

S.M.I.P.S. Organizzazione di Volontariato, OdV: Attività n. 949950
Registro Unico Nazionale Terzo Settore: RUNTS (ex-ONLUS) n. 464693, C. f. n. 91436240377,
Sede legale: Agorà, via Jussi 102, San Lazzaro di Savena-Bologna
smips1@libero.it www.smips.org <https://www.facebook.com/groups/960878214738454>
con il Patrocinio del Comune di Bologna



Comune di Bologna

**Venerdì 3 marzo 2023 h. 17 Palazzo d'Accursio sala "Anziani" Piazza
Maggiore, Bologna**

Presentazione del documento:

Come conservare salute e buone aspettative di "vita sana"

Ne discutono:

• **Luigi Bagnoli**

Presidente dell'Ordine dei Medici Chirurghi e Odontoiatri di Bologna

• **Francesco Domenico Capizzi**

Presidente di OdV "Scienza Medicina Istituzioni Politica Società"

• **Paolo Pandolfi**

Direttore del Dipartimento di Sanità Pubblica, AUSL di Bologna

• **Luca Rizzo Nervo**

Assessore a welfare e salute, fragilità, anziani, Comune di Bologna

Coordina:

• **Giovanna Facilla**

Dirigente scolastica dell'Istituto comprensivo n.19 di Bologna

**I testi sono letti da studentesse e studenti della Scuola secondaria di primo grado
"Lavinia Fontana" di Bologna in qualità di "PICCOLI AMBASCIATORI" di
salute**

Di seguito il contenuto degli interventi:

Coordinatrice, Professoressa Giovanna Facilla:

"Finalità dell'Organizzazione è quella di recepire, esaminare gli esiti della ricerca scientifica sull'eziopatogenesi delle patologie, malattie croniche, degenerative,

neoplastiche che colpiscono vasta parte della popolazione e di promuovere azioni volte a preservare la salute e salvaguardare le aspettative di “vita sana” dei cittadini.

Compito dell’OdV SMIPS è **“Seminare dubbi, non raccogliere certezze...”**.

Cosa si intende per salute e vita sana? Il concetto è stato definito per la prima volta dall’OMS come uno stato di pieno e completo benessere fisico, mentale e sociale, non semplicemente come assenza di malattie o infermità. Ci riferiamo ad uno stato generale di buona salute, energia, serenità, appagamento della mente e dello spirito che consente alle persone di esprimere il loro massimo potenziale personale nella società.

La SALUTE è un “bene prezioso” di cui dobbiamo AVER CURA per tutto l’arco della vita. E’ condizione essenziale per mantenere il benessere di cui abbiamo bisogno per organizzare la nostra vita e concentrarci sui suoi molteplici aspetti, sul lavoro, sui nostri progetti.

E’ fattore cardine, connaturato alla vita di ciascun uomo, tutelato e garantito dalla Costituzione Italiana, all’art. 32, come fondamentale diritto dell’individuo e interesse della collettività: **“La Repubblica tutela la salute come fondamentale diritto dell’individuo e interesse della collettività, e garantisce cure gratuite agli indigenti.”**

Questo articolo ci parla in maniera esplicita di diritto fondamentale del cittadino, che si traduce nel diritto ad essere curati- anche se non tutti hanno diritto a cure gratuite – ma anche e soprattutto nel **diritto e rispetto all’integrità della persona e alla salubrità dell’ambiente. Si tratta di un diritto garantito dalla Repubblica Italiana, da esercitare sia per se stessi, autonomamente, sia per un interesse collettivo, in un sistema integrato e partecipato; di assolvere un obbligo morale verso noi stessi, di avere rispetto per la vita che ci è data e stata donata; si tratta ancora di un dovere etico-sociale-civico, che ci impone di agire e comportarci in un certo modo perché siamo parte di una collettività, il cui interesse generale non prescinde dall’interesse di ciascuno.**

Se lo stato di benessere psico-fisico o emotivo avvolge il singolo individuo, il beneficio si replica a più livelli e a vantaggio di tutti, nella società e comunità di cui il soggetto è parte integrante. Non è un caso che il diritto alla *salute* sia sancito dalla prima legge dello Stato tra i **“diritti e doveri”** del cittadino nel Titolo **“ rapporti etico-sociali”**.

Siamo tutti chiamati ad impegnarci perché la salute e le nostre aspettative di vita sana non vengano compromesse: cittadini, rappresentanti della politica, istituzioni, medici; oggi, più di ieri, ciascuno per le proprie funzioni e competenze, ma uniti, alleati, in un percorso comune, multidimensionale, interdisciplinare di **“promozione della salute e del benessere psico-fisico”**, volto ad evitare l’insorgenza di malattie”.

