

EDUCARE ALLE LIFE SKILLS IN AMBITO SCOLASTICO

Benessere, Stress, Salute

Dott. Alessandro Pingitore

Istituto Fisiologia Clinica - CNR, Pisa



EDUCARE ALLE LIFE SKILLS IN AMBITO SCOLASTICO

Formazione docenti per la prevenzione dei comportamenti a rischio in età preadolescenziale e adolescenziale, attraverso la promozione delle Life Skills degli studenti degli istituti comprensivi e delle scuole secondarie di secondo grado dell'area vasta pordenonese.

25-26 ottobre - 1 dicembre 2022

11 gennaio - 28 febbraio - 15 marzo - 16 maggio 2023

Obiettivi

Acquisire conoscenze di base sulle dieci life skills definite dall'OMS e sulla loro rilevanza ai fini della prevenzione dei comportamenti a rischio negli studenti.

Aumentare la consapevolezza del docente rispetto alla propria capacità di fronteggiare le sfide quotidiane, rinforzando il bagaglio di competenze psico-sociali in proprio possesso.

Disporre da parte del docente di strumenti pratico-operativi (tecniche, strategie, attività) da utilizzare nelle classi - in maniera differenziata in base al livello di scolarità - al fine di promuovere e rafforzare le dieci life skills negli studenti.

Metodologia e Contenuti

Gli incontri alterneranno presentazioni teoriche all'offerta di possibili strumenti e strategie di intervento da utilizzare nel gruppo classe. Gli incontri si articoleranno sulla base delle tre aree:

COMPETENZE EMOTIVE

consapevolezza di sé, gestione delle emozioni, gestione dello stress

COMPETENZE RELAZIONALI

empatia, comunicazione efficace, relazioni efficaci

COMPETENZE COGNITIVE

risolvere i problemi, prendere decisioni, pensiero critico, pensiero creativo



*La città: metafora della complessità
dell'essere umano*
L'uomo senza qualità *Robert Musil*

Non diamo dunque particolare importanza al nome della città. Come tutte le metropoli era costituita da irregolarità, avvicendamenti, precipitazioni, intermittenze, collisioni di cose e di eventi, e, frammezzo, punti di silenzio abissali; da rotaie e da terre vergini, da un gran battito ritmico e dall'eterno disaccordo e sconvolgimento di tutti i ritmi; e nell'insieme somigliava a una vescica ribollente posta in un recipiente materiato di case, leggi, regolamenti e tradizioni storiche. Le due persone che in essa percorrevano una stra-

Il Corpo Umano: una integrazione complessa e complicata

Complicato → Cum e Plico → Piegare insieme

Complesso → Cum e Plexo → Intrecciare

The whole body of a multicellular organism—a single, independently living individual—consists of various body systems structurally and functionally linked as an entity that is separate from its surrounding environment. Thus, the body is made up of living cells organized into life-sustaining systems, where many complex body processes depend on the interplay among multiple systems

Lauralee Sherwood. Human Physiology: from Cell o Systems

Definizione SALUTE OMS 1948

Uno stato di completo benessere fisico, sociale e mentale, e non soltanto l'assenza di malattia o di infermità

PRE-REQUISITI NECESSARI

- 1) la pace
- 2) risorse economiche adeguate
- 3) cibo e l'abitazione
- 4) eco-sistema stabile
- 5) uso sostenibile delle risorse



An unreachable health

Richard Smith pointed out in a *BMJ* blog
it, WHO health definition,

“would leave most of us unhealthy most of the time”

(<http://bit.ly/ngzpes>)

Corpo Umano

Sistema dinamico, costituito da vari livelli di complessità fisiologica che interagiscono tra loro in un continuo scambio con l'ambiente esterno e con una propria capacità di adattarsi a tale ambiente



Gunther Von Hagens



A New Concept of Health

The ability to adapt and self manage in the face of social, physical, and emotional challenges

Homeostasis and Resilience

Netherlands in December 2009 (doi:10.1136/bmj.d4163)



Dichiarazione di Jakarta, “*Portare la Promozione della Salute nel XXI secolo*”, Luglio 1997

Aree d’azione prioritarie

- 1) Costruire una politica pubblica per la salute
- 2) Creare ambienti favorevoli alla salute
- 3) Rafforzare l’azione della comunità
- 4) Sviluppare le abilità personali
- 5) Ri-orientare i servizi sanitari

Gli approcci globali sono i più efficaci

Gli ambienti di vita e di lavoro offrono concrete opportunità per la realizzazione di strategie globali

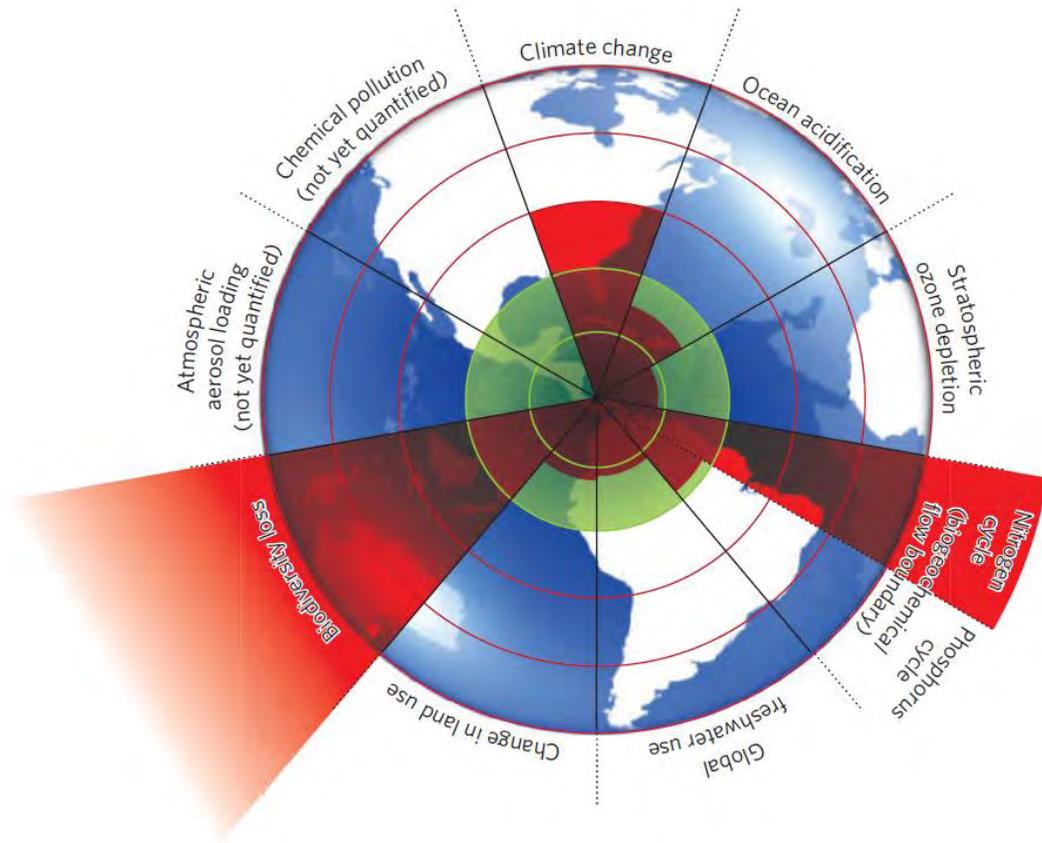
Health Architecture

The development of “age friendly” cities



Edwin Heathcote, architecture correspondent for the *Financial Times*
(doi:10.1136/bmj.d4418)

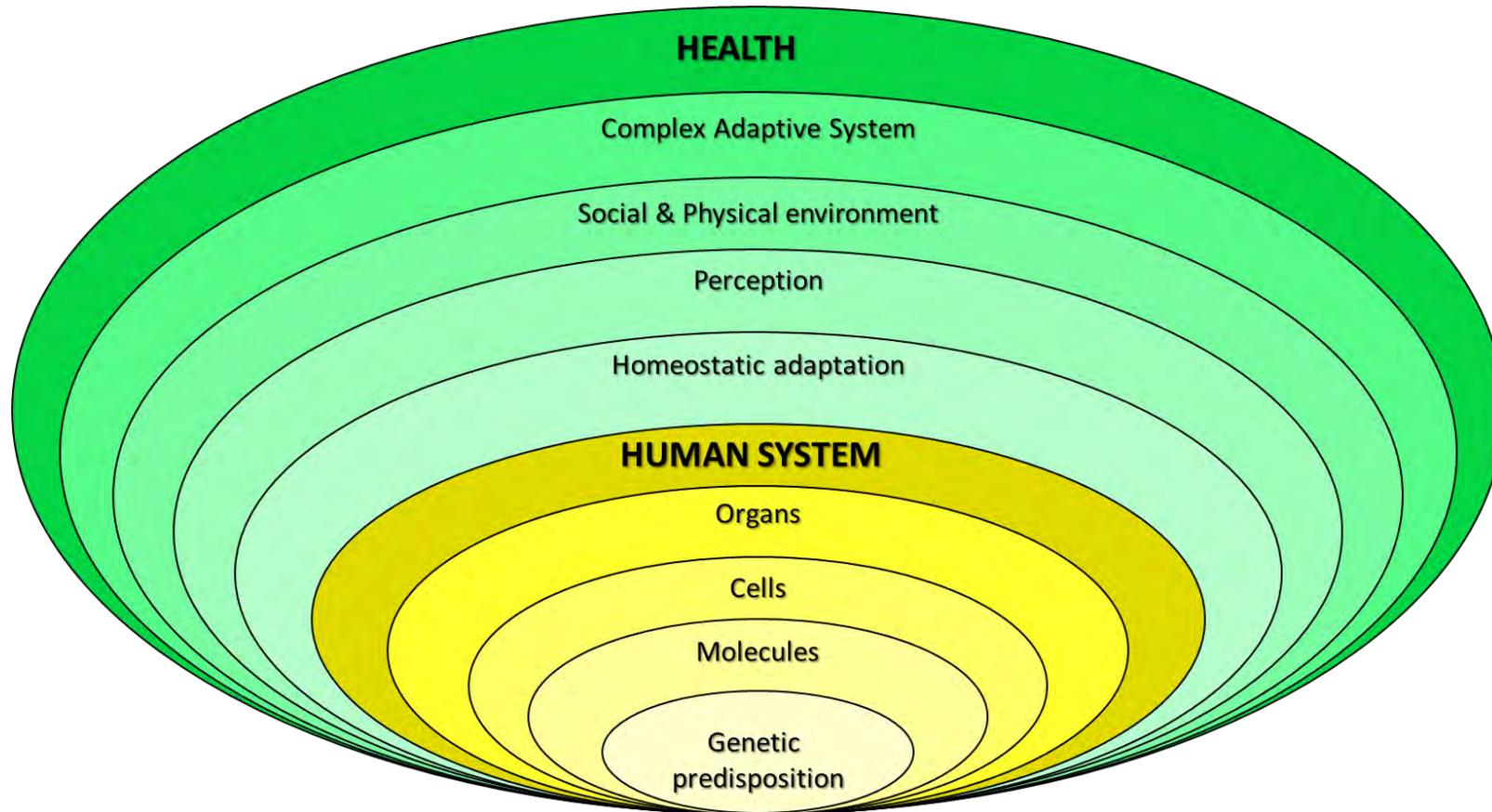
Salute dello sviluppo sostenibile



Identifying and quantifying planetary boundaries that must not be transgressed could help prevent human activities from causing unacceptable environmental change

Biological and environmental networks

A tangled bundle of strings requiring complexity theory



Malattie Cronico-Degenerative

Natura Multifattoriale

Fattori di rischio non-modificabili

sesto, età, predisposizione genetica

Fattori di rischio modificabili

stile di vita , variabili psicosociali, condizionati dal contesto sociale, economico e ambientale



Environmental Epigenetics

External (including social) events can remodel the epigenome, leading to sustained alterations in its structure, delimiting transcription factor-accessible regions, and eventually generating stable effects on gene transcription



