

INFANZIA A COLORI

**Promozione degli stili di vita salutari e prevenzione al tabagismo
agli studenti dalla Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria 1°
Grado**

Report Conclusivo 2015-2016



Indice

Descrizione del progetto	3
Valutazione dei risultati	3
Studenti	3
Scuola dell'infanzia:.....	4
Scuola Primaria:	4
Studenti della scuola Secondaria di primo grado.....	5
Conclusioni	10

Descrizione del progetto

Lo stile di vita salutare è la migliore e più efficace modalità di contrasto alle malattie cronico degenerative, invece la sedentarietà, l'alimentazione scorretta, il fumo di tabacco e il consumo di alcol sono fattori di rischio per la nostra salute. Acquisire già dalla prima infanzia le corrette informazioni sui benefici derivanti dall'adozione di un corretto stile di vita, rappresenta il modo migliore per educare alla salute i futuri adulti.

La scuola costituisce un ambiente ideale per la realizzazione di programmi di prevenzione del tabagismo, i quali possono contribuire in modo sostanziale al miglioramento dello stato di salute e al rafforzamento delle risorse personali e sociali delle future generazioni.

Il programma attivato nominato "Infanzia a colori", è organizzato in tre diversi percorsi destinati a studenti: della scuola dell'infanzia (Alla conquista del pass per la città del sole), della scuola primaria (Club dei vincenti) e della scuola secondaria di primo grado (Liberi di scegliere); ogni percorso prevede metodologie ed esercitazioni mirate al target di riferimento. Ciò consente un approfondimento del tema in base ai principi del coinvolgimento e dell'empowerment, che facilitano scelte salutari che si traducono in effetti positivi sulla salute. I percorsi didattici proposti hanno ottenuto il riconoscimento di Buone Pratiche e di efficacia.

Il presente report riporta i risultati ottenuti nei tre percorsi del progetto applicati nell'anno scolastico 2015-2016.

Valutazione dei risultati

Studenti

Per i bambini della scuola dell'infanzia la valutazione è stata fatta attraverso i lavori svolti (rappresentazioni grafiche, laboratori teatrali e manuali, ecc). In tutti gli Istituti Comprensivi è stato realizzato un incontro in presenza dei genitori, i bambini presentavano il percorso in classe e i lavori realizzati durante l'anno. Particolare attenzione si è posta agli adulti promuovendo i Centri di Trattamento al Tabagismo presenti in ASL AL.

Per la scuola primaria (III^o, IV^a e V^a classe) è stato somministrato a tutti i bambini un questionario anonimo pre e post intervento che consentisse la valutazione dell'apprendimento delle informazioni veicolate e i propri atteggiamenti nei confronti del fumo di tabacco. In tutti gli istituti comprensivi è stato realizzato un incontro conclusivo con il personaggio Mister Starbene, i bambini hanno colto l'occasione per condividere opinioni e porre domande riguardo elementi emersi in classe. Gli incontri sono stati programmati durante il mese di maggio, in conclusione del progetto e in prossimità della giornata mondiale senza tabacco. Tutti i materiali prodotti sono stati raccolti su DVD.

Solo per i ragazzi della scuola secondaria di primo grado, al fine di valutare il cambiamento dei contenuti acquisiti e di eventuali atteggiamenti modificati, è stato costruito un questionario e un sistema di somministrazione che consentisse l'appaiamento in forma anonima per ogni studente del pre e al post test.

Il questionario prevede una parte anagrafica, e indaga le abitudini relative al fumo in famiglia e gli atteggiamenti e comportamenti adottati a livello individuale; nel post test è prevista la sezione che

esplora il gradimento al progetto

Le informazioni contenute nei questionari sono state inserite in database EpiData 3.1, le analisi statistiche sono state elaborate con SAS System©. L'analisi della significatività statistica, delle differenze fra le percentuali di risposta al post test e a pre test è stata eseguita con il Test di McNemar al livello del 5%, ovvero la differenza è statisticamente significativa se $p\text{-value} < 0.05$.

Scuola dell'infanzia:

“Alla conquista del pass: per la città del sole, una città senza fumo”

Hanno aderito al progetto 1 Istituti Comprensivi del Distretto di Tortona-Novati e 1 del Distretto di Alessandria-Valenza; 7 insegnanti sono state formate e l'intervento è stato realizzato in 9 classi raggiungendo 176 bambini e coinvolgendo 432 genitori.