Coordinatrice: lettura del documento, elaborato dall’Associazione di volontariato **SCIENZA MEDICINA ISTITUZIONI POLITICA SOCIETA’(SMIPS)** , riportante le ragioni per le quali le malattie croniche e neoplastiche sono in continuo aumento e le molteplici cause della loro insorgenza:

Come conservare salute e aspettative di vita sana

Nella percezione comune, spesso, le malattie assumono i caratteri degli eventi fatali. E intanto oltre un terzo della popolazione, inconsapevole, è colpita da malattie cronico-degenerativo-neoplastiche ed acute, in costante crescita, in larga parte evitabili oltre che prevenibili (diagnosi precoce), trattate spesso con terapie compensative e palliative la cui erogazione, prevedibilmente, diverrà incompatibile con l'universalismo del **Servizio Sanitario Nazionale** per vari fattori, fra cui il progressivo invecchiamento della popolazione e il lievitare di spese socio-sanitarie.

In sintesi:

- la **peste nera del secolo del progresso**, suo misterioso lato oscuro e corollario, spesso indicata per allusioni e parafrasi, avanza (in Italia oltre 1000 nuovi casi/giorno) alimentata da cancerogeni e inquinanti sparsi ovunque nell'ambiente, da errori negli stili di vita, dalla persistenza di 30 milioni di tonnellate di amianto, dal consumo di 54 miliardi/anno di sigarette e affini con conseguenti rischi 30 volte maggiori di contrarre patologie gravate da 93.000 decessi/anno;
- la permanenza di estreme diseguaglianze sociali, che riducono percezione di malattia e attesa di vita, costringono ampi strati di popolazione a **inaccettabili livelli di vita per sé stessi forieri di malattie**;
- l'assenza di informazioni su stili di vita conduce ad abusi di farmaci, parafarmaci, psicofarmaci, stupefacenti ed alcoolici, zuccheri, proteine e grassi animali e saturi, ecc., ed è causa di malattie fra cui cirrosi (oltre 10 milioni) e obesità (5,5 milioni), fin dall'età scolare, con significative riduzioni dell'aspettativa di vita;
- aumenta la consapevolezza scientifica che parte delle malattie definite ereditarie, compresi i disturbi del neuro-sviluppo, siano prodotte da alterazioni geniche acquisite nel periodo gestazionale pre-natale e nei primi mesi di vita. Tali alterazioni, definite "epigenetiche", provengono dagli effetti di inquinanti, tabagismi vari, stupefacenti, alcolici, stress, povertà, carenze e squilibri alimentari, infezioni virali, batteriche, ecc.;
- nonostante 25 miliardi/anno spesi dall'Italia (Organizzazione Mondiale della Sanità) per far fronte alle conseguenze dei consumi eccessivi di alcoolici, gli abusi rappresentano la causa principale di morte e disabilità tra i giovani, oltre a rischi di demenze e decessi di 75.000 persone/anno;
- i consumi di oltre 10 gr/die di alcool rappresenta un fattore di rischio per neoplasie della mammella in pre-post-menopausa, di oltre 20 gr/die per neoplasie dell'apparato digerente, senza contare gli effetti potenziati da tabagismi, erranee alimentazioni e fattori nocivi vari.

Di fronte a questa situazione, appena delineata, dalle conseguenze catastrofiche se immediatamente non si corre ai ripari sul piano personale e comunitario, il compito di donne e uomini è "*seminare dubbi, non raccogliere certezze*".

Scienza e Medicina parlino, Politica e Istituzioni ascoltino e agiscano in nome del bene comune.

Fra le priorità:

- informazioni dirette, dettagliate ed inequivocabili alla cittadinanza, fin dalle Scuole primarie, sulle conseguenze del complesso dei diversi stili di vita;
- invito formale, fatta salva l'autonomia didattica, che la trasmissione del sapere medico evidenzia maggiormente le origini "sogettive" delle malattie e la loro possibile evitabilità;
- sostegno serio alla ricerca epidemiologica e di base per individuare e segnalare i fattori scatenanti patogenetici ed epigenetici;
- progetti organici per eliminare inquinanti, amianto, fossili e cancerogeni circolanti e sostanze nocive a partire dalla catena alimentare;
- avvio di indagini sui reali effetti delle onde elettromagnetiche;
- superamento delle ragioni della dilagante povertà economica e culturale;
- favorire il trasporto sicuro ed efficiente in assenza di emissioni tossiche;
- privilegiare la produzione "pulita" di alimenti e merci di ogni genere;
- varare programmi di prevenzione primaria e secondaria ben accessibili e motivati:
- istituire controlli sistematici su strade (circa 170.000 incidenti, 3.400 letali/anno) e luoghi di lavoro (un decesso ogni 3 giorni, oltre 160.000 denunce/anno);
- favorire parità di genere, aggregazioni sociali, mobilità, assistenze attive per contrastare disagi, sofferenze, solitudini, povertà, decadimenti psico-fisici.