L'importanza della prevenzione

Aterosclerosi

un lungo processo che inizia nei primi anni di vita

**Myth : fat deposits at old age!
It starts from 2 years of age**

Foam
Cells

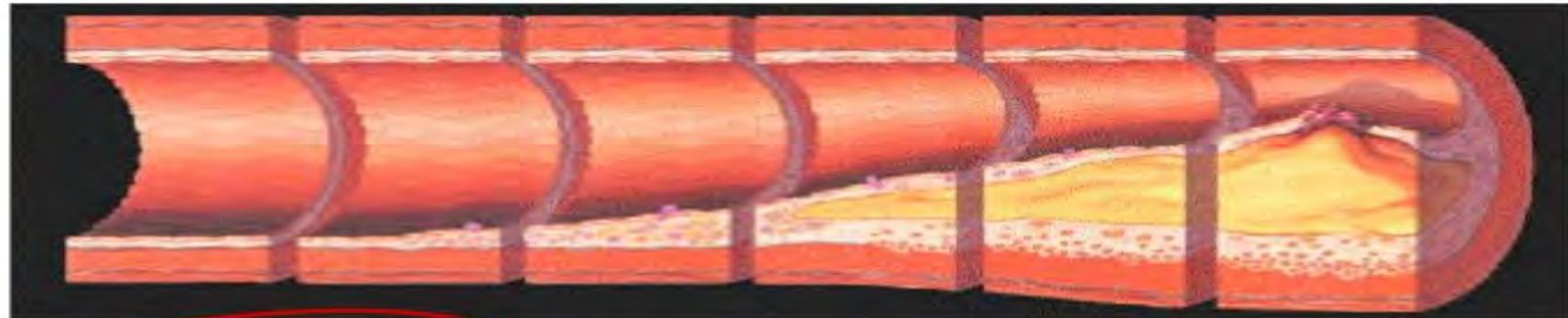
Fatty
Streak

Intermediate
Lesion

Atheroma

Fibrous
Plaque

Complicated
Lesion/
Rupture



From First
Decade

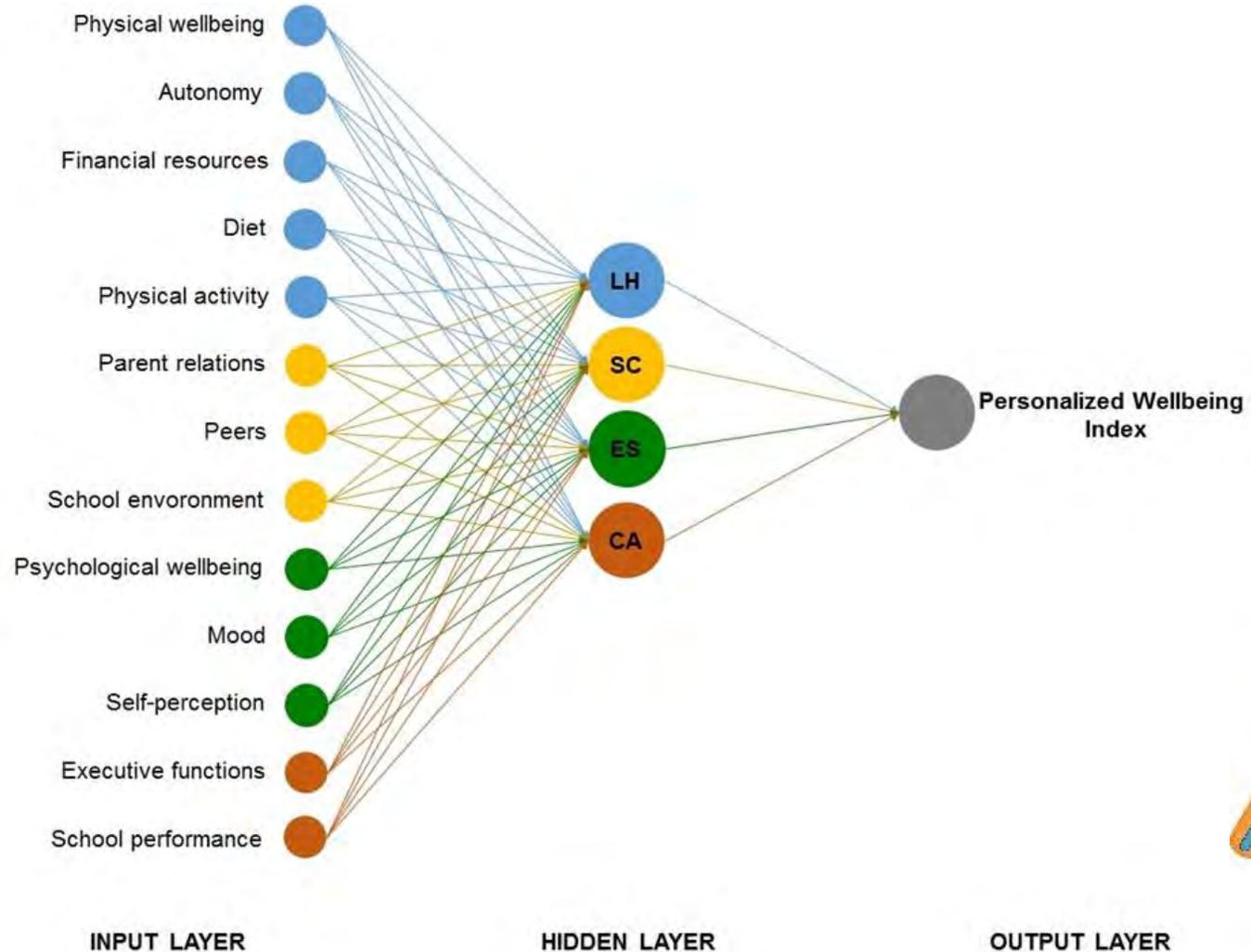
From Third
Decade

From Fourth
Decade



Handwritten notes in white chalk on a blackboard background, including the number '18' and some illegible scribbles.

La Complessità sta nell'integrazione





A new Humanism in Medicine

Humanism in medicine does not consider man as a dominant subject, and therefore strong, but as a subject disabled in his psychophysiological functions that must look for a new balance. The key words of this process will be the ability to adapt, resilience, homeostasis, but also empathy and listening

*Pingitore A, Iacono AM. The body of Descartes and the humanism in medicine.
Springer 2022 In Press*

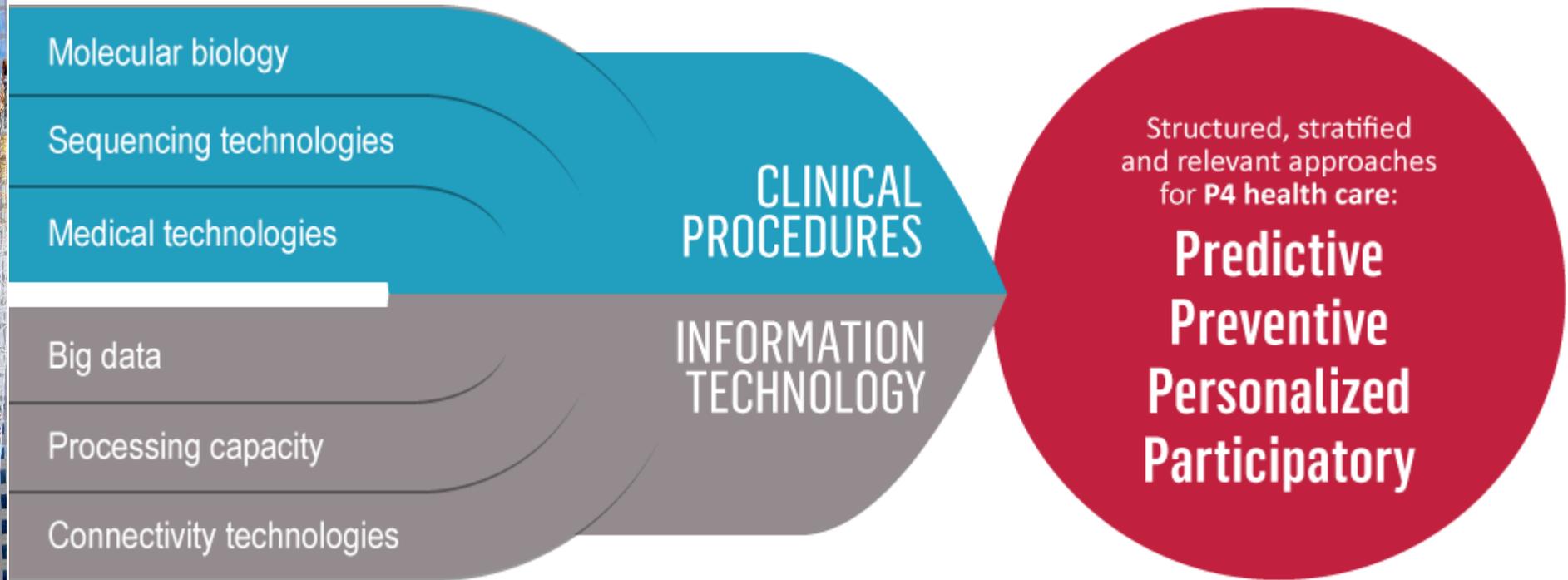


Modello bio-psico-sociale della Medicina

“To provide a basis for understanding the determinants of disease and arriving at rational treatments and patterns of health care, a medical model must also take into account the patient, the social context in which he lives, and the complementary system devised by society to deal with the disruptive effects of illness, that is, the physician role and the health care system. This requires a biopsychosocial model”

Engel GL. The need for a new medical model: a challenge for biomedicine. Science. 1977

La Nuova Era della Medicina



Guidata dalla Tecnologia



Medicine: the science in-between

- ✓ **Between natural and historical sciences**
- ✓ **Beyond the classical dualisms**
- ✓ **Integration of the different disciplines**
- ✓ **Beyond the boundary between the object/the patient and the subject/the doctor**
- ✓ **Beyond the dualism between illness and sick person**

*Pingitore A, Iacono AM. Medicine: the science in-between.
Springer 2022 In Press*



Andare oltre il dualismo

Nell'epoca moderna, a partire da Descartes, il dualismo è implicito nell'idea di scienza attraverso alcune caratteristiche

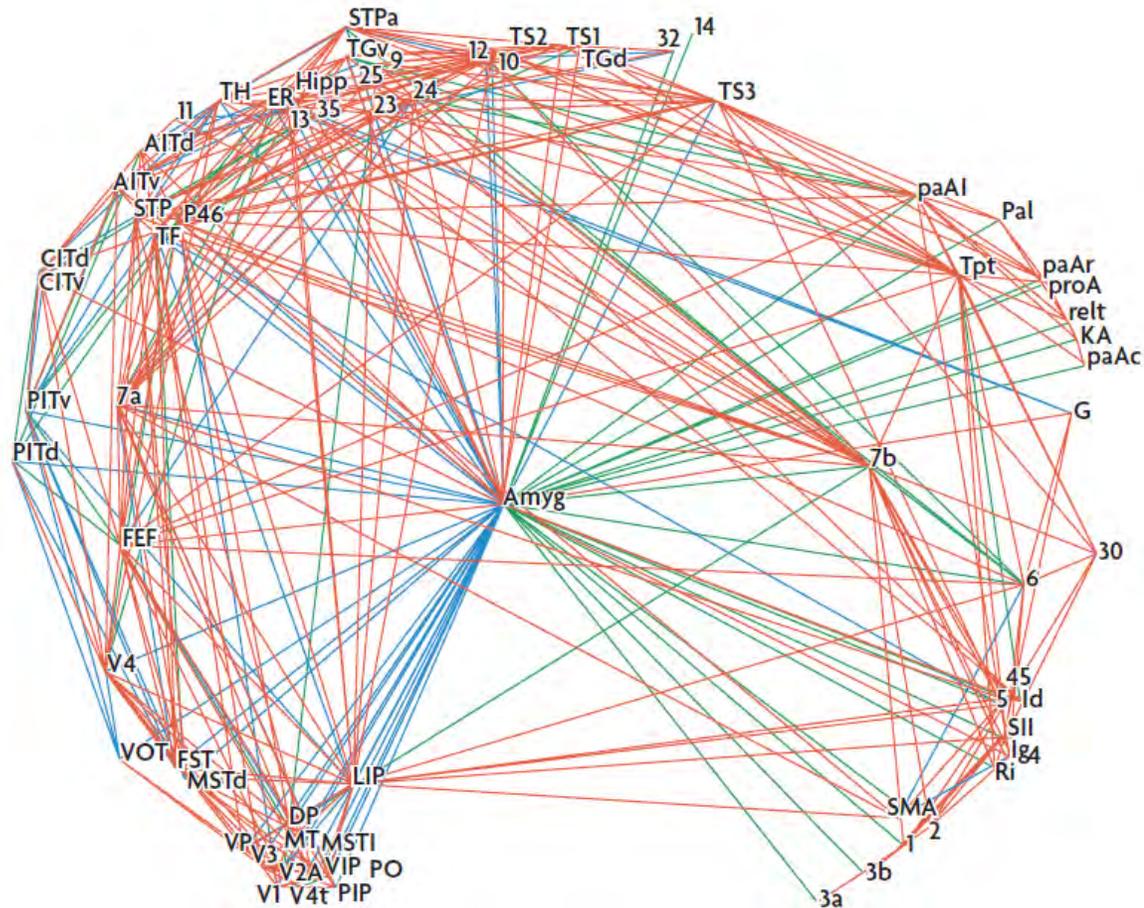
Concezione del rapporto uomo-natura

Relazione tutto-parti

Esperimento

*Pingitore A, Iacono AM. A dialogue between a philosopher and a doctor.
Spinrger 2022 In Press*