Durante il percorso gli insegnanti hanno affrontato tutti fattori protettivi per la salute (la corretta alimentazione abbinata all'attività fisica e al fumo di sigaretta) favorendo l'integrazione con il curriculum formativo previsto. Sono stati organizzati laboratori di attività motoria, manuali e la narrazione che hanno visto la partecipazione attiva dei bambini stimolando un approccio positivo e il pensiero critico nei confronti dei personaggi illustrati (Nicotina e Grazie Non Fumo). L'elaborazione di cartelloni ha consentito la valutazione dell'orientamento dei bambini verso stili di vita sani.

Il programma ha riscosso un buon gradimento da parte delle insegnanti e dei genitori.

Scuola Primaria:

“Club dei vincenti: un piano speciale contro il fumo”

Hanno aderito al progetto 3 Istituti Comprensivi del Distretto di Tortona-Novati e 1 del Distretto di Alessandria-Valenza; 14 insegnanti sono state formate e l'intervento è stato realizzato in 12 classi raggiungendo 258 bambini e coinvolgendo 515 genitori.

Il questionario indaga le informazioni relative ai danni da fumo di tabacco e la capacità di resistere alle pressioni dei pari e dell'influenza sociale; l'età dei bambini a cui è rivolto il programma, non ci consente di ipotizzare risultati a lungo termine sulla loro capacità di resistere alle pressioni esterne, tuttavia l'interesse manifestato, attraverso l'approfondimento con metodologie che attivano nello studente il pensiero critico, e la continua applicazione di buone pratiche nei percorsi scolastici.

Non è stato possibile appaiare i questionari ricevuti in quanto non sempre compariva il codice identificativo e per questo motivo i risultati esposti non presentano il confronto tra pre e post intervento, ma la descrizione dei risultati conclusivi.

Il campione risulta composto da 112 maschi (pari al 46%) e 124 femmine (pari al 51%); 91 (pari al 37.6%) intervistati segnala la presenza di un fumatore in famiglia e 229 (pari al 94.6%) dichiara di non aver mai provato a fumare. Alla domanda che indaga la pericolosità del fumo, 119 bambini (pari al 82%) affermano che sono sufficienti anche poche sigarette al giorno.

Per quanto riguarda la capacità di resistere all'offerta di una sigaretta da parte di un amico, 222 studenti (pari al 91.7%) dichiarano di essere in grado di rifiutare. Riguardo l'eventualità di fumare in età adulta, in 213 (pari al 88%) non la ritiene possibile.

I risultati ottenuti ci permettono di ipotizzare che nonostante la presenza di un genitore fumatore, che rappresenta un importante fattore di rischio, le informazioni e le conoscenze sugli effetti dannosi del fumo acquisite, sembrano consolidare un atteggiamento e un'opinione negativa nei confronti del fumo di sigaretta.

Durante gli incontri finali, in presenza con i referenti del progetto, è stato possibile valutare l'interesse, la coerenza delle domande con il programma e l'adeguatezza delle richieste riguardo argomenti specifici (sigaretta elettronica, modalità per la dismissione).

Studenti della scuola Secondaria di primo grado.

Hanno aderito al progetto 1 Istituti Comprensivi del Distretto di Tortona-Novati e 1 del Distretto di Alessandria-Valenza; 14 insegnanti sono state formate e l'intervento è stato realizzato in 5 classi raggiungendo 136 studenti e coinvolgendo 236 genitori.

Gli studenti che hanno compilato il questionario sono 98 (pari a 72%), la cui età prevalente è compresa fra 12-13 anni pari al 87,7%, in questa fascia di età il numero di maschi (n=56) risulta superiore rispetto alle femmine (n=42); l'87,7% vive con entrambi i genitori, il 9,1% con la madre e il 32,6% con fratelli o sorelle. Il titolo di studio dei genitori è prevalentemente la licenza media superiore o la laurea, sia nei padri sia nelle madri, pari a 62,8%. Non sembra molto diffusa l'abitudine, fra i genitori di questi studenti, di dare una mancia settimanale, infatti il 64,3% degli studenti (n=63) dichiara di non riceverla. I luoghi maggiormente frequentati sono gruppi sportivi (50%), oratorio (54%), bar/cinema (29,5%) e gruppi organizzati indicati dal 12,2% dei rispondenti.