Prof.ssa Maria Luisa Duraturo, docente di Matematica e Scienze presso la Scuola secondaria di primo grado, "Lavinia Fontana", Bologna: lettura dell'elaborato di SMIPS:

Come conservare la salute seguendo alcuni principi basilari

Le proposte di **prevenzione primaria (evitare la malattia)** e di **prevenzione secondaria (diagnosi precoce)** nascono dall'intento di concentrare l'attenzione di cittadine e cittadini sulle "*...conoscenze dei progressi medici fondati sul rigore etico e scientifico della ricerca, i cui fini sono la tutela della salute e della vita*" (dal "**Giuramento d'Ippocrate**" aggiornato il 13 giugno 2014).

Per ogni persona vogliamo significare l'invito a collocare la propria e altrui salute nelle dimensioni della vita quotidiana cercando di avere cura di sé stessi e degli altri, ma senza rinunciare a domandare a *Istituzioni e Organizzazioni socio-sanitarie* condizioni di vita e provvedimenti di *prevenzione primaria e secondaria* che aiutino a mantenere un buon livello di benessere per tutti a difesa della *salute*, da intendere non soltanto come assenza di malattia, ma come condizione di *pieno benessere*.

Stili di vita, condizioni sociali e ambientali sani, unitamente all'efficienza e all'efficacia del Servizio Sanitario Nazionale a carattere universale, incrementano le aspettative di vita e di "vita sana". ”

- *Prof. Francesco Domenico Capizzi: presentazione, attraverso la proiezione di diapositive, dei dati della ricerca sulle cause delle malattie cronicodegenerativo-neoplastiche e loro incidenza sulle aspettative di vita della popolazione.*

Problemi di salute in Italia

- Malattie acute: 10%
- Traumi: 15%
- Malattie croniche: 75%

- Le **malattie croniche** causano:
 - 86% dei decessi
 - 77 % degli anni di vita in salute persi
 - 75% dei costi sanitari



Regione Toscana

MALATTIE CRONICO-DEGENERATIVE IN ITALIA

cardio-vasculopatie, ipertensione, obesità, diabete, cirrosi, pneumopatie, endocrinopatie, psicopatie, demenze... **IN AUMENTO COSTANTE**

- **1-3 50% > 60-65a.**
- **80% EVITABILI**

Adnkronos 2017, OMS 2021, ISTAT 2022

- **NEOPLASIE IN ITALIA 2022: +14.000 = 391.000**
maschi +1.4% femmine +0,7%

- **RISCHI DI TUMORE NEL CORSO DELLA VITA:**
- **1 / 2 MASCHI**
- **1,2 / 3 FEMMINE**
- **> 1000 nuovi T./die**

- **PROBABILITÀ MEDIA DI GUARIGIONE: 43-57%**

AIRTUM 2021; ISTAT 2021; AIRC 2023

- **«LA BATTAGLIA CONTRO IL CANCRO È BEN LUNGI DALL'ESSERE VINTA PERCHÉ LA STRATEGIA PRATICATA CONTINUA A ESSERE INCENTRATA QUASI DEL TUTTO SU DIAGNOSI, TECNOLOGIE SOFISTICATE E TERAPIE, CON INVESTIMENTI RESIDUALI SU POSSIBILI AZIONI PREVENTIVE»**

