

**ESITO DELL'INDAGINE EPIDEMIOLOGICA SVOLTA NEGLI SCORSI MESI
DALLE CLASSI 3A E 3B CMB.CBS
(coordinata dai Prof.ri Laurora S., Comoglio A., Campra F.).**

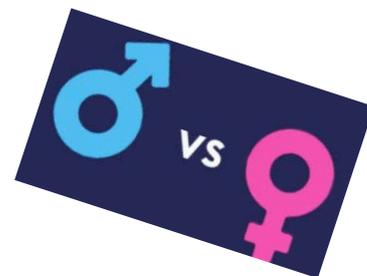
Vi riportiamo i risultati dell'indagine epidemiologica fatta negli scorsi mesi sul sito della scuola con alcune considerazioni. Dopo aver raccolto i dati, ne abbiamo valutato la qualità scartando quelli non attendibili e li abbiamo poi sottoposti ad analisi statistica per renderli significativi.

QUANTE PERSONE HANNO RISPOSTO AL QUESTIONARIO?

301 persone: 128 femmine, 173 maschi

Sotto i 18 anni: 233

Sopra i 18 anni: 78



COSUMO DI ALCOLICI.

Considerando che 118 persone dichiarano di non bere e che le restanti dichiarano di bere occasionalmente (50%), mai (30%) e solo nel weekend (20%) risulta che in media:

- **le femmine consumano 0,7 Unità Alcoliche/die**
- **i maschi: consumano 1,2 Unità Alcoliche/die**

(Unità Alcolica = circa 12 grammi di etanolo)



Gli effetti dell'alcol sull'organismo sono influenzati da numerose variabili come il sesso, il peso, l'altezza, le condizioni di salute, e anche alcuni fattori genetici e ambientali.

Contano anche il tipo di bevanda alcolica assunta, se a bassa o alta concentrazione di alcol, l'occasione di consumo, se a pasto o fuori pasto. Diverso è inoltre l'effetto di un consumo di alcol in quantità moderata e distribuita nel tempo rispetto a quello di una bevuta consistente che si concentra, ad esempio, solo nel fine settimana.

Esistono linee guida condivise dalla gran parte della comunità scientifica che indicano i limiti entro i quali il consumo di alcol si può considerare moderato.

È definita moderata una quantità giornaliera di alcol equivalente a non più di 2-3 Unità Alcoliche per l'uomo, non più di 1-2 Unità Alcoliche per la donna

I ragazzi bevono circa il doppio delle ragazze. La cattiva abitudine che risulta dal questionario è quella di bere nel weekend birra, cocktail e superalcolici.

FUMO.

Il 73% degli intervistati dichiara di non fumare. Tra i restanti:

- **le ragazze fumano circa 9,5 sigarette/settimana**
- **i ragazzi fumano circa 13 sigarette/settimana**

Molti sono i fumatori sotto i 18 anni.

Numerosi studi scientifici, muovendo da osservazioni epidemiologiche, hanno evidenziato alte incidenze, statisticamente significative, di problemi sanitari gravi tra i fumatori (patologie a carico dell'apparato respiratorio e dell'apparato cardio-vascolare); a ciò si aggiunge il fenomeno della dipendenza.



Esiste una **stretta correlazione tra genitori che fumano (uno o entrambe) e ragazzi che hanno iniziato a fumare.**

SPORT.

Sia i ragazzi che le ragazze praticano attività fisica. Si pratica in media per più di 7 ore e mezza a settimana (4 ore le ragazze e 10 ore i maschi).

La sedentarietà è un fattore di rischio per le malattie cardiovascolari, il diabete e i tumori. Quindi un'attività fisica regolare è uno degli elementi più importanti per mantenersi in buona salute. Questo dipende sostanzialmente dal fatto che una vita fisicamente attiva induce modificazioni e adattamenti organici che risultano positivi dal punto di vista della funzionalità d'organi ed apparati. Con la pratica di un'attività fisica regolare il cuore diventa più robusto e resistente alla fatica.



1/5 di chi fa sport ha la cattiva abitudine del fumo e 3/5 consuma occasionalmente o nel weekend alcolici.