In questo campione il 53,1% dichiara che nella propria famiglia almeno un componente fuma, e contestualmente osserviamo che fra questi ragazzi il 39,4% ha provato a fumare, contro il 21,7% dei ragazzi che hanno dichiarato di non avere genitori fumatori; analogamente, fra coloro che hanno dichiarato che nessuno dei propri amici fuma (il 34,7%) solo 8,8% ha dichiarato di aver provato a fumare, mentre fra coloro che hanno dichiarato che qualcuno o tutti gli amici fumano (il 65,5%) il 44,4% ha dichiarato di aver provato a fumare.

Fra le motivazioni al fumo (tabella 1) la più frequentemente indicata sia al pre test sia al post test è "scaricare la tensione", tuttavia osserviamo che al post test vengono anche riconosciute "sentirsi più grande", "essere come gli amici" e "essere come gli adulti".

Tabella 1: motivazioni al fumo	Pre Test % (n=98)	Post Test % (n=98)
Scaricare la tensione	70.4% (69)	70.4% (69)
Sentirsi più grande	48.0% (47)	62.2% (61)
Per essere come gli amici	34.7% (34)	48.0% (47)
Per essere come gli adulti	10.2% (10)	21.4% (21)

La consapevolezza sui rischi personali derivanti dal fumo

Attraverso due domande collocate in posizioni differenti del questionario, si è voluto esplorare la

consapevolezza sui rischi del fumo di tabacco.

La prima domanda era *“alla tua età quante sigarette si possono fumare senza correre rischi?”* e dall’analisi delle risposte la consapevolezza dei rischi appare diffusa, tuttavia non ancora ben consolidata, infatti alla domanda quante sigarette si possono fumare senza correre rischi al pre test il 75.5% (n=74) ha risposto “nessuna”, ma al post test si è osservata una riduzione, pur non statisticamente significativa, infatti al post test il 72.5% (n=71) ha risposto “nessuna”.

La seconda domanda era *“pensi che fumare sia pericoloso per la salute?”* al pre test 82.7% (n=81) ha dato la risposta “sempre pericoloso”, mentre al post test la risposta corretta è stata data dall’ 74.5% dei ragazzi, tuttavia tale riduzione non è statisticamente significativa.

Le risposte, alle domande che indagavano la consapevolezza dei rischi generali derivati dal fumo, evidenziano che è diffusa la consapevolezza di tali rischi, infatti più del 80% degli studenti si trova d’accordo con le affermazioni che il fumo sia nocivo alla popolazione in generale, ai propri amici e a se stessi; inoltre; più del 90% degli studenti sembrano concordi nel ritenere adeguate le regole volte a vietare il fumo nei luoghi pubblici, all’interno della scuola e in famiglia.

Tuttavia, non ritengono il “piacere” (il 63,5%) e il “sentirsi adulti” (66,3%) motivazioni valide per fumare. Infine, più dell’80% di loro si sente in grado di resistere sia alla pressione degli amici (anche se il 13% non sa come potrebbe comportarsi se un amico gli offrisse una sigaretta), mentre più del 60%, ritiene che la visione di film o programmi televisivi non sia determinante per la scelta di fumare.

Il 66.3% (n=65) ricorda di aver svolto progetti di prevenzione sul fumo di tabacco nella scuola primaria. Riguardo il gradimento del corso, gli studenti hanno ritenuto gli interventi chiari (80,6%), interessanti e coinvolgenti (72,4%).

Riguardo il gradimento del programma è stato somministrata una scheda di valutazione dove ogni studente doveva indicare la parte che è piaciuta di più, quella piaciuta di meno e cosa ricordava del progetto. La parte che è piaciuta di più risulta la partecipazione ai lavori di gruppo e la costruzione di video o materiale conclusivo, invece è piaciuta di meno l’attività di simulazione e le interviste (attività in cui si richiede l’interpretazione di un ruolo e quindi l’esposizione ad un giudizio), infine le informazioni che ricordavano erano quelle sui danni da fumo, sulla dipendenza e sulla difficoltà a smettere di fumare.

