

A Casa e a Scuola in Salute

Progetto di prevenzione e promozione della salute per l'Annata Rotariana 2023-24. Focus sul benessere psichico degli adolescenti: un service distrettuale per tutti i Club

Premessa

I Rotariani sanno provvedere, con originali progetti di servizio, a educare e fornire i mezzi necessari alle comunità di riferimento per contrastare la diffusione delle malattie. I soci del Rotary, anche in Italia, continuano ad avviare centinaia di progetti nel campo della sanità, in tutto il mondo e durante tutto l'anno. Vengono combattute varie malattie, tra cui poliomielite, AIDS, Alzheimer, sclerosi multipla, diabete e malaria. La prevenzione rispetto alla cura, per i Rotariani, è altrettanto importante e, per questo, siamo spesso coinvolti anche nell'educazione sanitaria.

La Commissione "Tutela della Salute" del Distretto 2072 promuove il progetto di prevenzione e promozione della salute "A Casa e a Scuola in Salute" al fine di sensibilizzare le nuove generazioni a queste tematiche, tenendo presente l'indicazione del presidente internazionale 2023-24 Gordon R. McInally e della nostra DG 2023-24 Fiorella Sgallari, relativamente all'attenzione richiesta ai Club circa le problematiche della salute mentale.

La Commissione è quindi impegnata, anche per l'Annata 2023-24 – forte dell'esperienza del progetto 2022-23 "A Scuola in Salute" concluso con la chiusura delle scuole di giugno 2023 – nel tentativo di migliorare, anche localmente, l'impatto del Rotary sul tema della promozione della salute con riferimento all'area di intervento "Prevenzione e cura delle malattie" della Fondazione Rotary e con particolare attenzione alla prevenzione dei disagi psichici che coinvolgono gli adolescenti.

I temi che saranno trattati, infatti, riguarderanno molteplici aspetti dell'iniziale disagio psichico che, in certe situazioni, personali, familiari, sociali e scolastiche, possono sfociare in veri e propri disturbi mentali: malattie psichiatriche che richiederanno ben più importanti interventi a livello dei centri di neuropsichiatria infantile delle Aziende sanitarie del Servizio sanitario pubblico.

Il progetto "A Scuola in Salute" dell'Annata 2022-23

Il progetto 2022-23 è stato diretto verso i giovani della prima e della seconda classe delle superiori. A questo service hanno aderito 46 Club del Distretto 2072 e sono stati distribuiti oltre 18 mila volumetti ai giovani partecipanti. Tutti i docenti – medici, psicologi, farmacisti – erano soci dei Club: in alcuni casi e per specifici temi, si è richiesta la disponibilità, come docenti, di medici o psicologi delle Ausl di riferimento o di liberi professionisti iscritti agli Ordini professionali dei Medici o degli Psicologi, sempre a titolo gratuito. Dall'analisi dei dati forniti dai Club partecipanti, in seguito ai colloqui con i dirigenti scolastici e dalle conferme ricevute dagli insegnanti, è emerso che i temi più richiesti, affrontati in aula, hanno riguardato gli stili di vita e la dipendenza da fumo, alcol, droghe, smartphone e Internet, con una non trascurabile attenzione alle problematiche relative al rapporto fra ambiente e salute e ai disturbi del comportamento alimentare.

L'impressione è che, volendo considerare la salute – secondo la definizione dell'Oms – come «uno stato di totale benessere fisico, mentale e sociale» siano stati privilegiati i temi relativi al "benessere mentale" che oggi, anche fra i giovani, è molto spesso compromesso. Del resto, le malattie infettive e contagiose, che abbiamo conosciuto nei secoli scorsi, sono oggi, in gran parte, prevenibili e curabili.

Gli stili di vita, per di più, sono correlati a questo benessere: l'alimentazione, infatti, è cruciale per la salute mentale, così come lo è l'attività fisica. Una dieta ricca di verdura e frutta, cereali integrali, legumi, pesce,

olio extra-vergine d'oliva e cibi fermentati agisce favorevolmente sui processi mentali. L'esercizio fisico aerobico, poi, è in grado di ridurre vari malesseri di tipo psichico, come lo stress, l'ansia e la depressione e, in più, aiuta a regolarizzare il sonno, aumentando la concentrazione durante la giornata di lavoro o di studio. È ben noto, inoltre, che l'esposizione cronica allo smog da traffico veicolare aumenta il rischio di malattie mentali, come depressione, disturbi d'ansia e schizofrenia, fa crescere il consumo di farmaci antidepressivi, antipsicotici e stabilizzanti dell'umore e aggrava malattie psichiatriche già presenti.

Da molti dirigenti scolastici è affiorata, infine, la necessità di coinvolgere anche i genitori degli alunni con interventi *ad hoc*. Questo perché la famiglia è il luogo dove apprendere e praticare i più sani stili di vita, ancor prima della scuola.

