



ISTITUTO DI MEDICINA DELLO SPORT - F.M.S.I. DI TORINO

Centro di Eccellenza Federale per la Ricerca in Medicina dello Sport

INIZIATIVA DI SPERIMENTAZIONE E RICERCA del Progetto Kinder + Sport



***La Federazione Italiana Pallavolo
per la Scuola Primaria
"1,2,3 Minivolley!"***



ISTITUTO DI MEDICINA DELLO SPORT - F.M.S.I. DI TORINO

Centro di Eccellenza Federale per la Ricerca in Medicina dello Sport

Descrizione prospettica della valutazione scientifica su base statistica del progetto Kinder + Sport

PREMESSA

Da circa un decennio si è raggiunta in Europa e negli Stati Uniti la consapevolezza che il diffuso benessere può comportare anche potenziali nuovi e gravi pericoli per la salute. Non solo, anche lo stesso concetto di salute ha subito, almeno in questo contesto geografico, una drammatica modificazione in relazione alla sua antitesi, cioè l'idea che da malattia acuta infettiva e ad andamento epidemico è passata a quella di malattia cronica, degenerativa e di riduzione dell'efficienza fisica.

In altre parole, ridottasi la mortalità infantile legata alle patologie "antiche", aumentata la longevità fino a livelli imprevedibili anche solo 25 anni fa, migliorato nettamente il livello di prestazioni sanitarie per la stragrande maggioranza di popolazione, è emersa una nuova "patologia a carattere comportamentale" che sta causando molti problemi e preoccupazioni.

Si tratta della cosiddetta "sindrome ipocinetica" caratterizzata da una riduzione drastica del movimento, il che comporta "a cascata" problemi di iperalimentazione, riduzione del metabolismo energetico, incremento del peso e, quindi, il manifestarsi con numeri sempre più importanti di diabete, ipertensione, malattie cardiovascolari, malattie polmonari, rigidità articolari, ipotonia muscolare: in altri termini, l'insieme delle nuove malattie legate al cosiddetto "stile di vita" errato.

Si è cercato in questi anni di sensibilizzare la popolazione al problema utilizzando le ricerche degli scienziati medici, le campagne dei "media", l'impegno delle parole di ogni grado, l'apporto del complesso e variegato mondo dello sport, ma i risultati tardano a giungere anche se in qualche caso cominciano a rimanere tracce significative nel comportamento della gente.

Per questo motivo non bisogna abbassare la guardia, coinvolgendo il mondo PUBBLICO e quello PRIVATO, favorendo la trasmissione di informazione (internet-congressi-pubblicazioni) e cercando di lanciare campagne di sensibilizzazione "a più mani".

BACKGROUND

A questo proposito l'Istituto di Medicina dello Sport FMSI di Torino da anni esegue controlli sullo stato di salute e sul grado di efficienza fisica degli alunni di entrambi i sessi frequentanti la prima media nelle scuole sia pubbliche che parificate ai fini di valutare l'idoneità fisica e l'attitudine all'attività motoria degli stessi.

A partire dagli inizi degli anni '80 ad oggi i soggetti visitati hanno superato le 200.000 unità. Le visite sono state sistematizzate con la creazione di un libretto medico-sportivo in funzione di valutazioni funzionali, che consentono di ampliare il quadro clinico e precisare il grado di accrescimento biologico globale raggiunto.

Tale libretto medico sportivo viene consegnato a ciascuna famiglia oltre ad essere archiviato in copia presso l'Istituto.

Questa iniziativa ha permesso di raccogliere una quantità elevata di dati di difficile riscontro in letteratura, anche internazionale per tali temi, e rappresentano il quadro dello stato di salute della popolazione giovanile di una città metropolitana, quale vuole essere Torino, nell'arco di un ventennio.

Questi dati sono stati raccolti in 3 pubblicazioni, allegate a questo documento, intitolate BAMBINI A TORINO 1982-'91, 1996-'97, 2001-'02 (una 4°, 2006-'07, è in fase di pubblicazione): di molto interesse sono anche le considerazioni sull'eccesso ponderale incrementatosi nel tempo fino a valori tanto noti quanto inaccettabili, di tale segmento di popolazione.

MODELLO DI MONITORAGGIO

In considerazione del grande numero di interventi e progetti di cui la Scuola Primaria è fatta oggetto soprattutto riguardo l'area dell'Educazione Motoria, è intenzione dell'Istituto iniziare in via sperimentale **un monitoraggio rispetto alle eventuali ricadute che i progetti e le proposte motorie stanno trovando**. In effetti, vi sono spazi sempre più ampi all'interno dei percorsi didattici in relazione alla prevenzione della salute, lo stato di benessere e la valutazione funzionale di soggetti in accrescimento, vale a dire l'ambito in cui si muove l'Istituto.