The Concept of Physiological HUBS



Amygdala

A brain connector hub for integrating cognitive and emotional information

Conceptual proposal for neural connectivity

Individual brain areas part of networks

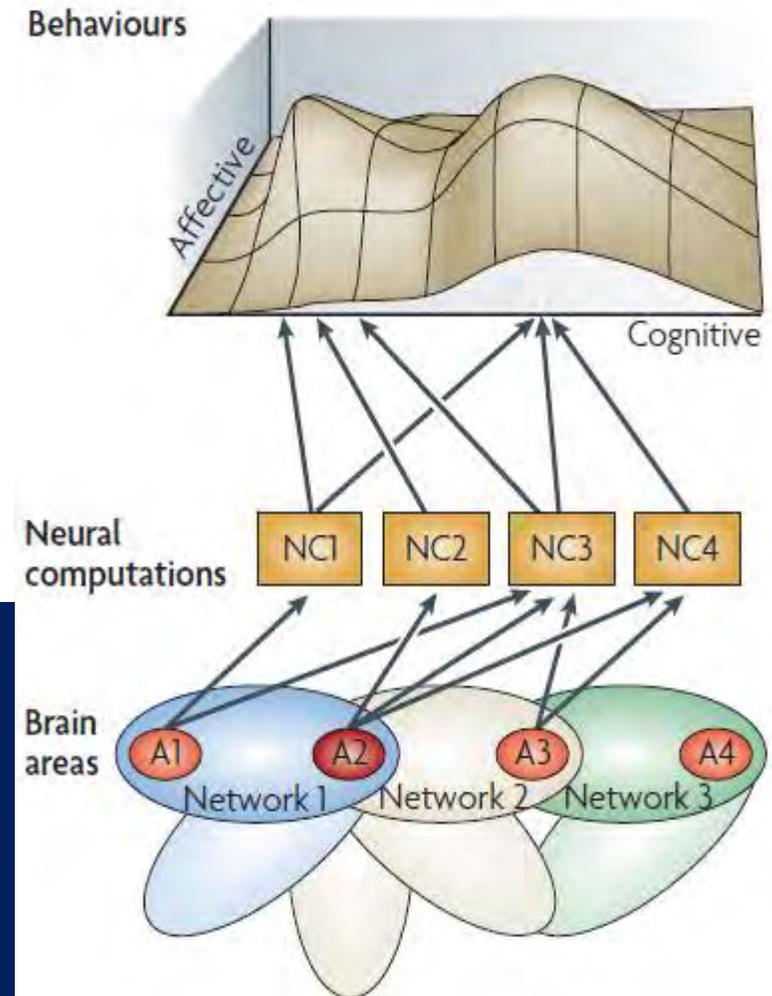
The computations of an area depends on the affiliated network, i.e. by the interaction of multiple areas

Provincial hub ➔ Single functional cluster

Connector hub ➔ Integration functional cluster

The higher the connectivity the higher the regulation strength of the flow and integration of information between regions

Behaviour cannot be cleanly separated into cognitive or emotional categories





..... The current diagnostic and therapeutic approach, based largely on technology, leads us to believe that patients are currently confined to a single dimension—that of medicine itself. Other dimensions that play a significant role in the pathogenesis and prognosis of diseases, such as the psychological, social, economic, or spiritual, are in fact ignored.....



..... physicians must rediscover the human dimension of patients, their fragility faced with the disease and their anxieties; they should spend more time communicating with their patients, resume the habit of performing a physical examination as complete as possible, better understand nonverbal body language, and, finally, consider themselves an integral part of the cure.



One-Dimension Patient

Daniele Rovai et al.

JACC 2015;65:757-8

“Medicine is certainly very complex, and technology helps us shed light into this abyss for better patient care, but the patient is even more complex. However, we should consider many more variables than we usually do”



EDUCARE ALLE LIFE SKILLS IN AMBITO SCOLASTICO

Benessere, Stress, Salute

Dott.ssa Francesca Mastorci

Istituto Fisiologia Clinica - CNR, Pisa



EDUCARE ALLE LIFE SKILLS IN AMBITO SCOLASTICO

Formazione docenti per la prevenzione dei comportamenti a rischio in età preadolescenziale e adolescenziale, attraverso la promozione delle Life Skills degli studenti degli istituti comprensivi e delle scuole secondarie di secondo grado dell'area vasta pordenonese.

25-26 ottobre - 1 dicembre 2022

11 gennaio - 28 febbraio - 15 marzo - 16 maggio 2023

Obiettivi

Acquisire conoscenze di base sulle dieci life skills definite dall'OMS e sulla loro rilevanza ai fini della prevenzione dei comportamenti a rischio negli studenti.

Aumentare la consapevolezza del docente rispetto alla propria capacità di fronteggiare le sfide quotidiane, rinforzando il bagaglio di competenze psico-sociali in proprio possesso.

Disporre da parte del docente di strumenti pratico-operativi (tecniche, strategie, attività) da utilizzare nelle classi - in maniera differenziata in base al livello di scolarità - al fine di promuovere e rafforzare le dieci life skills negli studenti.

Metodologia e Contenuti

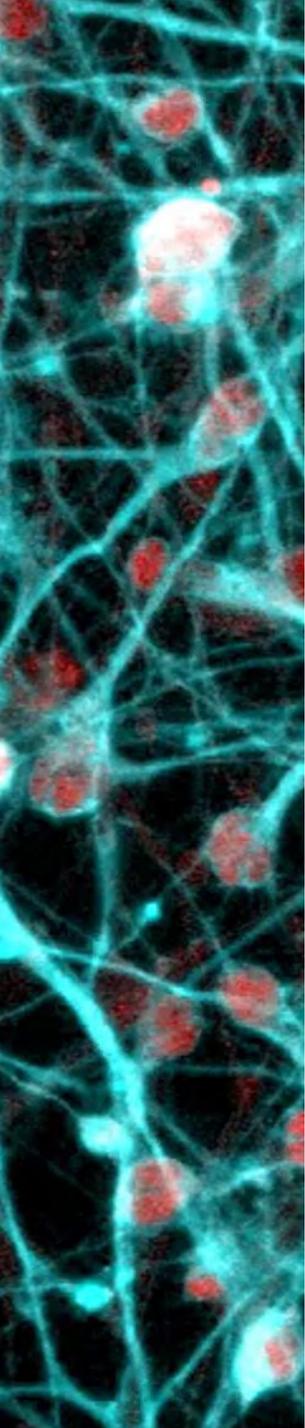
Gli incontri alterneranno presentazioni teoriche all'offerta di possibili strumenti e strategie di intervento da utilizzare nel gruppo classe. Gli incontri si articoleranno sulla base delle tre aree.

COMPETENZE EMOTIVE
consapevolezza di sé, gestione delle emozioni, gestione dello stress

COMPETENZE RELAZIONALI
empatia, comunicazione efficace, relazioni efficaci

COMPETENZE COGNITIVE
risolvere i problemi, prendere decisioni, pensiero critico, pensiero creativo





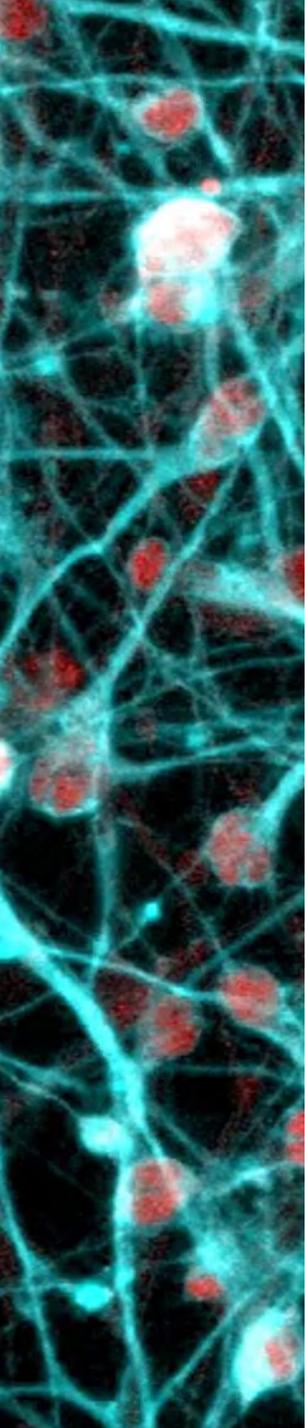
Lo **Stress** è un aspetto quotidiano della vita di tutti gli individui ed è associato ad **eventi negativi** che possono inficiare la salute fisica e mentale. E' spesso definito come una minaccia o un pericolo all'omeostasi dell'organismo

Resiliency

Processi dinamici neurali, fisiologici, comportamentali, cognitivi ed emotivi che portano all'adattamento

Vulnerability

Alterazioni neurali, fisiologiche, comportamentali, cognitive ed emotive che aumentano la vulnerabilità a manifestare patologie



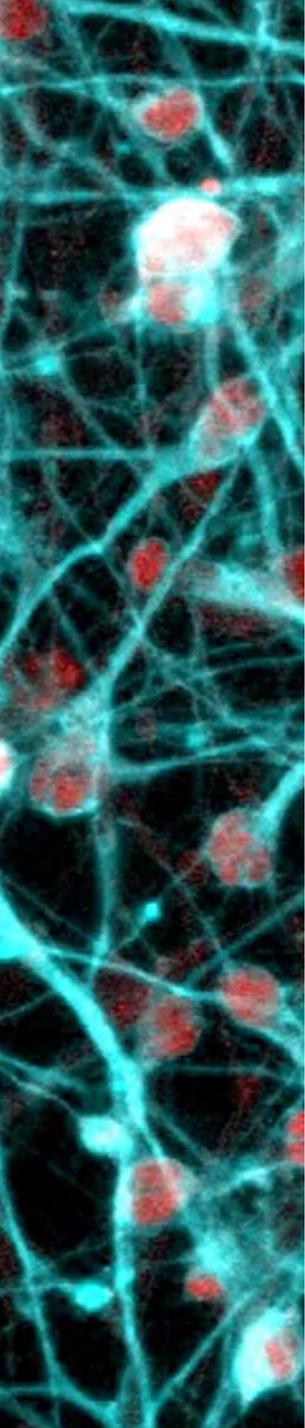
Lo stress è uno **stato** del sistema nervoso centrale prodotto da fattori ambientali avversivi che creano un turbamento nell'equilibrio interno dell'organismo (omeostasi). Ciò di cui noi possiamo essere consapevoli è la risposta di stress: **un'attivazione comportamentale e fisiologica che ha l'obiettivo di ridurre i possibili danni portando l'organismo ad adattarsi alla nuova situazione.**

ATTIVAZIONE

ASSE VELOCE neurale, SAM, mobilitare l'organismo a livello comportamentale e fisiologico in modo robusto e veloce: i livelli di **adrenalina** e di **cortisolo** si alzano rapidamente nel sangue permettendo all'organismo di mobilitarsi sia a livello comportamentale che fisiologico (la **'fight and flight response'**);

DISATTIVAZIONE

ASSE LENTO ormonale, HPA, rapida ed efficace ed ha il fine di ritornare alle condizioni basali, ovvero all'omeostasi, ed è di estrema importanza per evitare danni da iperattivazione dell'organismo.