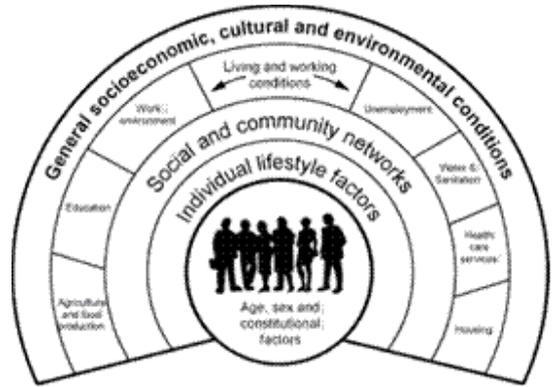
CHANGE ON THE CANCER, NATURE 2017

- **ORIGINE DELLE MALATTIE**

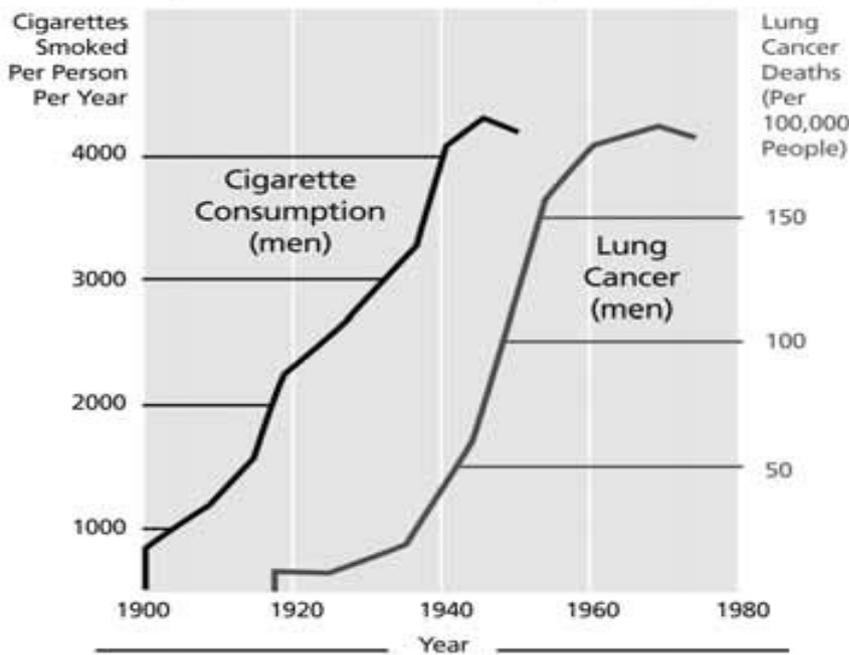
- I°- NON SONO EVENTI FATALI INEVITABILI COME LA FORZA DI GRAVITÀ, LE ERUZIONI, LE MAREE, I MOVIMENTI TELLURICI...
- II°- DIPENDONO DA *SQUILIBRI OMEOSTATICI* PER STILI DI VITA, CONTESTI SOCIALI E PRODUTTIVI, AMBIENTALI, INQUINAMENTI, ecc.
- III°- NELL' 80% SONO EVITABILI (*OMEOSTASI*)

OMS 2007; AGENZIA EUROPEA AMBIENTE, 2019

- **SALUTE/MALATTIA: CENTRALITA' E INFLUENZABILITA' DELL'OMEOSTASI**
- **OMEOSTASI: AUTOGOVERNO DI OGNI ORGANISMO VIVENTE, PRESIEDE A EQUILIBRI FISIOLGICI, COMPOSIZIONI, DURATA E MISSIONE DI CELLULE, ORGANI E APPARATI, PROCESSI RIPARATIVI, DIFESE IMMUNITARIE, EVOLUZIONI E ADATTAMENTI ALL'AMBIENTE, CONTRASTA EVENTUALI SQUILIBRI PROVENIENTI DALL'INTERNO E DALL'ESTERNO DI ORGANISMI.....**
- **SALUTE/MALATTIA=EQUILIBRIO/FLESSIONE/ROTTURA DELL'OMEOSTASI PER STILI DI VITA, AMBIENTE,CONDIZIONI SOCIO-ECONOMICHE E CULTURALI...**
- **ESEMPIO DI INFLUENZE OMEOSTATICHE: FATTORI SOCIALI, ECONOMICI, OCCUPAZIONALI, CULTURALI, AMBIENTALI E STILI DI VITA CONDIZIONANO LE CONDIZIONI DI SALUTE INDIVIDUALI E DI GRUPPI OMOGENEI (OMS 2007):**



20-Year Lag Time Between Smoking and Lung Cancer



- UNA MISSIONE COMUNE:
- SCIENZAMEDICINAISTITUZIONIPOLITICASOCIETA'

Bisogna ammettere che le riforme politico-istituzionali hanno agito sulla salute almeno quanto i progressi della Medicina scientifica»...obbligo scolastico, divieto del lavoro minorile e dignità del lavoro, Statuto dei lavoratori, migliori condizioni di vita quotidiana e alimentare, risanamenti ambientali, maggiore igiene, istituzione del Servizio Sanitario Nazionale, chiusura dei manicomi, legge 194, Diritti civili, ecc. G.Watt, «The inverse care law today», Lancet,2012,360

Coordinatrice: Professoressa Giovanna Facilla:

“ Alla luce dei dati rappresentati, interessanti, ma molto inquietanti, urge affrontare la questione invertendo la rotta, adottando un approccio olistico, sistemico, globale che generi un deciso CAMBIAMENTO: di prospettiva, culturale, sociale, organizzativo, di metodo.

