto nutrizionale nei casi di carenza energetica*, Etta Finocchiaro.

- **Per approfondimenti**, disponibilità di 37 articoli in originale, selezionati come i più importanti e recenti tra le centinaia della letteratura scientifica internazionale sull'argomento.

- **Video-registrazione** del Convegno del 18 ottobre 2019 alla Cavallerizza.

- **Materiale del pieghevole** (rivolto in particolare agli operatori sportivi e in generale a chi pratica sport agonistico o amatoriale): informazioni riassuntive sui **segni di allarme** (nelle ragazze la scomparsa delle mestruazioni, di particolare rilievo nelle adolescenti, e, più in generale, i disturbi cardiovascolari quali le bradi-aritmie e l'ipotensione, potenzialmente pericolosi anche per la vita) (si veda Tab.1, allegata) e gli opportuni **provvedimenti** d'ordine nutrizionistico e, se del caso, sanitari (Tab.2, allegata).

È possibile anche **richiedere materiale aggiuntivo** (ad es. serie di diapositive) a scuole.osteoporosi@gmail.com.

Con la speranza che la situazione sanitaria evolva in modo da permettere altre iniziative

Il Presidente
prof. Carlo Campagnoli