OSSITOCINA

ormone che modula gli istinti sociali, i legami affettivi e stimola l'empatia, è coinvolto nella risposta di stress: nei momenti avversivi il nostro corpo sembrerebbe spingerci oltre che a reagire in prima persona, anche a cercare contatto e **cooperazione con l'altro**



Adattamento allo stress



E' associato a una condizione di attenzione, razionalità, equilibrio emotivo

E' associato ad una condizione di ansia, eccitazione ed esaurimento o, all'opposto, in caso di mancanza di stimoli, è associato a una condizione di noia, apatia, confusione

Il Cervello è il mediatore centrale e il target dei processi adattativi e dei processi di vulnerabilità

- **determina** ciò che è stressante per l'individuo
- **regola** le risposte fisiologiche, comportamentali, cognitive ed emotive messe in atto dall'individuo per far fronte all'evento stressante
- **modifica** la sua plasticità in modo adattativo o maladattativo

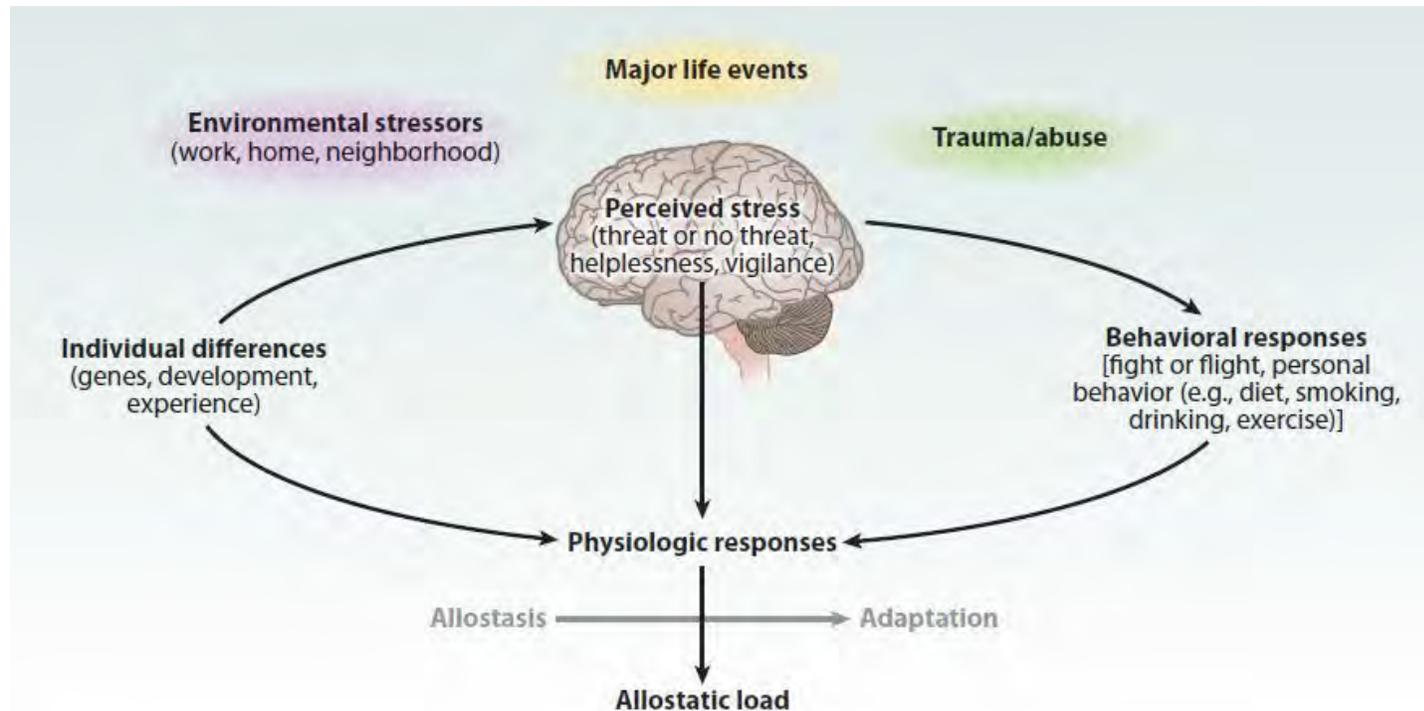
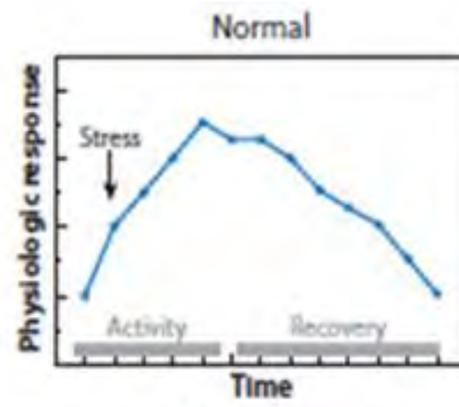
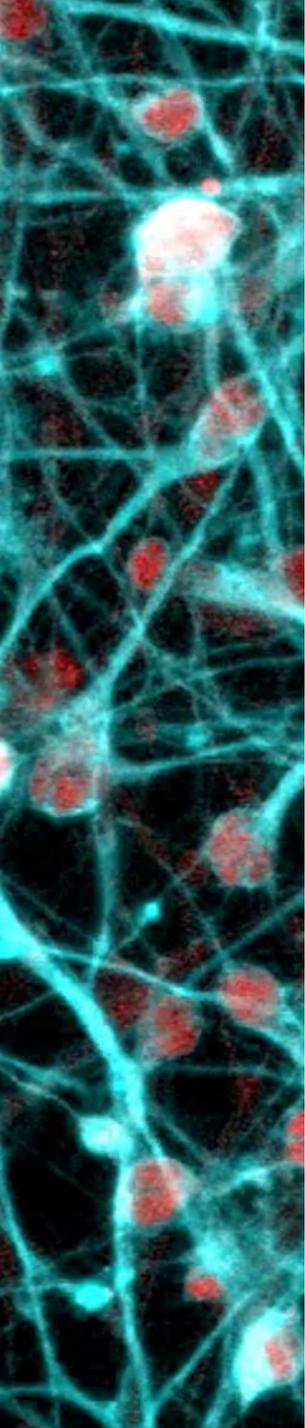
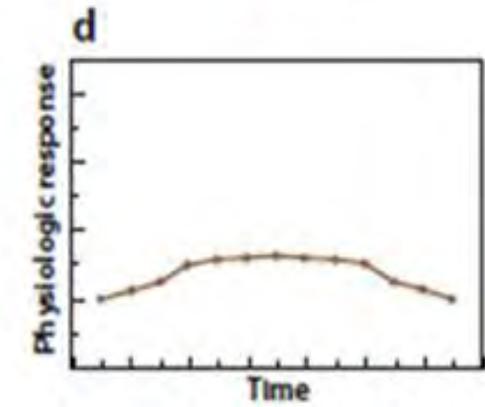
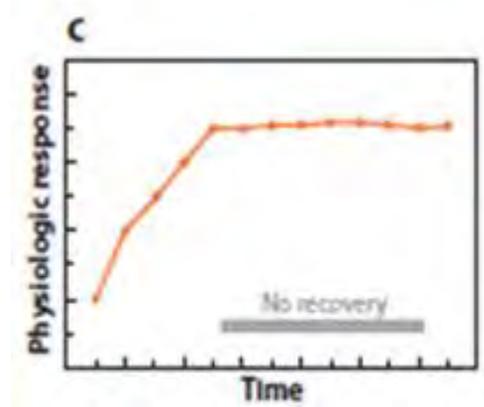
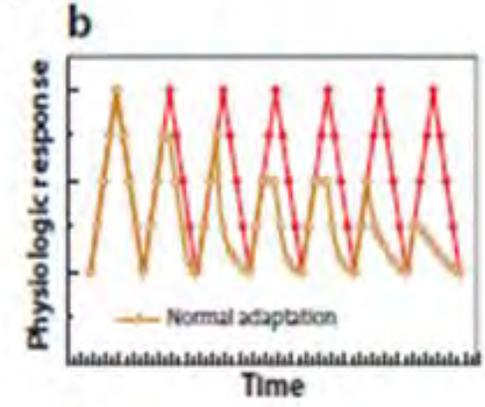
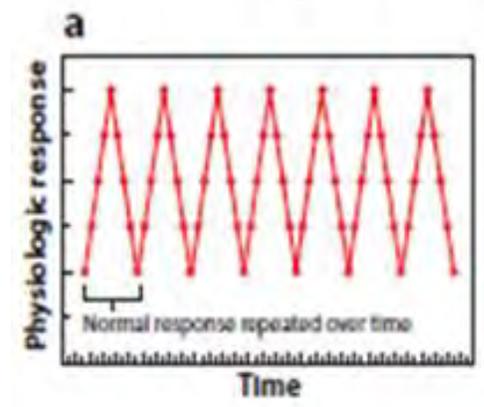
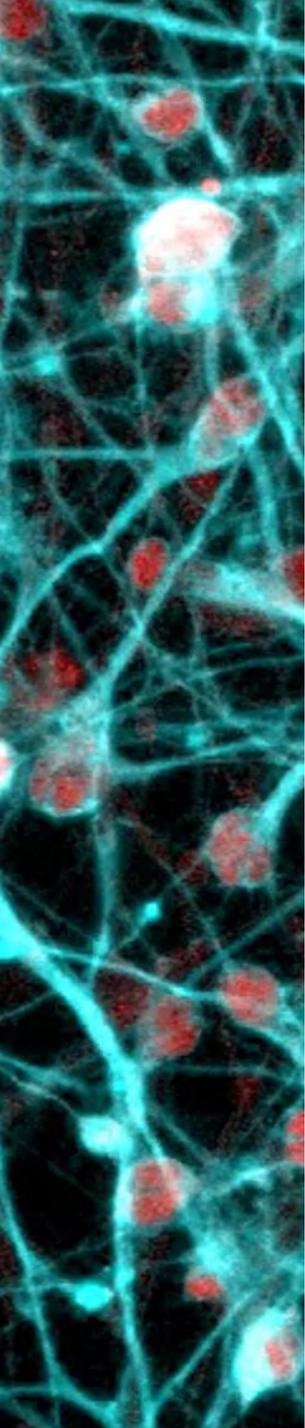


Figure 1



Allostatic load





Patologie stress-correlate

Disturbi psicosomatici

Disordini caratterizzati da sintomi fisici, sebbene lo sviluppo sia influenzato da fattori psicologici

Sistema cardiovascolare

(ipertensione, aterosclerosi, ictus, aritmie cardiache)

Apparato gastroenterico

(ulcere gastriche e duodenali, coliti)

Funzione immunitaria

(allergie, asma, malattie autoimmuni)

Effetti diretti sul sistema nervoso centrale

(atrofie, inibizione della neurogenesi nel giro dentato dell'ippocampo)

Disturbi metabolici

(diabete)

Disturbi psicologici

Depressione - Ansia - Schizofrenia

In Giappone il 75% dei docenti a rischio di morte per troppo lavoro: lavorano più di 11 ore al giorno