L' iniziativa più significativa nell'ambito della Scuola Primaria, sia per numero di soggetti coinvolti che per estensione territoriale, è stata la distribuzione di un kit di Minivolley del progetto FIPAV - Kinder + Sport (vedere allegato) e della relativa formazione all'attività: da ciò la volontà di misurarne l'impatto sulla popolazione infantile/adolescenziale.

Il monitoraggio dell'iniziativa si concretizzerà in modo significativo grazie all'interazione tra più Istituzioni che a pieno titolo vivono quotidianamente le problematiche accennate in premessa, sia dal punto di vista di prevenzione

ISTITUTO DI MEDICINA DELLO SPORT
DI TORINO

Stadio Olimpico (ex Comunale) – Via Filadelfia, 88 – 10134 Torino
Tel. 011.396.275 – 011.325.701 – Fax 011.325.003

della salute, che sotto l'aspetto della promozione dell'attività motoria e sportiva all'interno della scuola, come fattore favorente la creazione di corretti stili di vita oltre che di apprendimento tecnico di una disciplina sportiva.

I soggetti coinvolti oltre all'Istituto di Medicina dello Sport F.M.S.I. di Torino, sono: Federazione Italiana Pallavolo (FIPAV) in concertazione con il MIUR (Ministero Istruzione Università Ricerca) nell'ambito del Protocollo d'Intesa (allegato a questo documento), Federazione Italiana di Atletica Leggera, Regione Piemonte attraverso la Direzione Scolastica Regionale, CONI Piemonte (Comitato Olimpico Nazionale Italiano), la Ferrero S.p.A. e A.D. Advanced Distribution S.p.A.

Il campione è stato individuato prendendo in considerazione tutta l'area urbana della città di Torino, in modo da poter operare sulle più varie tipologie di Scuola, sia dal punto di vista strutturale (presenza di palestre e/o parchi cittadini nelle vicinanze), che di tipologia di popolazione (aree più residenziali, rispetto ad aree particolarmente sensibili al fenomeno dell'immigrazione).

Il monitoraggio coinvolgerà un numero di soggetti e di classi corrispondenti circa al 5% della totalità degli alunni del primo anno di Scuola Secondaria di I° grado che l'Istituto visiterà durante il corrente anno scolastico (6.000 unità circa). Sono state individuate e monitorate le seguenti Scuole Secondarie di I° grado:

- Scuola media Antonelli
- Scuola media Castello di Mirafiori
- Scuola media Bobbio + Succursale
- Scuola media Faa' di Bruno.

Le Scuole considerate sono Scuole di riferimento di quartiere dove si presume confluisca circa l'85/90% degli alunni della Scuola Primaria di zona. Ciò consentirà di poter contare su una significativa percentuale di ragazzi che durante l'insegnamento primario hanno condiviso lo stesso tipo di metodologia e di progettualità didattica anche riguardo l'Educazione Motoria.

A seguito della conferma e monitoraggio delle Secondarie di I° grado, le scuole Primarie alle quali si farà riferimento sono le seguenti:

- Scuola Elementare Casalegno sezioni A B C D
- Scuola Elementare Castello di Mirafiori sezioni A B C
- Scuola Elementare Perotti sezioni A B C D E
- Scuola Elementare Gabelli sezioni A B C D E
- Scuola Elementare Faa' di Bruno sezioni A B

ISTITUTO DI MEDICINA DELLO SPORT
DI TORINO

Stadio Olimpico (ex Comunale) – Via Filadelfia, 88 – 10134 Torino
Tel. 011.396.275 – 011.325.701 – Fax 011.325.003

Il Kit didattico relativo al Minivolley comprende più opzioni:

1. consegna del kit ed utilizzo libero da parte dell'insegnante di classe
2. consegna del kit e partecipazione dell'insegnante di classe ad attività di aggiornamento dedicata
3. consegna del kit, aggiornamento dell'insegnante ed intervento per un certo numero di ore di lezione di un tecnico della Federazione (FIPAV)

Il nostro monitoraggio copre un campione che fa riferimento all'opzione n.3

Per quanto riguarda l'anno scolastico in corso, si farà riferimento alle classi di 1° media che sosterranno la visita presso l'Istituto di Medicina dello Sport di Torino e il monitoraggio riguarderà quindi l'accaduto dell'anno scolastico precedente. Il modello sarà quindi eterogeneo, ma darà un'iniziale dato di partenza, che si aggiungerà ai dati storici ventennali di cui sopra.