La commissione

La campagna nasce con la consulenza scientifica dei medici facenti parti della Commissione “Tutela della salute” del Distretto 2072, dirigenti delle Aziende Usl del Servizio sanitario regionale – in servizio o a riposo – in parte Universitari e iscritti agli Ordini Provinciali dei Medici Chirurghi e Odontoiatri dell'Emilia-Romagna o a quello degli Psicologi. La Commissione è così composta:

- Salvatore RICCA ROSELLINI, *Rotary Club Forlì, Presidente, Gastroenterologo, libero professionista presso Ospedali Privati Forlì;*
- Giovanni BALDI, *Rotary Club Reggio Emilia, Medico, già Direttore generale degli Istituti Ortopedici Rizzoli di Bologna e dell'Ospedale privato di alta specialità Salus Hospital di Reggio Emilia;*
- Pietro GOBBI, *Rotary Club Rimini Riviera, Professore di Anatomia Umana, Università di Urbino Carlo Bo;*
- Milla LACCHINI, *Rotary Club Lugo, già Dirigente Scolastico polo tecnico professionale di Lugo;*
- Silvia MENABUE, *Rotary Club Modena, già Dirigente Ufficio Scolastico Provinciale per l'Emilia-Romagna, Ufficio VIII ambito territoriale per la Provincia di Modena;*
- Maria Luisa MARTINEZ, *Rotary Club Faenza, già Dirigente Ufficio Scolastico Provinciale per l'Emilia-Romagna, Ufficio IX ambito territoriale per la provincia di Bologna e Ufficio XV per la Provincia di Ravenna;*
- Giuseppe MARTORANA, *Rotary Club Bologna Sud, Professore Emerito di Urologia, Università di Bologna.*
- Maria Simona PALUMBO, *Rotary Club Guastalla, libera professionista, Psicologa e Psicoterapeuta a Guastalla;*
- Mario SANTANGELO, *Rotary Club Carpi, Direttore U.O. Neurologia, Ospedale di Carpi;*
- Enrico VALLETTA, *Rotary Club Forlì, Direttore del Dipartimento Salute Donna, Infanzia e Adolescenza di Forlì-Cesena e dell'U.O. Pediatria, Ospedale di Forlì, Ausl Romagna;*
- Riccardo VOLPI, *Rotary Club Parma, Internista, Endocrinologo e Andrologo, libero professionista a Parma, già Direttore U.O. Clinica e terapia medica dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma, Direttore Scuola di specializzazione in Medicina Interna, Professore Associato di Medicina Interna, Università di Parma.*

Il progetto “A Casa e a Scuola in Salute” 2023-24

La sedentarietà, la corretta alimentazione, il contrasto alla dipendenza da fumo, alcol e droghe, l'impiego ossessivo della tecnologia, il cyberbullismo, i disturbi del comportamento alimentare e i rischi legati all'ambiente di vita, nell'ambito scolastico e sociale, sono alcuni fra i molti elementi e le tante variabili che incideranno – in male o in bene – sulla salute futura e il benessere, in particolare psichico, dei giovani della nostra collettività.

Il nuovo progetto “A Casa e a Scuola in Salute” nasce dalla constatazione che la principale caratteristica dell'età adolescenziale – che inizia già dai 10 anni – può portare i giovani al desiderio di tentare nuove esperienze, anche pericolose. L'adolescente, spesso, desidera “rischiare” e per questo può adottare comportamenti irregolari, che possono influire negativamente su salute e benessere. Ogni volta che il giovane supera un'esperienza azzardata, si sente potente e accettato, sottovalutando, in più occasioni, le conseguenze negative di una scelta sbagliata. Questi comportamenti a rischio possono essere anche

all'origine di disturbi della sfera psichica che, se non efficacemente prevenuti, possono portare verso disagi e, addirittura, vere e proprie malattie mentali.

Intervenendo a favore della popolazione scolastica in età adolescenziale si possono, quindi, prevenire molte circostanze pericolose per la salute e varie malattie. Lo slogan scelto dalla Regione Emilia-Romagna “Costruiamo salute” – per racchiudere tutte le attività di prevenzione e di promozione della salute – richiama, non a caso, l'impegno collettivo per la salute a favore delle giovani generazioni di tutta la nostra comunità.

I fruitori del progetto saranno gli alunni delle prime due classi delle scuole secondarie di 2° grado. I formatori saranno, principalmente i medici, i farmacisti e gli psicologi dei Rotary Club nel proprio ambito territoriale.