Insegnanti:

Tutti i docenti hanno riconosciuto l’importanza degli obiettivi del progetto e ritengono importante affrontare: sia l’argomento sulla promozione dei corretti stili di vita, sia la prevenzione del fumo di tabacco già dalla prima infanzia.

Durante gli incontri di supervisione sono state indagate le eventuali difficoltà emerse nella conduzione in classe, dove non sono emerse difficoltà, è stato segnalato che il materiale didattico ha avuto un’azione di stimolo per l’argomento trattato, ha facilitato e creato un buon clima di classe migliorando la relazione interpersonale tra i pari. I suggerimenti raccolti durante gli incontri hanno consentito di rimodulare i contenuti e l’organizzazione della formazione.

Al termine della formazione, tramite una scheda, è stato rilevato: il gradimento, l’utilità,

l'adeguatezza delle attività proposte, la facilità di realizzazione, il coinvolgimento degli studenti e dei genitori, la completezza della guida didattica e l'utilità del supporto dei formatori e della supervisione. Ogni insegnante doveva assegnare un punteggio da 1 (non soddisfatto) a 10 (molto soddisfatto). La valutazione delle varie sezioni superava il punteggio di 8, mentre la sezione relativa al coinvolgimento dei genitori ha raggiunto il 7.6.

Le insegnanti hanno riferito che gli argomenti trattati si integrano con i percorsi formativi della scuola, solo nella scuola secondaria di primo grado è stata segnalata come criticità la mancanza di tempo che avrebbe consentito una maggior approfondimento delle tematiche emerse dalla classe. Il materiale proposto è stato utilizzato ed è stato considerato esaustivo.

Genitori:

Il questionario rivolto alla coppia di genitori aveva lo scopo di indagare la loro abitudine al fumo, la percezione dei danni da fumo passivo ed incrementare l'attenzione sul tema del tabagismo attraverso le domande stimolo inserite.

I genitori coinvolti sono stati 617, i questionari pervenuti sono stati 518 (pari a 84%) per cui i risultati presentati si riferiscono a questo sottogruppo; il 78% degli intervistati siano essi madri o padri ha un'età compresa fra i 30 e i 49 anni.

Dall'analisi dei dati è risultato che fra i padri si dichiarano fumatori in 150 (29% di 518), mentre fra le madri si dichiarano fumatrici in 111 (21.4% di 518), infine in 57 questionari si dichiarano fumatori entrambi i genitori, pertanto sono 204 (39.4% di 518) i nuclei familiari (così come risultano dai questionari compilati) in cui almeno un genitore fuma. Oltre l'70% dei fumatori, siano essi madri o padri, fumano sigarette. Dalle risposte alle domande è emerso che l'età di iniziazione al fumo dei genitori risulta essere per i padri tra i 14 e i 15 anni (40%), mentre per le madri tra i 15 e i 18 anni (51%); i primi tendono a fumare circa un pacchetto di sigarette (55.3%), mentre le madri dichiarano di fumare tra 10 e 20 sigarette.

Dalle risposte alle domande rivolte ai fumatori che indagavano l'abitudine al fumo in presenza dei figli e le conoscenze relative ai danni da fumo passivo, emerge che i genitori, in generale, risultano informati e attenti riguardo l'esposizione al fumo passivo.

Alla domanda "ritieni che nei luoghi pubblici frequentati, vengono rispettati i divieti sul fumo?" il 90% dei genitori fumatori e non fumatori rispondono abbastanza/molto riconoscendo l'osservanza di una norma vigente.

L'analisi delle risposte alla domanda "fuma in presenza di suo figlio?" sono presentate nella tabella 1, dove risulta che la maggior parte dei padri e delle madri fuma in presenza dei figli, sembrerebbe prevalentemente all'aperto; tuttavia si rileva che meno di un quinto dei genitori fuma in casa propria, mentre una minima parte dei genitori fuma in auto e in casa di amici.

Questi dati indicano che i divieti sembrerebbero rispettati dai fumatori; tuttavia riteniamo ancora alta la percentuale di coloro che dichiarano di fumare in ambiente domestico. Inoltre sembrerebbe ancora poco conosciuto il rischio derivante dal fumo terziario, ovvero l'esposizione ambientale ai residui del fumo

che si depositano e permangono sui vestiti e sulle suppellettili anche dopo aver smesso di fumare.

