



LE CATTIVE ABITUDINI

Fumo e sedentarietà ragazzi sempre più esposti ai pessimi stili di vita

L'Italia è il Paese con la più alta percentuale di coloro che a 15-16 anni dichiarano di aver fumato sigarette nel corso della loro vita e sempre meno sentono messaggi anti nicotina sui media

Uno studio relativo agli adolescenti tra 11 e 17 anni denota che a livello mondiale l'80% non raggiunge i livelli di attività fisica raccomandati. Per l'Italia si parla dell'88,6%

ROMA

GIAMPIERO VALENZA

La pandemia ha di sicuro peggiorato le cose. Per questo gli esperti lanciano l'allarme: i giovani italiani sono sempre più esposti a fumo di sigaretta, alla scorretta alimentazione, alla sedentarietà. La Siprec, la Società italiana per la prevenzione cardiovascolare, non ci sta a vedere questo aggravamento ed è per questo che alza gli scudi. Il prossimo 13 maggio sarà la Seconda giornata per la prevenzione cardiovascolare promossa e organizzata dalla stessa società scientifica. E l'obiettivo è uno: migliorare gli stili di vita. «Il fumo provoca danni non solo ai polmoni, ma anche a livello cardiovascolare, con rischio di coronaropatie, che possono generare un infarto in fasi successive – sottolinea Francesco Perone, membro del board Siprec Young – Tra i dati di letteratura più allarmanti che riguardano l'Italia, c'è uno studio pubblicato il 31 maggio 2021 dall'Istituto Superiore Sanità in collaborazione con l'Istituto Farmacologico Mario Negri: tra i 14 e i 17 anni, il 37,5% dei giovani ha già avuto contatto con il fumo di tabacco. Nel 2019, la 'European School Survey Project on alcohol and other drugs' sugli studenti europei di 15-16 anni ha rilevato che l'Italia è il Paese con la più alta percentuale di coloro che dichiarano di aver fumato sigarette nel corso della loro vi-

ta». La 'Global Youth Tobacco Survey' del 2018, su ragazzi di 13-15 anni, ha poi rilevato che nel 50% dei giovani intervistati, i genitori avevano fumato la settimana precedente in casa. Se il ruolo della famiglia è fondamentale, altrettanto si può dire per i media: alla domanda 'se negli ultimi 30 giorni i ragazzi avessero sentito messaggi contro il fumo' si nota che nel 2010 il 92% dichiarava di aver sentito messaggi in radio, Tv, internet, giornali e film. Nel 2018 il dato passa al 51%. Sulla sedentarietà, invece, i dati allarmanti arrivano direttamente dall'Organizzazione mondiale della sanità: nel 2019 uno studio sul periodo 2001-2016 relativo agli adolescenti tra 11 e 17 anni denotava che a livello mondiale l'80% non raggiungeva livelli di attività fisica raccomandati. «Per l'Italia si parlava dell'88,6% di adolescenti che non svolge adeguata attività fisica – evidenzia Perone – Lo studio 'Health behaviour in school-aged children' del 2018 sui ragazzi italiani tra 11 e 15 anni rileva che solo uno su dieci raggiunge il target fissato dall'Oms di almeno 60 minuti di attività motoria moderata/intensa quotidiana. Inoltre, quasi il 50% dei ragazzi oltrepassa il limite indicato di 2 ore quotidiane davanti a uno schermo televisivo; dato che arriva al 70% durante il weekend. Per Pc e tablet il dato si attesta