Di redazione

[Facebook](#) [Twitter](#) [Telegram](#) [Stampa](#)



SCUOLE 23 LUG 2021 - 7:32

Docenti a rischio burnout, durante e dopo la pandemia. Un progetto da scaricare per

Rischio burnout: ecco quali sono le cause e come sopravvivere a scuola

PUBBLICATO IN **SINDROME DEL BURNOUT**

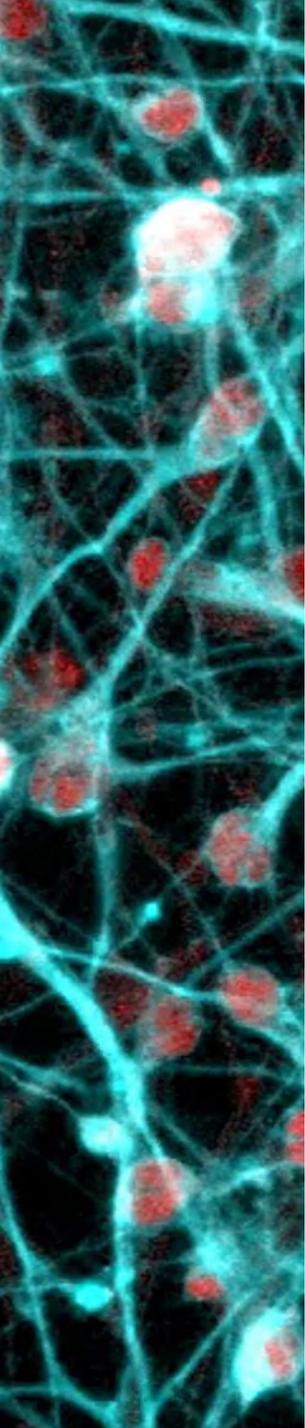
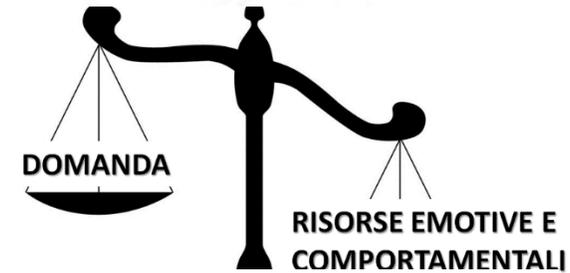


[Facebook](#) 0 [Twitter](#) [Telegram](#) 0 [Stampa](#)

“Insegnanti bruciati”: rischio burnout anche tra insegnanti giovani. Stress perché manca sostegno nel lavoro quotidiano, uno studio

Di redazione

[Facebook](#) [Twitter](#) [Telegram](#) [Stampa](#)



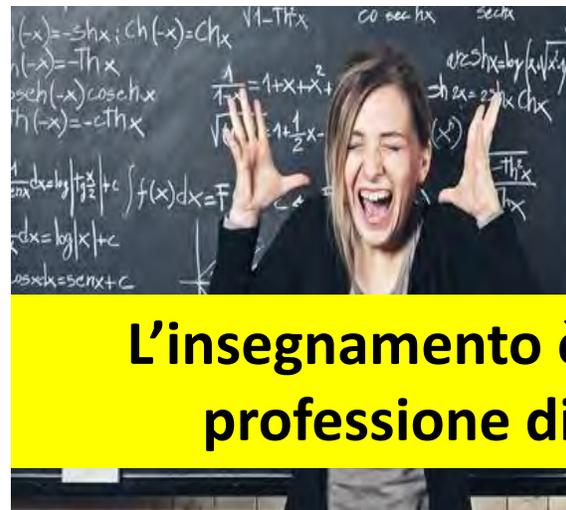


Systematic Review

Determinants of Burnout among Teachers: A Systematic Review of Longitudinal Studies

Of note, **burnout is one of the most frequently studied adverse effects of psychosocial exposures at work.** Indeed, specific job demands in the **teaching profession, especially increased responsibilities and tight deadlines, identify teaching as one of the most stressful occupations.** The job demands–resources (JD/JR) model of burnout assumes that the workplace context is characterized by a **variety of physical, psychological, social, or organizational factors** (also referred as job demands) **that require prolonged physical or psychological efforts in workers.** Job demands are not necessarily negative, but they may turn into workplace stressors when the invested personal efforts are high, meaning **job demands may be associated with certain physiological or psychological costs.**

Scuola, il benessere degli insegnanti: una nuova frontiera dell'insegnamento



Il benessere a scuola per docenti e studenti, ed una buona relazione, favoriscono l'apprendimento

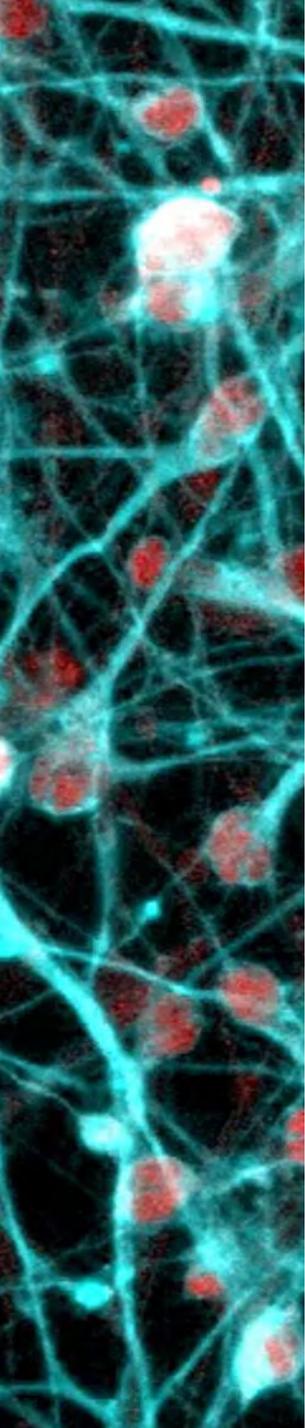


Valutazione del benessere del personale scolastico (Dirigenti, docenti e non docenti) per studiare gli effetti psicologici indiretti dell'Emergenza da Covid-19 nella Regione Friuli Venezia Giulia

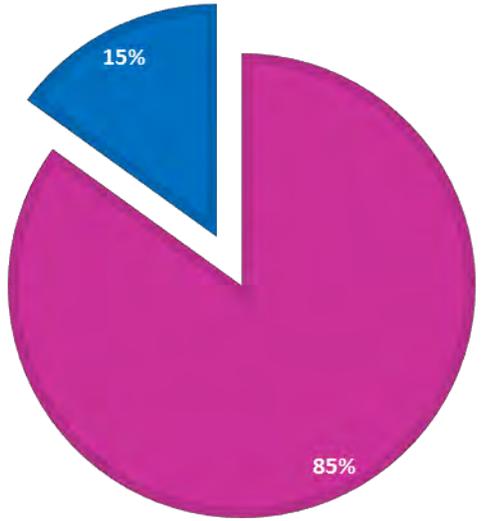
- Questionario socio-demografico
- **BAI**_Test di valutazione dell'ansia generalizzata
- **BDI**_Test di valutazione della sintomatologia depressiva
- **FIRST**_Test di valutazione di come lo stress influenza la qualità del sonno
- **PSS**_Test di valutazione della percezione dello stress
- **PWBI**_Test di valutazione della percezione del benessere e della qualità della vita



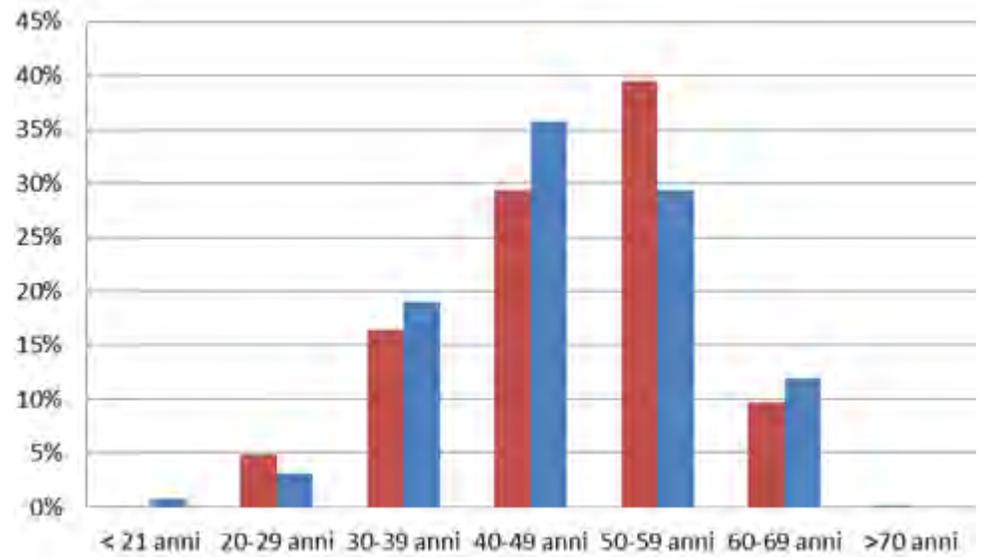
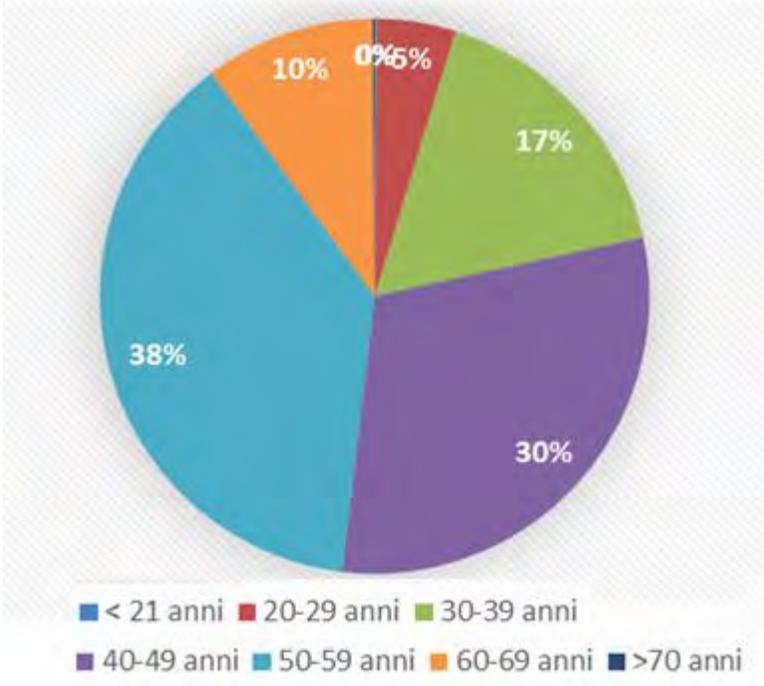
Popolazione di riferimento