Temi

- Stili di vita
- Dipendenza da fumo, alcol e droghe
- Dipendenza da smartphone e Internet
- Cyberbullismo
- Essere adolescenti oggi
- Ambiente e salute

Modalità

Il progetto si svilupperà con queste modalità:

- Incontri nelle scuole per l'Anno scolastico 2023-24 (in presenza oppure online, secondo le disposizioni vigenti al momento) con gli studenti e gli insegnanti.
- Incontri, nelle stesse scuole, con i genitori sulle stesse tematiche.
- I medici formatori dei singoli Club potranno sviluppare, soprattutto, gli argomenti che scaturiranno come prioritari dagli incontri di programmazione con i Dirigenti Scolastici. Ai Dirigenti sarà prospettata la possibilità di scegliere quale argomento approfondire fra quelli proposti, in base alla programmazione scolastica e alle necessità del territorio in termine di prevenzione. Non sarà trascurata, nella scelta, anche la valutazione delle attitudini e delle competenze espresse dal singolo Club Rotary locale.
- Presentazioni di slide durante gli incontri in aula.
- Distribuzione del nuovo quaderno “A Casa e a Scuola in Salute” in aula, anche per insegnanti e genitori e, per conoscenza, ai soci dei Club Rotary coinvolti.

Tempi

| Attività | Inizio | Fine | giu-23 | lug-23 | ago-23 | set-23 | ott-23 | nov-23 | dic-23 | gen-24 | feb-24 | mar-24 | apr-24 |
|---|------------|------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Elaborazione del Progetto (Commissione) | 01/06/2023 | 30/06/2023 | | | | | | | | | | | |
| Contatti con i Provveditori (Commissione) | 01/07/2023 | 15/07/2023 | | | | | | | | | | | |
| Contatti con Assistenti e Presidenti (Commissione) | 01/07/2023 | 15/07/2023 | | | | | | | | | | | |
| Contatti con i Dirigenti Scolastici (Club) | 01/07/2023 | 30/09/2023 | | | | | | | | | | | |
| Redazione dei capitoli del Quaderno (Commissione) | 01/07/2023 | 31/08/2023 | | | | | | | | | | | |
| Impaginazione del Quaderno (Commissione) | 01/09/2023 | 30/09/2023 | | | | | | | | | | | |
| Richieste del numero di Quaderni necessari (Club) | 01/09/2023 | 30/09/2023 | | | | | | | | | | | |
| Stampa dei Quaderni (Tipografia) | 01/10/2023 | 15/10/2023 | | | | | | | | | | | |
| Distribuzione Quaderni ai Club per le Scuole (Assistenti) | 15/10/2023 | 15/11/2023 | | | | | | | | | | | |
| Attività in Aula e Questionari valutazione (Club) | 15/11/2023 | 30/04/2024 | | | | | | | | | | | |

Come prepararsi

I Presidenti dei Club che intendono aderire al progetto possono anche considerare l'opportunità di creare una Sottocommissione *ad hoc* per questa iniziativa. I membri potranno essere insegnanti, medici, psicologi, farmacisti. Gli insegnanti saranno organizzatori e facilitatori per i rapporti con i Dirigenti Scolastici e i professionisti della salute, invece, saranno i protagonisti degli interventi in aula.

I Presidenti dei Club provvederanno a contattare direttamente i Dirigenti Scolastici delle scuole destinatarie del progetto dato che la Commissione ha già inviato formale richiesta di partecipazione al progetto – che hanno ricevuto in copia – ai Dirigenti degli Uffici Scolastici Provinciali.

Misurazione dei risultati

La misurazione dei risultati, riguardo a questo progetto, sarà condotta tramite i dati trasmessi dai Club e con questionari realizzati *ad hoc*.

Costi

Il service si avvale dell'impegno dei membri della Commissione e dei Rotariani che si impegneranno per i Club, nel proprio territorio. Eventuali collaboratori esterni, che saranno invitati dai Club, non saranno retribuiti. I costi per la stampa dei quaderni necessari e da distribuire, quindi, saranno formulati in base al numero dei Club aderenti e delle classi che saranno coinvolte nel progetto. La spesa, a carico del Club, sarà contenuta: 1,00 euro a copia (+IVA), indicativamente. Il prezzo potrà ridursi – così come è accaduto per il progetto “A Scuola in Salute” 2022-23 – in base al numero delle copie che, totalmente, saranno stampate.

Patrocini ricevuti

Il progetto ha ricevuto, come per l'Annata 2022-23, il Patrocinio della Regione Emilia-Romagna (in data 12/7/2023 e a firma del Presidente Stefano Bonaccini) e quello dell'Ufficio Scolastico Regionale (in data 13/7/2023 e a firma del Direttore Generale Stefano Versari). Questi Patrocini potranno essere esibiti al momento dell'incontro con i Dirigenti Scolastici.

Info:

Salvatore Ricca Rosellini

Presidente della Commissione Tutela della Salute

Distretto 2072 del Rotary International

Emilia-Romagna e Repubblica di San Marino

Mail: salvatore.riccarosellini@gmail.com

Cell.: 3387296290