



Padova, 30 aprile 2025

**SALUTE, GIOVANI E STILI DI VITA:
A PALAZZO DELLA RAGIONE IL DIPARTIMENTO DI SALUTE DELLA
DONNA E DEL BAMBINO INCONTRA GLI STUDENTI
DELLE SCUOLE SUPERIORI**

**Sottostimati dai più giovani sia l'utilizzo delle sigarette elettroniche che la
consapevolezza del rischio di sviluppare una dipendenza da social**

Lunedì 5 maggio alle ore 9 nella suggestiva sede del Palazzo della Ragione di Padova, alla presenza di circa 600 studenti delle Scuole Superiori della Provincia, il Dipartimento Salute Donna e Bambino dell'Università di Padova e la Provincia di Padova organizzano un evento di natura educativa per promuovere l'adozione da parte dei giovani di Sani Stili di Vita, con l'obiettivo di incoraggiare le ragazze e i ragazzi a scegliere comportamenti di salute (più) sani.

L'appuntamento, che unirà competenze scientifiche a momenti teatrali e di musica, è un'ulteriore tappa di un cammino di promozione di Sani Stili di Vita promosso dal Dipartimento SDB da oltre tre anni in stretta collaborazione l'Università di Padova, l'Azienda Ospedale e la Fondazione Salus Pueri.

«Investire sulla salute dei giovani è una priorità globale per garantire la salute in età adulta e prevenire le malattie croniche non trasmissibili (come le malattie cardiovascolari e respiratorie, i tumori, il diabete, l'obesità e le alterazioni del benessere psicologico) che causano ogni anno il 70% delle morti premature e assorbono la maggior parte delle risorse dei servizi sanitari – **spiega il prof. Eugenio Baraldi, direttore del Dipartimento di Salute della Donna e del Bambino** -. Le malattie croniche non trasmissibili, chiamate anche “malattie dello stile di vita”, hanno infatti spesso origine in età pediatrica e possono essere prevenute con l'adozione precoce di sani stili di vita. Purtroppo una recente *survey* internazionale ha rilevato che solo il 2% degli adolescenti riporta un sano stile di vita. I principali fattori di rischio modificabili per lo sviluppo di queste malattie croniche sono l'inattività fisica, un'alimentazione inadeguata, il fumo, l'alcol, la sedentarietà, il sovrappeso e l'eccessivo screen-time.»

Per questo motivo informare correttamente e impegnarsi per facilitare, fin dai primi anni di vita, corrette abitudini diventa una priorità globale e un vitale investimento per la salute non solo individuale ma anche collettiva soprattutto per le generazioni future. È necessario pensarci presto. È questa una nuova “missione” del pediatra moderno, non più solo orientato esclusivamente alla cura del bambino già malato, ma attento a preservarne la salute. Promuovere una cultura della salute però è un compito assai arduo, perché significa far prendere coscienza a intere generazioni delle proprie scelte,

smuovere la coscienza sociale, modificare i comportamenti di grandi gruppi, promuovere e offrire nuovi modelli culturali e comportamentali.

Una sfida colta nell'Aprile 2022 dal Dipartimento Salute della Donna e del Bambino che, dopo la pubblicazione dell'articolo scientifico *Pediatric Preventive Care in Middle-High Resource Countries - The Padova Chart for Health in Children* sulla rivista internazionale «Frontiers in Pediatrics» che vede primo autore il pof. Eugenio Baraldi, responsabile scientifico del progetto, e la presentazione de "La Carta di Padova", il primo "decalogo scientifico sugli stili di vita" ha dato vita al progetto "Salute, Giovani e Stili di Vita" con un team composto da 20 specializzandi della scuola di Pediatria guidati dai professori Eugenio Baraldi a Giorgio Perilongo.

Attraverso la sensibilizzazione verso argomenti come la sana alimentazione, lo screen time, attività fisica, il fumo di sigarette (tradizionali ed elettroniche), attività fisica e green time, l'importanza delle sane relazioni, si desidera trasmettere ai più giovani un imprinting culturale e comportamentale che faciliti l'adozione precoce di un insieme armonico di corretti e sani stili di vita

In questi 3 anni il "Team Stili di Vita" ha dato vita a una serie articolata di interventi comunicativi-educazionali pensati al fine di raggiungere la più ampia popolazione possibile e in particolare i bambini in età scolare, gli adolescenti e i genitori.

Una campagna di promozione che fino a oggi ha permesso di incontrare circa 6300 studenti delle scuole della provincia di Padova,

Parallelamente a queste azioni, il progetto ha previsto l'attivazione di uno studio di ricerca orientato a verificare l'efficacia di tali interventi che è stata "misurata" attraverso questionari somministrati ai ragazzi prima e dopo gli incontri. I dati raccolti fino a ora evidenziano che dopo gli incontri vi è stata un'effettiva acquisizione delle tematiche affrontate. Dal confronto dei questionari pre e post-interventi è emerso, da parte dei ragazzi, un aumento di consapevolezza sulla possibilità di sviluppare una dipendenza dai social (dal 34% al 45 %) e dell'idea che i loro contenuti possano essere talvolta pericolosi (da 10% a 21%) o, in alcuni casi, addirittura fuorvianti (da 24% al 31,7%). Da questo confronto è altresì emerso che prima degli incontri, l'82 % degli intervistati era a conoscenza del fatto che le malattie croniche non trasmissibili si possano prevenire attraverso l'adozione di sani stili di vita; dopo gli incontri la percentuale è salita fino ad arrivare al 92%.