Sesso

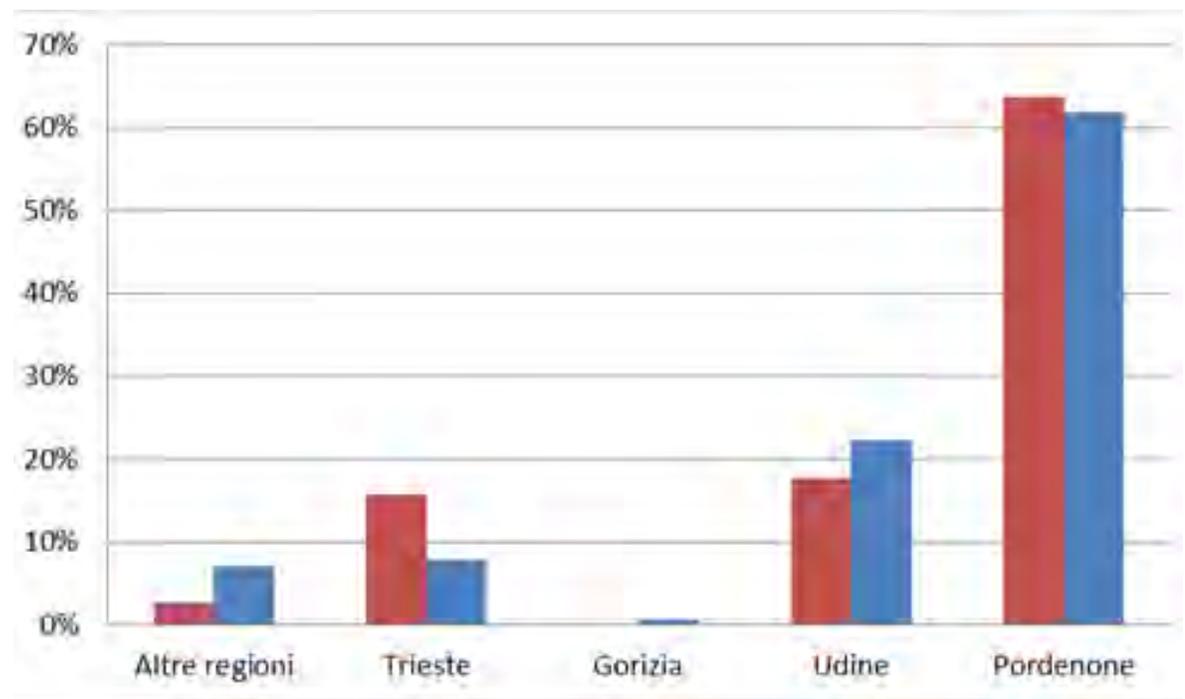
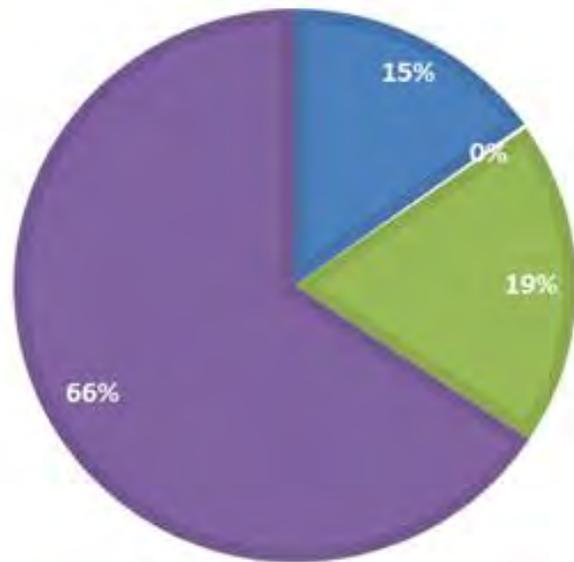


Range di Età

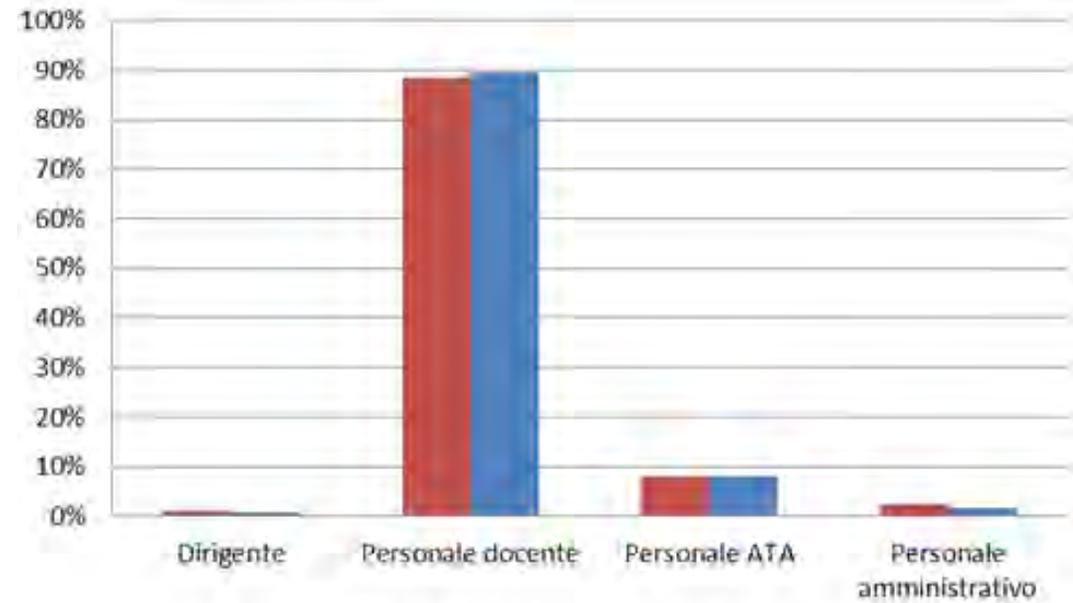
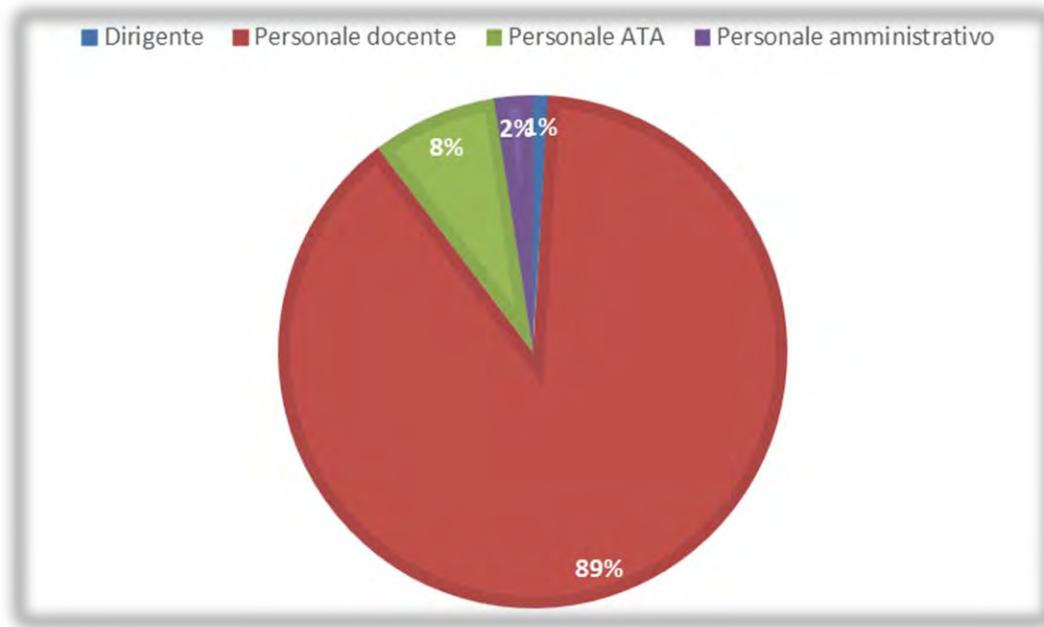


Territorio di provenienza

■ Trieste ■ Gorizia ■ Udine ■ Pordenone

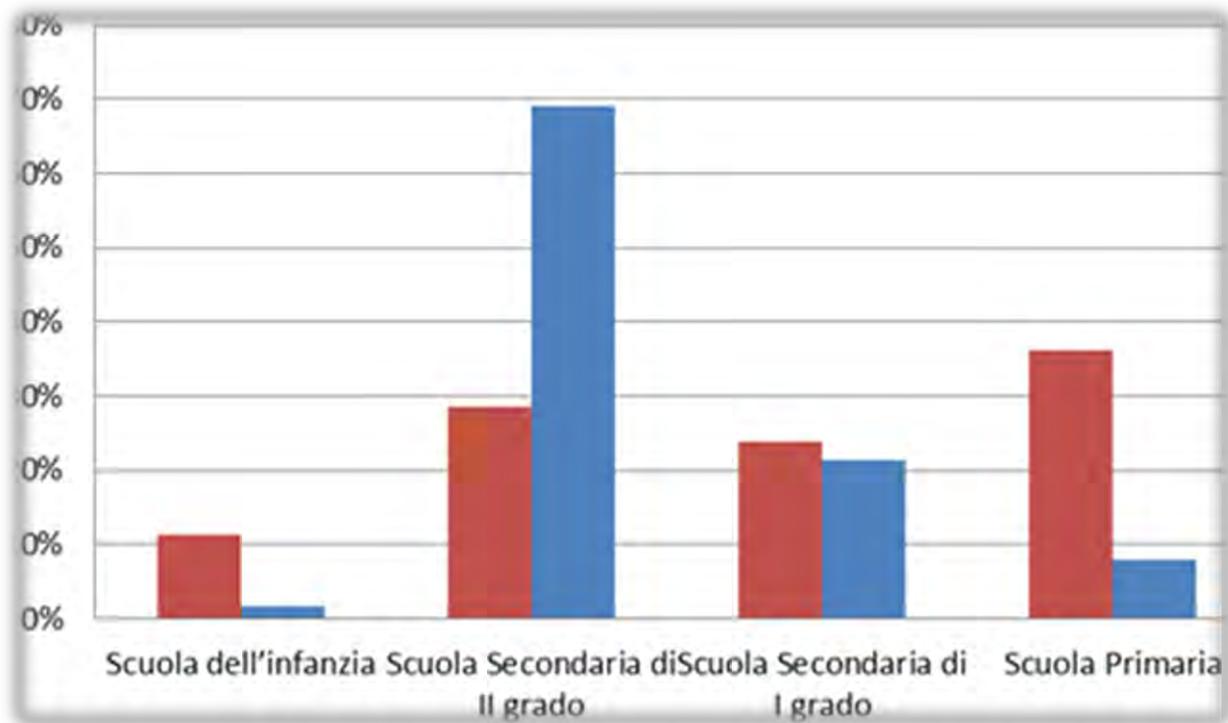
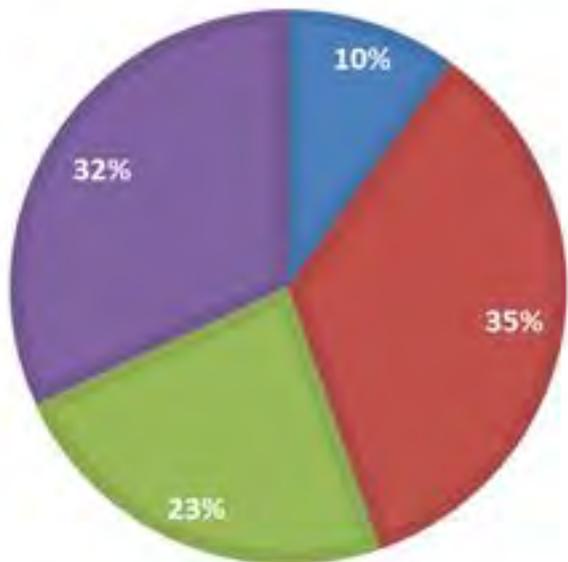