Occorre promuovere, innanzitutto, percorsi di prevenzione, di comportamenti e stili di vita sana valorizzando ogni azione, *in primis* di educazione, informazione, formazione. Il percorso va sviluppato a più livelli in un quadro di attività circolari e sistematiche che tengano conto dei fattori che influenzano la salute della persona: tra questi i geni, le condizioni ambientali, socio-economiche, il sistema sanitario.

Tra le Istituzioni, la Scuola è agenzia culturale cardine per muovere azioni di preservazione della salute, è setting prioritario per investire sul benessere dei bambini, ragazzi e dei giovani, per realizzare percorsi di informazione, formazione e crescita di adulti responsabili, consapevoli. E' luogo di prevenzione primaria, ove è possibile modificare o interrompere, sin dal nascere, comportamenti scorretti.

I comportamenti non salutari si instaurano già durante l'infanzia e l'adolescenza. E' importante individuarli e intervenire precocemente con azioni mirate, in alleanza e collaborazione con le famiglie, quando i comportamenti sono facilmente influenzati e influenzabili da modelli e dalle figure di riferimento.

L'approccio efficace prevede lo sviluppo di un percorso trasversale, multidisciplinare, basato sulla conoscenza, sulla prevenzione dei comportamenti a rischio, sull'adozione di comportamenti e stili di “vita salutari” con il coinvolgimento di tutte le componenti della comunità scolastica: studenti, genitori, docenti, dirigente scolastico e le istituzioni del territorio”.

La Scuola è luogo privilegiato per promuovere *salute* attraverso un approccio trasversale, interdisciplinare in grado di favorire l'acquisizione di conoscenze e competenze integrate nel percorso didattico formativo e curricolare.

Gli studenti e le studentesse delle classi seconde della scuola secondaria di primo grado, Lavinia Fontana di Bologna, sensibilizzati al *tema della salute* dai rispettivi docenti di Scienze, Tecnologia e Sostegno e da loro guidati in un mirato percorso didattico e di apprendimento, hanno inteso approfondire la conoscenza delle misure preventive da adottare al fine di acquisire e mantenere corretti stili di vita volte a migliorare le aspettative di vita. In gruppo, con metodo collaborativo e cooperativo, hanno elaborato delle diapositive centrate sulle “**Venti proposte di prevenzione primaria d'iniziativa personale**” elaborate da SMIPS:

N. 3 gruppi di ragazzi e ragazze, rappresentanti delle classi 2 A, 2B, 2 C : lettura e commento delle diapositive.

Come conservare salute e buone aspettative di “vita sana”

- **Venti proposte di prevenzione primaria d'iniziativa personale:**

1. Astenersi da ogni forma di tabagismi, “svaporismi” elettronici, inalazioni e tabacchi riscaldati: si evitano rischi, fino a 30 volte superiori, di contrarre neoplasie, infarti, ictus, insufficienze respiratorie, aterosclerosi, sordità, demenze, ecc.; rifiutare del tutto qualsiasi tipo di droghe;
2. Limitare alcoolici a modiche quantità: non più di un bicchiere di vino/die (meglio rosso) ed escludere o quasi superalcoolici per ridurre rischi di malattie croniche, acute e neoplastiche;
3. Contenere i consumi di zuccheri, sale (meno di 5 g./die), pepe, grassi animali e saturi per contrastare sovrappesi (40% della popolazione) e obesità (>5 milioni, in aumento) con rischi aggiuntivi di acquisire diabete, ipertensione, aterosclerosi, steatosi epatica, ecc.;
4. Fermarsi a due-tre caffè o tè al giorno per non sovra-stimolare gli apparati cardio-circolatorio-respiratorio e alterare il ritmo sonno-veglia; non eccedere in lassativi per non squilibrare il microbioma intestinale;
5. Evitare o ridurre molto l’uso di bevande confezionate, specialmente se con aggiunta di coloranti e zuccheri, compreso l’aspartame, e contenute in plastiche;
6. Alimentarsi bene senza eccessi tre volte al giorno, ricorrere a spuntini se non per frutta e verdura, seguire la dieta mediterranea (pasta, pane, poca carne, pesce, verdure, cereali, legumi, agrumi, olio d’oliva), usare cibi freschi e spesso vegetali; masticare accuratamente con piccoli bocconi e idratarsi più volte in abbondanza soprattutto fuori dai pasti;
7. Preferire, quando possibile, l’acqua del rubinetto (“acqua del Sindaco”), senza filtraggi casalinghi, alle oligominerali specialmente se contenute in plastiche;
8. Curare bocca e denti dopo i pasti servendosi di acqua tiepida, fili, scovolini e spazzolini senza o con minimo dentifricio: sottoporsi a periodica igiene dentale e dei condotti uditivi (cerume);
9. Lavarsi spesso le mani, ma non eccedere in docce, lavaggi di capelli e utilizzo di detergenti;
10. Camminare in modo sostenuto per oltre 4 km/settimana, equivalenti ad almeno 150’ di attività moderata-mista, rinunciare spesso all’automobile, scendere e salire scale, ridurre l’uso di ascensori e scale mobili, utilizzare biciclette e