Tabella.1 Dove, Fuma in presenza di suo figlio	Padri fumatori n=150(%)	Madri fumatrici n=111 (%)
Fuma in presenza del figlio	84 (56,0%)	76 (68,5%)
In casa propria	22 (14,7%)	20 (18%)
In auto	7 (4,7%)	4 (3,6%)
all'aperto	82 (54.7%)	68 (61,3%)
in casa di amici	3 (2,0%)	4 (3,6%)

La tabella 2 riporta le risposte ad una serie di domande stimolo che ci consentono di affrontare i danni provocati dal fumo passivo e terziario indipendentemente dall'età e dal genere.

Dalle risposte raccolte e confrontate con i risultati degli anni precedenti, risulta che in generale esiste la percezione dei rischi derivanti dal fumo passivo, infatti l'85% ha ritenuto dannosa anche l'esposizione saltuaria, domanda (5); inoltre più dell'80% ha individuato nei bambini i soggetti più sensibili al fumo passivo, domanda (2), tuttavia solo poco più dei due terzi ha individuato l'essere figli di fumatori come condizione di rischio, domanda (3) e domanda (4).

Tabella 2 Risposta dichiarate alle situazioni proposte	Tot. Padri n=518(%) [Padri fumatori n=150(%)]		Tot. Madri n=518 (%) [Madri fumatrici n=111 (%)]	
	si	Non so	si	Non so
1. Le donne sono più sensibili al fumo passivo degli uomini. (Percentuale attesa di risposte "si" 100%)	164 (32%) [60 (40%)]	159 (31%) [40 (27%)]	186 (36%) [25 (22%)]	149 (29%) [44 (39%)]
2. I bambini sono più sensibili al fumo passivo delle donne. (Percentuale attesa di risposte "si" 100%)	414 (80%) [119 (79%)]	50 (10%) [14 (9%)]	447 (86%) [94 (84%)]	33 (6%) [6 (5%)]
3. I figli di genitori fumatori hanno più facilità ad ammalarsi di malattie respiratorie. (Percentuale attesa di risposte "si" 100%)	348 (67%) [86 (57%)]	83 (16%) [28 (18%)]	357 (68%) [66 (59%)]	108 (20%) [23 (20%)]
4. Respirare fumo durante la crescita impedisce il pieno sviluppo delle proprie capacità respiratorie. (Percentuale attesa di risposte "si" 100%)	364 (70%) [113 (75%)]	93 (18%) [29 (19%)]	370 (71%) [76 (68%)]	109 (21%) [28 (25%)]
5. Piccole e saltuarie dosi di fumo passivo ogni tanto non hanno effetto. (Percentuale attesa di risposte "si" 0%)	80 (15%) [19 (12%)]	167 (32%) [47 (31%)]	72 (14%) [16 (14%)]	171 (33%) [33 (29%)]
6. Stare in un luogo chiuso in cui altri fumano è molto meno dannoso che sostare in un incrocio in un'ora di punta. (Percentuale attesa di risposte "si" 0%)	272(52%) [78 (52%)]	160(30%) [49 (32%)]	291 (56%) [61 (55%)]	156 (30%) [34 (30%)]
7. L'abitacolo di una macchina di un fumatore può raggiungere valori di concentrazione delle polveri sottili oltre 200 volte superiori ai limiti di legge. (Percentuale attesa di risposte "si" 100%)	186 (36%) [52 (34%)]	282 (54%) [87 (58%)]	197 (38%) [37(33%)]	294 (57%) [70 (63%)]

In generale il progetto è accettato, infatti la quasi totalità dei genitori ha dichiarato di gradire che il proprio figlio partecipi al progetto, infatti il 89% (n=465) tra i padri e 94% (n=489) delle madri ha dichiarato di essere molto/abbastanza soddisfatta. Infine, il 27% (n=143) dei genitori manifesta interesse per i programmi di dismissione al fumo presenti in Azienda e sugli interventi proposti dalle varie sedi; mentre il 22% (n=115) dichiara di voler ricevere informazioni sui dati epidemiologici.