Categoria professionale



Ordine e grado di scuola di appartenenza

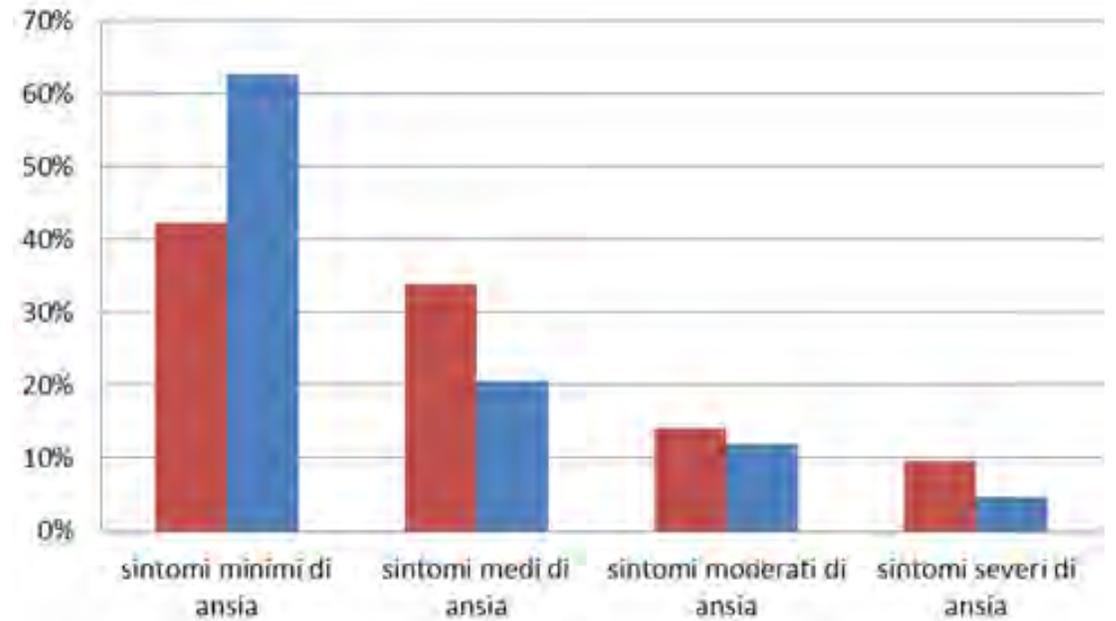
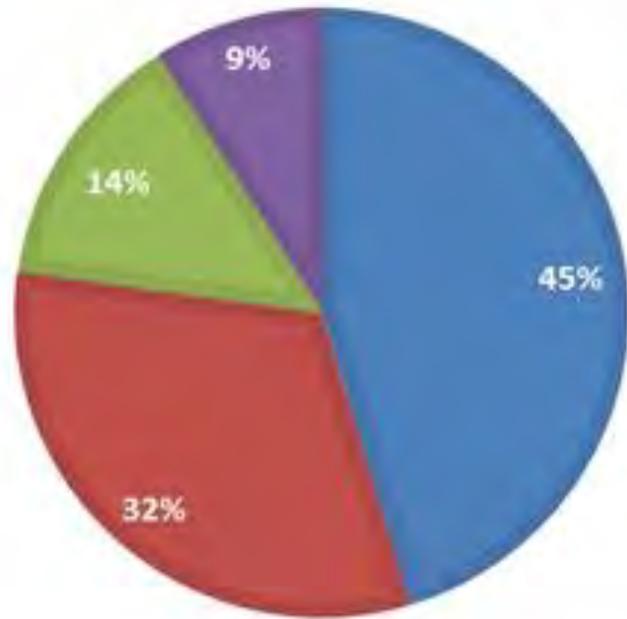
■ Scuola dell'infanzia ■ Scuola Secondaria di II grado
■ Scuola Secondaria di I grado ■ Scuola Primaria



Profilo psicologico della popolazione

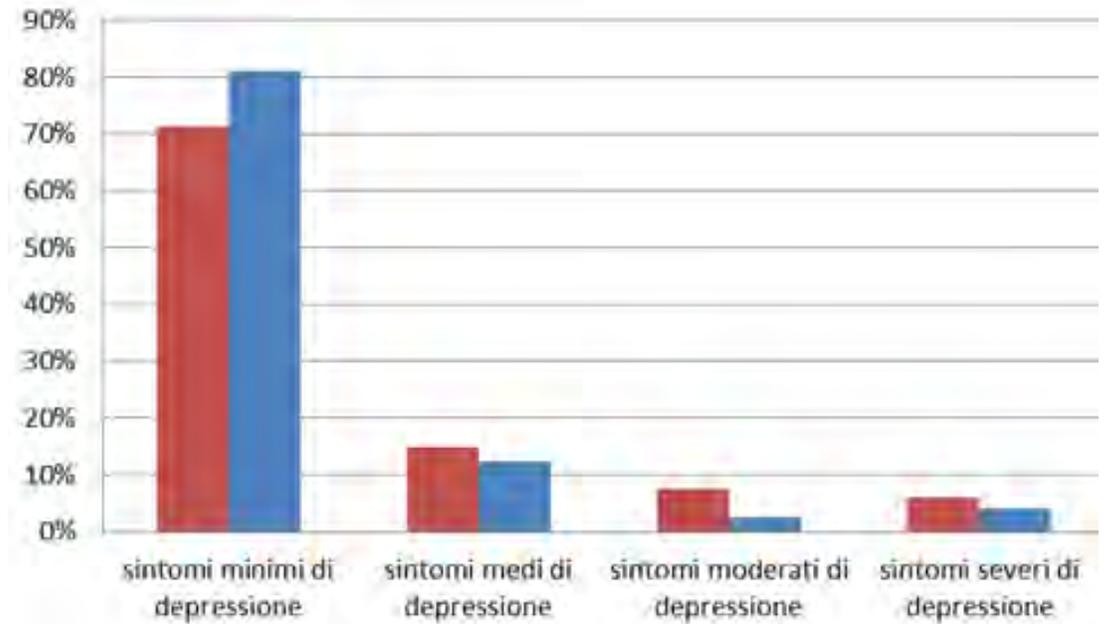
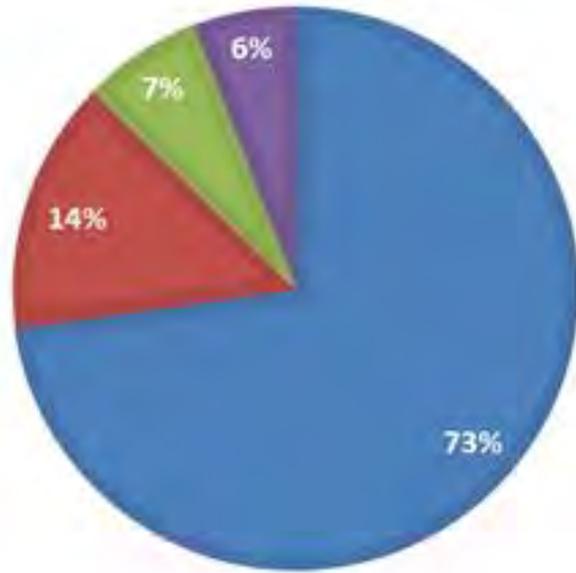
BAI_Ansia generalizzata

■ sintomi minimi di ansia ■ sintomi medi di ansia
■ sintomi moderati di ansia ■ sintomi severi di ansia



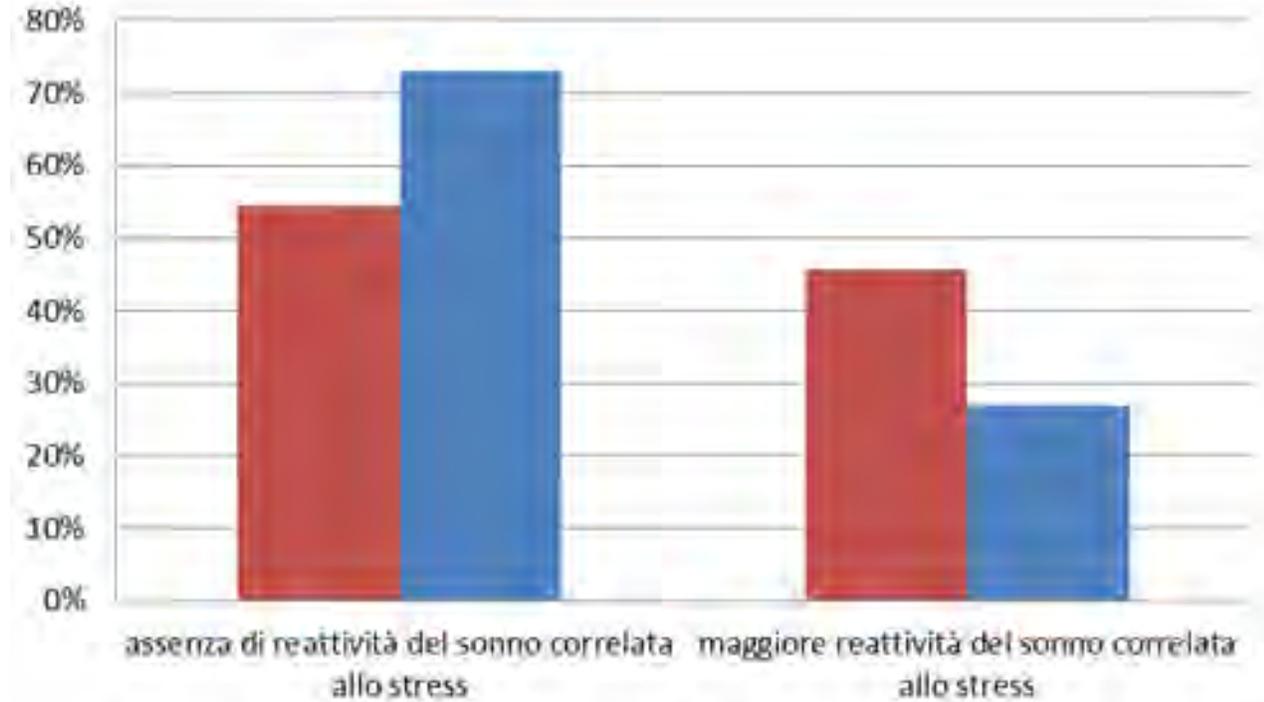
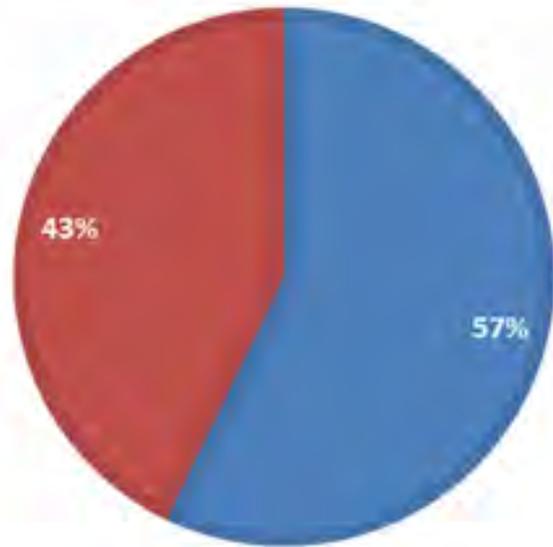
BDI_Sintomatologia depressiva

■ sintomi minimi di depressione ■ sintomi medi di depressione
■ sintomi moderati di depressione ■ sintomi severi di depressione