- cyclette, piscine e attrezzi ginnici anche casalinghi, dormire pienamente almeno 7 ore/notte preferibilmente su materassi semi-rigidi; interrompere ogni 30' la posizione seduta prolungata;
11. Ridurre i tempi dedicati a tv, telefoni e computer a favore di letture, proprie scritture, convegni, cinema, teatri, incontri, superare in genere la tendenza alla passività, coltivare hobby;
 12. Servirsi di fazzoletti di carta per manipolare rubinetti, maniglie (gomito all'occorrenza) e attrezzi vari nei bagni pubblici, chiudere la tavoletta prima di attivare lo sciacquone;
 13. Nell'opportuna esposizione solare, escludendola o limitandola nelle ore centrali, servirsi sempre di creme protettive 30-50, per tutte le superfici esposte, e di occhiali anti-UVA-UVB;
 14. Astenersi dalle "cure fai da te"; vaccinarsi e curarsi quando consigliato dal Medico; usare prudenza ad assumere parafarmaci e prodotti pubblicizzati;
 15. Rispettare il Codice della strada ed anche astenersi da alcoolici: 175.000 incidenti con 165.000 feriti, 3.400 decessi/anno (I° causa <25 anni) molte lesioni e menomazioni gravi e permanenti;
 16. Seguire con scrupolo i Regolamenti di prevenzione sul lavoro: circa 560.000 incidenti, 1.200 decessi, 61.000 denunce di malattie professionali/anno, delle quali parecchie irreversibili;
 17. Usare prudenza nelle case: 4 milioni di incidenti domestici, 8.000 mortali/anno; accertarsi di assenza d'amianto e fonti nocive e risolvere le situazioni di precarietà strutturali;
 18. In tutte le età restare sempre attivi e interattivi, immersi nella vita quotidiana, sociale, culturale e politica, frequentare Centri di aggregazione, ricreativi, sportivi e del "Terzo settore", favorirne creazione e sviluppo, combattere discriminazioni ed essere operatori di pace e di democrazia;
 19. Preferire il trasporto pubblico, lasciare spesso l'autobus in fermate precedenti o seguenti, modificare i propri abituali tragitti a piedi; parcheggiare l'auto distante dalla meta;

20. Contribuire a salvaguardia di ambiente e risparmio energetico: 80.000 morti per inquinamenti.

- **Quattro proposte di prevenzione secondaria (diagnosi precoce):**

1- Consigliata una retto-colonscopia (accanto allo screening del “sangue occulto”) dopo i 45 anni, dopo i 40 anni con fattori aggiuntivi di rischi: tabagismi anche pregressi, eccessi in consumi di alcool, carni, grassi animali e saturi, obesità, familiarità di neoplasie colo-rettali;

2- Adesione a screening per retto-colon, mammella, utero;

3- Consigliati controlli prostatici dopo i 60-65 anni;

4 - Consigliata almeno una Tac toracica, trascorsi 20-30 anni di tabagismi vari.

Coordinatrice professoressa Giovanna Facilla: **l’approccio globale, olistico, raccomandato dall’OMS, è fondamentale per affrontare la questione in un quadro d’insieme, combinando interventi nelle aule scolastiche e sugli ambienti, intrecciando cambiamenti individuali e trasformazione sociale.** Tale approccio è realizzabile nella Scuola grazie all’autonomia delle istituzioni scolastiche, le quali possono ricorrere ad ogni mezzo e strumento loro consentito, per raggiungere i propri obiettivi formativi e di promozione della salute. **L’autonomia scolastica consente alle Scuole di intrecciare relazioni col territorio, stipulare convenzioni con le organizzazioni del Terzo settore, costruire Reti, alleanze con soggetti locali impegnati in ambito sanitario e in azioni di prevenzione per realizzare attività e progetti volti a innalzare il livello di istruzione e della salute della comunità.**

La Scuola è luogo privilegiato per **promuovere salute** attraverso un approccio metodologico inclusivo, proattivo, trasversale, interdisciplinare, multidimensionale. Si chiede ai relatori intervenuti quali siano le attività e iniziative agite dagli Enti istituzionali, che essi stessi rappresentano, per promuovere salute e benessere nella comunità e tra i cittadini.