PROTOCOLLO del MONITORAGGIO

Durante le visite che verranno svolte durante ogni anno scolastico per le classi di 1° media, gli studenti saranno sottoposti alla valutazione e quantificazione delle eventuali ricadute cognitive prodotte dal coinvolgimento in specifici progetti di attività fisica durante il ciclo scolastico primario attraverso la compilazione di un Questionario, e seguente protocollo di valutazione :

- misure antropometriche
- controllo posturale
- controllo del visus
- esame delle urine
- prove dinamometriche
- prove spirometriche
- elettrocardiogramma a riposo
- prova di lavoro muscolare tarato con registrazione continua dell'elettrocardiogramma
- valutazione della massima potenza aerobica secondo Astrand
- valutazione della mobilità articolare
- valutazione della composizione corporea attraverso bilancia impedenziometrica (Tanita)
- Test per la valutazione della massima potenza anaerobica (Test di Margaria)
- Valutazione Capacità Coordinative
- Tests specifici inizio e fine anno su gruppi lavoro e campione condivisi con FIPAV

ISTITUTO DI MEDICINA DELLO SPORT
DI TORINO

Stadio Olimpico (ex Comunale) – Via Filadelfia, 88 – 10134 Torino
Tel. 011.396.275 – 011.325.701 – Fax 011.325.003

CONCLUSIONI

L'anno scolastico 2008/2009, rappresenterà un anno di studio preliminare con il monitoraggio di un gruppo eterogeneo di soggetti, ovvero sottoposti a protocolli di uso del Kit di Minivolley non standardizzati.

Successivamente la continuità del protocollo che viene applicato dalle classi svilupperà le caratteristiche di un gruppo omogeneo che verrà monitorato per l'intera durata del ciclo scolastico primario (5 anni). L'impatto pieno del progetto Kinder + Sport potrà essere, quindi, valutato all'inizio dell'anno scolastico 2014/2015, quando si presenteranno alla visita medica di 1°media i soggetti che saranno stati sottoposti per l'intero ciclo primario all'uso dei Kit.

Il monitoraggio verrà effettuato con semplici test medici e motori proposti presso l'Istituto di Medicina dello Sport durante la visita programmata con la classe. Saranno omogenei a quelli eseguiti dal 1982 ad oggi e, quindi, confrontabili. Le variazioni di trend pluriennale sotto l'aspetto ponderale e di efficienza fisica che risulterà sarà l'elemento di valutazione dell'efficacia del progetto Kinder + Sport.

Il monitoraggio si avvarrà anche di questionari. Gli stessi verranno proposti a più soggetti che hanno avuto un rapporto diretto con il ragazzo, e grazie alla possibilità di integrare tra loro le risposte, sarà possibile ricavare un'immagine il più possibile reale del percorso didattico e delle significatività dell'intervento.

Verranno quindi distribuiti:

- un questionario indirizzato alle famiglie che cercherà di evidenziare oltre a informazioni generali circa gli stili di vita del ragazzo, le specifiche riguardanti l'attività sportiva praticata o che si vorrebbe praticare;
- un questionario informativo rivolto alle maestre della Scuola Primaria che hanno aderito all'iniziativa nell'anno scolastico precedente, per conoscere le modalità di attuazione del progetto;
- un questionario proposto ai ragazzi per la valutazione delle ricadute cognitive del progetto.

ISTITUTO DI MEDICINA DELLO SPORT
DI TORINO

Stadio Olimpico (ex Comunale) – Via Filadelfia, 88 – 10134 Torino
Tel. 011.396.275 – 011.325.701 – Fax 011.325.003

I dati che ci si aspetta di raccogliere, dovranno tenere conto dell'estrema eterogeneità del campione che si stabilizzerà solo alla fine dell'anno scolastico 2013/2014:

- Soggetti appartenenti a classi che non hanno utilizzato né il kit, né partecipato ad altri progetti di educazione motoria;
- Soggetti che hanno ricevuto il kit e le cui insegnanti hanno partecipato al corso di aggiornamento;
- Soggetti che hanno ricevuto il kit, l'aggiornamento delle insegnanti e l'intervento dei tecnici della Federazione.

Tuttavia, come detto prima, trattandosi di Scuole di zona si desume che una percentuale significativa abbia condiviso la stessa tipologia di esperienza.

Al termine del monitoraggio sarà possibile in ogni caso, comparare i dati raccolti con quelli dei coetanei che non hanno partecipato direttamente a questa particolare iniziativa e valutarne gli effetti.

Referenti per l'Istituto di Medicina dello Sport FMSI di Torino:

dott. Piero ASTEGIANO
dott. Gian Pasquale GANZIT
Prof.ssa Roberta BARTOLOMEI

ISTITUTO DI MEDICINA DELLO SPORT
DI TORINO

Stadio Olimpico (ex Comunale) – Via Filadelfia, 88 – 10134 Torino
Tel. 011.396.275 – 011.325.701 – Fax 011.325.003