Discussione dei risultati

Il programma "Infanzia a colori" ha cercato principalmente di promuovere l'adesione a corretti stili di vita. Con lo scopo di garantire la continuità del messaggio con effetti duraturi, e si è scelto di partire dalla scuola dell'infanzia, continuare nella scuola primaria per consolidare informazioni già acquisite sviluppando la capacità di gestire situazioni critiche (come ad esempio l'offerta di sigaretta) e concludere nella scuola superiore di secondo grado per consentire di esplicitare le false credenze sul fumo sviluppando il pensiero critico.

Per la Scuola dell'Infanzia, le insegnanti hanno dimostrato interesse e un elevato gradimento alle attività, che hanno permesso di affrontare i vari temi in diverse dimensioni, come la valorizzazione dell'ambiente in cui vive il bambino e il rispetto della propria persona attraverso corrette scelte di vita. Le attività di laboratorio a integrazione del percorso hanno reso immediati e chiari gli effetti del fumo sull'organismo, la realizzazione di cartelloni ha permesso una rielaborazione dei contenuti attraverso il disegno e la grafica.

Per la Scuola Primaria il percorso ha permesso ai bambini di sperimentare la capacità di risolvere i

problemi attraverso un modello a tappe da applicare in ogni alle situazioni problematica. Il coinvolgimento del personaggio di fantasia esterno alla scuola ha permesso di stimolare la loro creatività e il loro protagonismo in chiave positiva.

Per la Scuola Secondaria di primo grado dobbiamo sottolineare che, pur nei limiti di questo studio, si evidenzia una relazione fra abitudini familiari al fumo e approccio al fumo dei ragazzi: nel nostro campione, la presenza in famiglia di almeno un fumatore o di un amico fumatore, o comunque un atteggiamento positivo nei confronti del fumo sembra associato all'iniziazione al fumo dell'adolescente.

Dall'analisi dei dati raccolti emerge come sia importante promuovere interventi educativi in modo trasversale nella famiglia, nella scuola e tra il gruppo dei pari in quanto rappresentano modelli di riferimento. Gli studenti riconoscono l'utilità dei regolamenti e l'importanza del loro rispetto, inoltre identificano nell'influenza sociale un potenziale fattore disincentivante l'iniziazione al fumo.

Dai risultati relativi alle informazioni sui danni da fumo da parte degli studenti emerge, tuttavia, la necessità di orientare parte degli interventi verso l'implementazione e l'aggiornamento di alcune informazioni acquisite quali i danni provocati dal fumo e il numero di sigarette. Infatti è noto come anche poche sigarette possono indurre rapidamente alla comparsa dei primi sintomi di dipendenza e perdita dell'autonomia da tabacco [2]. La consapevolezza dei danni da fumo può in qualche modo essere alterata dall'erronea percezione del rischio tipica dell'età e dalla necessità che spinge a fumare per rispondere al bisogno di "scaricare la tensione" e accettazione da parte del gruppo amicale.

Conclusioni

La promozione alla salute intesa come "*processo che consente alle persone di esercitare un maggior controllo sulla propria salute e di migliorarla*" [2] richiede non solo azioni volte a rafforzare le abilità e le capacità personali, ma anche azioni svolte a livello socio-culturale, economico e ambientale. Questi interventi favoriscono un maggior controllo sui determinanti di salute.

Il programma "Infanzia a colori" ha cercato attraverso l'utilizzo di progetti efficaci, aventi come argomento prioritario il fumo di tabacco, di integrare i contenuti con la promozione dei corretti stili di vita in particolare l'alimentazione e l'attività fisica.

Lo sviluppo delle abilità personali, la creazione di ambienti favorevoli alla salute, e l'orientamento dei servizi pubblici verso la promozione di Centri di Trattamento al Tabagismo rappresentano le azioni prioritarie del progetto.

I risultati raggiunti rappresentano una conferma dell'importanza di iniziare ad affrontare argomenti di salute nell'infanzia e di proseguire con percorsi appropriati alle varie fasi di età.

Bibliografia

1. Prevenzione Primaria del fumo di tabacco. NIEbP Evidence based Prevention. Linea guida prevenzione ottobre 2003
2. Glossario O.M.S. della promozione alla salute 1998 www.dors.it