Assessore Luca Rizzo Nervo

La città di Bologna e, in generale, la Regione Emilia Romagna sono entità locali virtuose rispetto ad altre realtà e al territorio nazionale. Concorrono sullo stesso piano pochissime altre regioni come il Veneto, la Lombardia, il Trentino Alto Adige. **L’attenzione per la salute pubblica è viva nelle sedi istituzionali e politiche.** Molti sono i progetti di sostenibilità ambientale, di contrasto alla sedentarietà per la promozione del benessere, di educazione alimentare e ambientale promossi dal **Comune di Bologna**. Si pensi al *Pedibus*, a *Parchi in movimento 2022*, *Pillole in movimento*, *Merende e spuntini di frutta*, *Good for food*. Non manca le indagini dell’Assessorato sullo stato di salute della città e sulle diseguaglianze sociali dei

cittadini supportate da periodici monitoraggi e dalla mappatura delle fragilità. La salute dei cittadini è controllata attraverso n. 3 programmi screening per la diagnosi precoce di tumori di maggiore diffusione in più coorti d'età.

Le azioni del Comune si basano sul rispetto del principio di *prossimità alle persone*.

Dott. Paolo Pandolfi

L'intervento della Scuola in un progetto di *promozione della salute* è fondamentale. La mobilitazione di ogni risorsa comunitaria è essenziale per costruire una comunità virtuosa. Le Scuole possono pianificare un cambiamento attraverso la partecipazione attiva degli studenti e delle studentesse in un processo di informazione e percorso circolare e trasmissivo di testimonianza. **Gli studenti e le studentesse che hanno presentato le diapositive sono testimoni, ambasciatori di salute;** rappresentano risorse fondamentali e necessarie per l'attuazione del cambiamento richiesto in cui la salute non sia più un contenuto tematico, ma una parte integrante dell'attività quotidiana. La Regione Emilia Romagna è impegnata nello sviluppo di un Piano che preveda azioni/interventi per **facilitare l'adozione competente e consapevole di comportamenti e stili di vita sani attraverso il cambiamento dell'ambiente scolastico, sul piano sociale, fisico e organizzativo.** Per realizzare il cambiamento è necessario creare "relazioni" e generare "cultura"; i binomi *cultura - salute* e *lavoro - salute* sono i fattori verso cui occorre indirizzarsi per assicurare e mantenere il benessere tra gli individui e nel contesto sociale. **Bologna è una comunità vivace, viva e vera; è una città ove ci sono diseguaglianze sociali.** Tra il nord e il sud della città si registra una differenza di circa cinque anni in meno per il nord in termini di **aspettative di vita**. Il dato evidenzia la necessità di agire nel rispetto del principio di *prossimità* verso i cittadini; principio che nella città di Bologna non è inosservato ma, al contrario, costantemente e concretamente agito.

Dr. Marco Cupardo (Ordine dei Medici di Bologna):

Condivide la necessità di **favorire l'attività di prevenzione primaria e secondaria delle malattie per una questione etico-deontologica**, ma anche perché l'aumento costante delle malattie può diventare non compatibile con le potenzialità del Servizio sanitario pubblico e in particolare con la Medicina del territorio.

Coordinatrice Professoressa Giovanna Facilla:

Storicamente, il *tema della salute* nelle scuole si è basato su un approccio settoriale, meramente educativo. **Non pochi anni fa, temi come il fumo, l'alcool, l'alimentazione, le droghe, la sicurezza, il benessere psicologico si affrontavano separatamente attraverso interventi nelle classi.** I temi erano sviluppati in modo settoriale e frammentario da soggetti esterni. **L'approccio odierno è mutato e tende all'*empowerment* e all'*engagement* della comunità, a un "approccio globale" ove tutti possano promuovere e acquisire conoscenze, abilità che conducano allo sviluppo di competenze personali, indispensabili per prendere decisioni corrette,**

resistere a suggestioni, tentazioni che possono indurre scelte comportamentali non salutari.

