

Padova, 16 aprile 2020

MISURE DI CONTENIMENTO I PRIMI RISULTATI DEGLI “EFFETTI COLLATERALI”

Affaticamento psicologico e sintomi depressivi, poca attività fisica ed eccessivo consumo di zuccheri

L'indagine #PRESTOinsieme (una collaborazione tra Università di Padova, Istituto Superiore di Sanità, Prochild ONLUS, con il supporto tecnico di Zeta Research srl) si propone di studiare l'effetto delle misure di contenimento dell'epidemia sulla salute psicologica e sugli stili di vita della popolazione italiana. L'indagine si svolge online e prevede la compilazione di un questionario disponibile al sito www.prestoinsieme.com ed è aperta a tutti coloro i quali abbiano compiuto 16 anni di età.

L'indagine è stata avviata il 21 di marzo 2020 e l'analisi dei dati raccolti dai primi 2000 questionari compilati mostrano che la salute psicologica dei partecipanti sembra risentire delle misure di contenimento a cui siamo sottoposti. Circa il 50% del campione intervistato manifesta sintomi depressivi e di affaticamento psicologico. Non solo la salute psicologica, ma anche gli stili di vita sembrano aver risentito delle misure di contenimento. Circa il 20% dei partecipanti ha smesso di fare attività fisica regolarmente dopo l'introduzione delle misure. **Inoltre, l'analisi delle abitudini alimentari mostra un consumo insufficiente di frutta e verdura accompagnato da una frequenza elevata di consumo di cibi ricchi in grassi e zuccheri.**

Le misure di contenimento costituiscono, senza ombra di dubbio, il principale strumento per combattere l'epidemia. Tuttavia, non possiamo ignorare che tali misure possano avere degli effetti indesiderati sulla salute della popolazione e che è importante conoscere questi effetti al fine di attivare eventuali presidi di supporto alla comunità.

L'indagine è in corso, invitiamo quindi tutti coloro che non l'abbiano già fatto a connettersi al sito www.prestoinsieme.com e compilare il questionario. Il vostro contributo ci permetterà di comprendere meglio quali sono gli effetti di questo delicato momento che stiamo vivendo sulla nostra salute, nella speranza di poter tornare #PRESTOinsieme.

Contatti:

- **COORDINATORE:** Prof. Dario Gregori (Unità di Biostatistica, Epidemiologia e Sanità Pubblica del Dipartimento di Scienze Cardio-Toraco-Vascolari e Sanità Pubblica dell'Università di Padova)
- **AMBITO NUTRIZIONALE:** Dott. Marco Silano (Unità SANV - Alimentazione, nutrizione e salute dell'Istituto Superiore di Sanità)
- **ASPETTI PSICOLOGICI:** Dott.ssa Elisabetta Maresio (Unità di Psicoterapia e Psicologia di Prochild Onlus)