

L'associazione *Amici del Cuore* di Castrovillari ha realizzato un progetto articolato rivolto agli istituti della provincia di Cosenza
LA SCUOLA DIVENTA STRUMENTO DI EDUCAZIONE ALLA SALUTE
Lezioni in classe, oltre 30mila questionari analizzati: i bambini veicolano la prevenzione nelle famiglie

Presentazione

Il progetto "A Scuola di...Cuore" è partito dal presupposto che le malattie cardiovascolari, pur manifestandosi generalmente nell'età adulta, sono causate, in gran parte, da errori comportamentali iniziati molto spesso già in tenera età. Si è pertanto inteso promuovere la salute partendo dal bambino e considerandolo anche un eccezionale strumento di diffusione di notizie nelle famiglie e nell'intera società. Perciò abbiamo voluto coinvolgere in questo cammino di educazione alla salute anche i genitori, nella consapevolezza che è poi nella famiglia che il ragazzo dovrà trovare le condizioni favorevoli per realizzare uno stile di vita e un comportamento alimentare "salvacuore".

La scuola d'obbligo è diventata così uno strumento ed un'occasione di educazione sanitaria.

Dalle risposte ottenute al **questionario** somministrato, 49 domande per la scuola media e 35 per le scuole elementari, si sono ottenute, **analizzando** ben **31.450 risposte**, informazioni riguardanti la conoscenza dei ragazzi di semplici nozioni di patologia cardiovascolare, le abitudini di vita, alimentari, personali e familiari del campione. Le informazioni sono state quindi analizzate statisticamente e ritrasmesse alle singole scuole, in modo da fornire un ulteriore strumento di discussione/elaborazione agli insegnanti ed agli stessi ragazzi.

L'indagine ha coinvolto 13 Comuni della provincia di Cosenza, e più specificatamente ha visto la partecipazione di **9 scuole elementari e 9 medie**, per un totale di **750 intervistati**.

Queste le tre fasi:

1. Una **fase di indagine conoscitiva** con somministrazione di questionari a risposta multipla, formulato in modo comprensibile al campione cui è rivolto, per ottenere informazioni riguardanti le abitudini alimentari, personali e familiari, nonché la conoscenza dei fattori di rischio e di eventuali patologie presenti in famiglia.
2. Una **fase divulgativa** intesa all'organizzazione di lezioni interattive, con lo scopo di dare quelle informazioni utili a costruire uno stile di vita salvacuore, valido anche per le famiglie.
3. La **pubblicazione di un libro**, che sulla base dell'esperienza acquisita, diventi strumento utile e di facile lettura per gli scolari.

Considerazioni conclusive

L'indagine statistica ha senz'altro arricchito il contenitore delle informazioni che riguardano la prevenzione delle malattie cardiovascolari in senso stretto, ma i risultati ottenuti aprono anche una serie di finestre su quelle che sono le abitudini alimentari dei bambini delle scuole elementari e medie della nostra provincia. **Alcuni aspetti significativi si registrano con riguardo alle abitudini alimentari dei singoli intervistati poiché, nonostante si conoscano le regole e i principi per una sana e corretta alimentazione, in pochi osservano una dieta "completa"**.

Ad esempio è notevole l'uso di grassi, merendine, bibite gasate; in pochi praticano sport in maniera costante. Assai confortevole, invece, è il dato sulla conoscenza del CUORE e sui danni provocati dal fumo. **In altre parole tutti sanno ciò che è bene e ciò che è male per il cuore, ma si comportano in maniera errata.** L'obiettivo dell'intero lavoro è stato quello di **mettere in condizione i bimbi, i ragazzi le famiglie e le scuole di conoscere l'importanza degli "stili di vita" per prevenire malattie gravi come quelle cardiovascolari e non solo.** I bambini sono diventati uno strumento eccezionale di diffusione di notizie nelle loro famiglie e nell'intera società.

Ideatore del progetto: Dr Giovanni Bisignani

Hanno collaborato: Fausto Lamenza, Adriana Imbrogno, Claudia Perrone, Diana Pesce, Anna Saracino.

Elaborazione statistica: dr.ssa Fiorella Affortunato