La Scuola è setting formativo basilare per promuovere il necessario ***cambiamento culturale e sociale***. E' luogo ove, attraverso un *piano di miglioramento* integrato, interdisciplinare e multidimensionale, è possibile qualificare l'istruzione, migliorare l'ambiente fisico, strutturale e organizzativo, **rafforzare la collaborazione comunitaria, sviluppare le competenze individuali di tutti i componenti della comunità scolastica: studenti, famiglie, docenti e non, il capitale sociale e umano.**

Le competenze individuali raccomandate dall'OMS sono le *life skills* e sono rappresentate dalla capacità di saper prendere decisioni, porre e risolvere problemi, saper comunicare efficacemente, gestire le relazioni, le emozioni e lo stress. Si tratta di una serie di competenze che portano a comportamenti positivi sia sul piano individuale, sia su quello sociale, che rendono la persona capace di affrontare efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana; sono competenze *chiave europee e di cittadinanza* che ciascuno studente è chiamato a maturare durante il proprio percorso di studi e a portare a compimento al termine del ciclo formativo.

Le competenze sono declinate nei curricoli di Istituto, definiti dalle Scuole sulla base delle *Indicazioni Nazionali per il curricolo 2012*, delle *Raccomandazioni del Consiglio europeo del 2018*, nonché in osservanza alle disposizioni legislative in materia scolastica degli ultimi anni.

Se nel 2006 la Scuola operava perché gli studenti e le studentesse raggiungessero *competenze sociali e civiche*, nel 2018, grazie all'evoluita visione culturale della società, alla mutata prospettiva formativa e al richiesto “ **approccio scolastico globale**”, **si lavora per formare cittadini con competenze personali, sociali e capacità di imparare a imparare, quindi studenti responsabili in grado di operare anche scelte consapevoli di vita sana per sé e per il benessere della comunità.**

La Legge 107/15, attraverso l'istituzione dell'organico potenziato, ha offerto alle Scuole l'opportunità di includere la promozione della salute, il benessere e la cultura della sicurezza e della legalità nei Piani triennali dell'offerta formativa con una **visione integrata, secondo il principio della pianificazione partecipata col territorio.**

L'integrazione del curricolo scolastico con esperienze extra scolastiche, da realizzarsi con altri soggetti istituzionali, enti locali, con il mondo del volontariato del Terzo settore, con particolare riguardo a quelli impegnati nella promozione della cittadinanza attiva, è prevista dalla legge 20 agosto 2019 n. 92 (art. 8 - Scuola e territorio) che ha introdotto *l'insegnamento trasversale dell'educazione civica* per n. 33 ore in tutti gli ordini di scuola. La suddetta legge e il relativo D. M. n. 35 del 22 giugno 2020 applicativo hanno favorito l'integrazione dei curricoli di Istituto con percorsi educativi centrati sulla promozione del pieno e sano

sviluppo della persona, di comportamenti improntati a uno stile di vita favorevole alla salute, a una cittadinanza consapevole dei diritti, dei doveri e delle regole di convivenza, delle sfide del presente e dell'immediato futuro, della capacità di agire da cittadini responsabili e di partecipare pienamente e consapevolmente alla vita civica, culturale e sociale della comunità. Tra i contenuti essenziali dell'insegnamento: l'Agenda 2030 dell'ONU con i suoi 17 obiettivi da perseguire entro l'anno. Questi non riguardano solo la salvaguardia dell'ambiente e delle risorse naturali, ma anche la **costruzione di ambienti di vita, di città, la scelta di modi di vivere inclusivi e rispettosi dei diritti fondamentali delle persone, primi fra tutti la salute, il benessere psicofisico, la sicurezza alimentare, il lavoro dignitoso, un'istruzione di qualità.**

Il profilo delle competenze al termine del primo ciclo di istruzione riferite all'insegnamento trasversale ***dell'educazione civica*** prevede, tra l'altro, **che lo studente comprenda i concetti del prendersi cura di sé, della comunità, dell'ambiente, che promuova il rispetto verso gli altri, l'ambiente, la natura e sappia riconoscere gli effetti del degrado e dell'incuria.**

Conclusione:

CONOSCENZA, APPRENDIMENTO, BENESSERE, COMPETENZE PERSONALI TROVANO LUOGO NELL'AMBITO DI UN PIANO DI MIGLIORAMENTO E DI *PREVENZIONE PRIMARIA E UNIVERSALE*, TRASVERSALE, INTERDISCIPLINARE, MULTIDIMENSIONALE, PARTECIPATO, INTEGRATO COL TERRITORIO E SONO ALLA BASE DELLA CONSERVAZIONE DELLA SALUTE E DEL BENESSERE INDIVIDUALE E DELLA COLLETTIVITÀ.