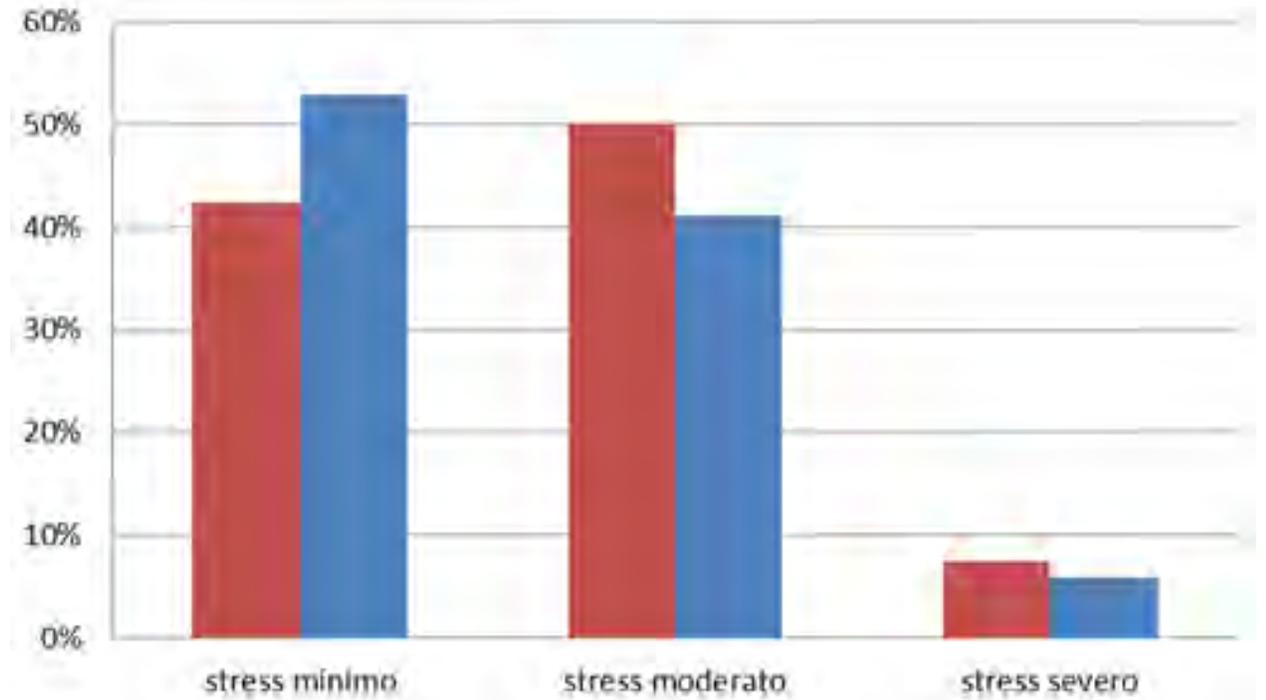
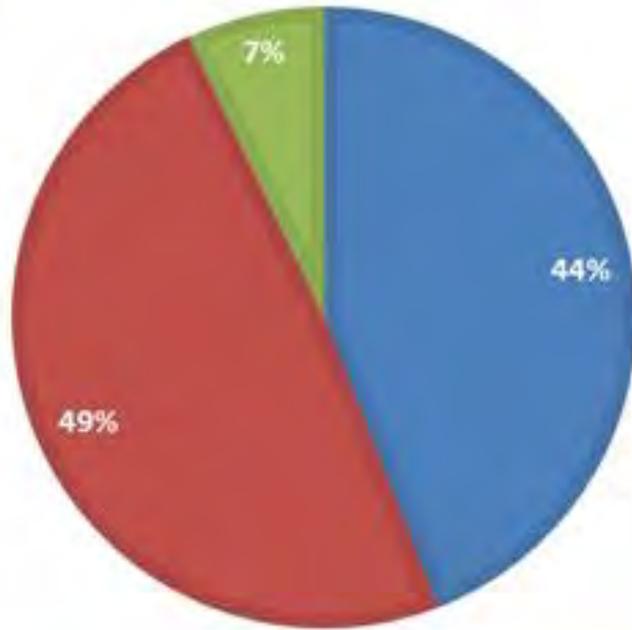
FIRST_Relazione stress e sonno

- assenza di reattività del sonno correlata allo stress
- maggiore reattività del sonno correlata allo stress

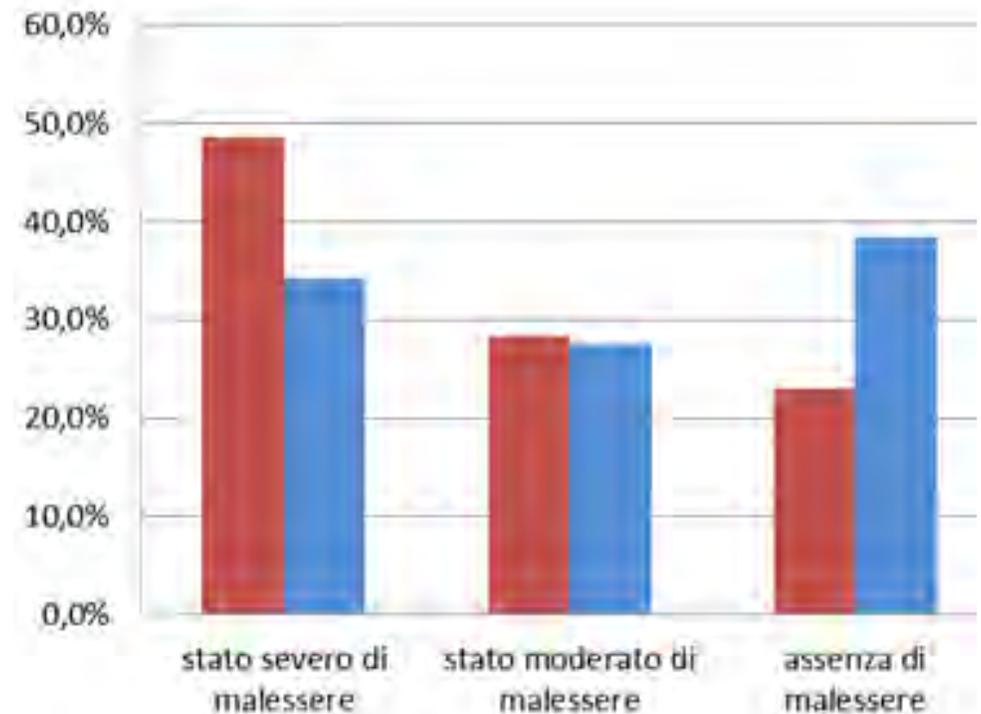
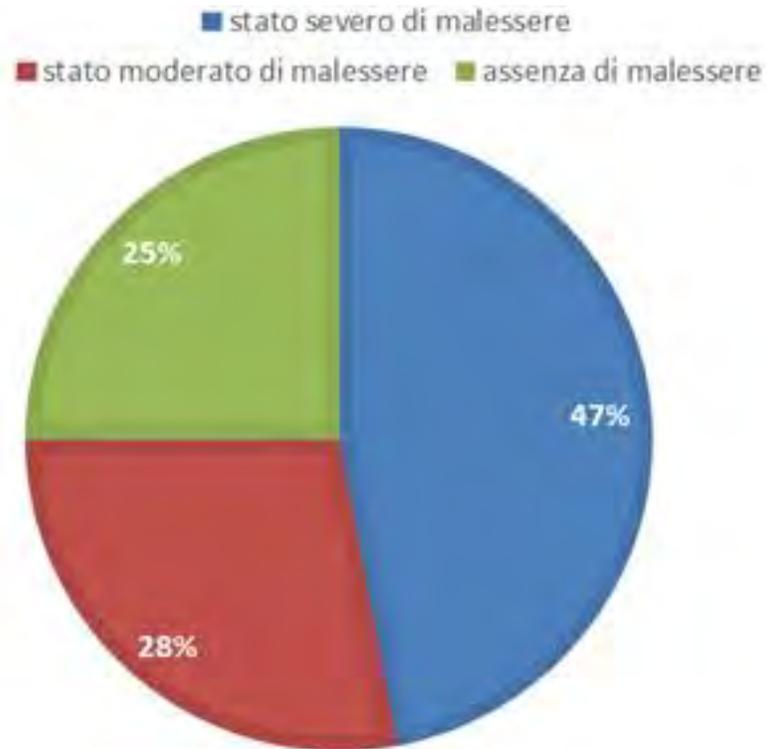


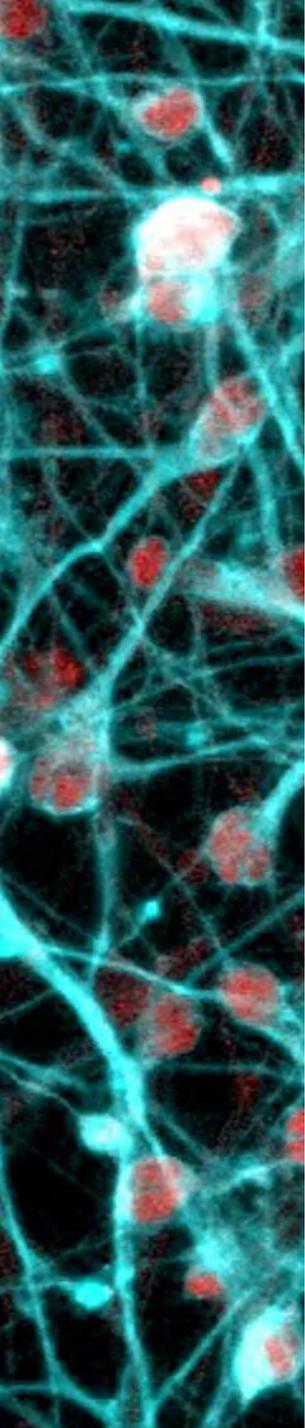
PSS_Percezione dello stress

■ stress minimo ■ stress moderato ■ stress severo



PWBI_Percezione del benessere e della qualità della vita





Fattori determinanti l'entità della risposta di stress

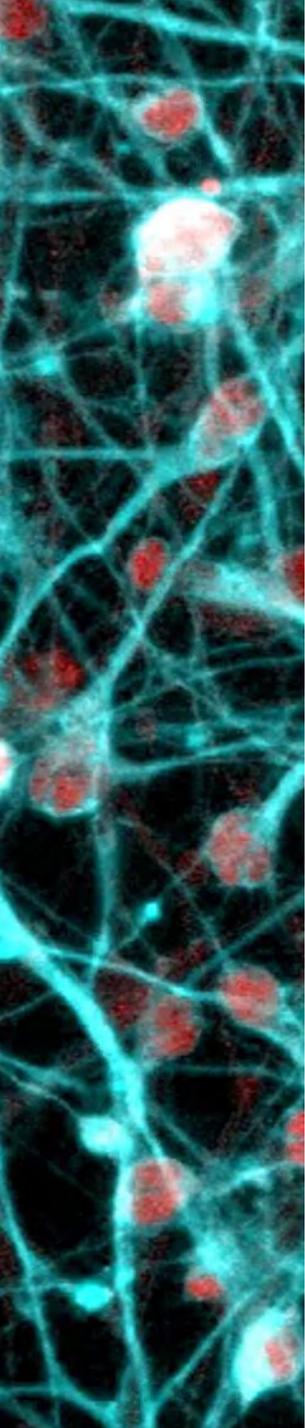
Fattori legati alle caratteristiche individuali

patrimonio genetico, ontogenesi, esperienze precoci, età, sesso, stato fisiologico, **supporto sociale**, controllabilità, prevedibilità, rango sociale ...
... **stile di adeguamento**

Coping style

“... l'insieme delle risposte fisiologiche e comportamentali di stress, modellate dall'evoluzione, coerenti nel tempo e caratteristiche di un certo gruppo di individui ...”

***'Stress' as a 'state of increased cerebral energy need'
that occurs when a person is uncertain of how to
safeguard his/her future physical, mental and social
well-being***



EDUCARE ALLE LIFE SKILLS IN AMBITO SCOLASTICO

Benessere, Stress, Salute

Dott.ssa Maria Francesca

Lodovica Lazzeri

Istituto Fisiologia Clinica - CNR, Pisa



EDUCARE ALLE LIFE SKILLS IN AMBITO SCOLASTICO

Formazione docenti per la prevenzione dei comportamenti a rischio in età preadolescenziale e adolescenziale, attraverso la promozione delle Life Skills degli studenti degli istituti comprensivi e delle scuole secondarie di secondo grado dell'area vasta pordenonese.

25-26 ottobre - 1 dicembre 2022

11 gennaio - 28 febbraio - 15 marzo - 16 maggio 2023

Obiettivi

Acquisire conoscenze di base sulle dieci life skills definite dall'OMS e sulla loro rilevanza ai fini della prevenzione dei comportamenti a rischio negli studenti.

Aumentare la consapevolezza del docente rispetto alla propria capacità di fronteggiare le sfide quotidiane, rinforzando il bagaglio di competenze psico-sociali in proprio possesso.

Disporre da parte del docente di strumenti pratico-operativi (tecniche, strategie, attività) da utilizzare nelle classi - in maniera differenziata in base al livello di scolarità - al fine di promuovere e rafforzare le dieci life skills negli studenti.

Metodologia e Contenuti

Gli incontri alterneranno presentazioni teoriche all'offerta di possibili strumenti e strategie di intervento da utilizzare nel gruppo classe. Gli incontri si articoleranno sulla base delle tre aree:

COMPETENZE EMOTIVE

consapevolezza di sé, gestione delle emozioni, gestione dello stress

COMPETENZE RELAZIONALI

empatia, comunicazione efficace, relazioni efficaci

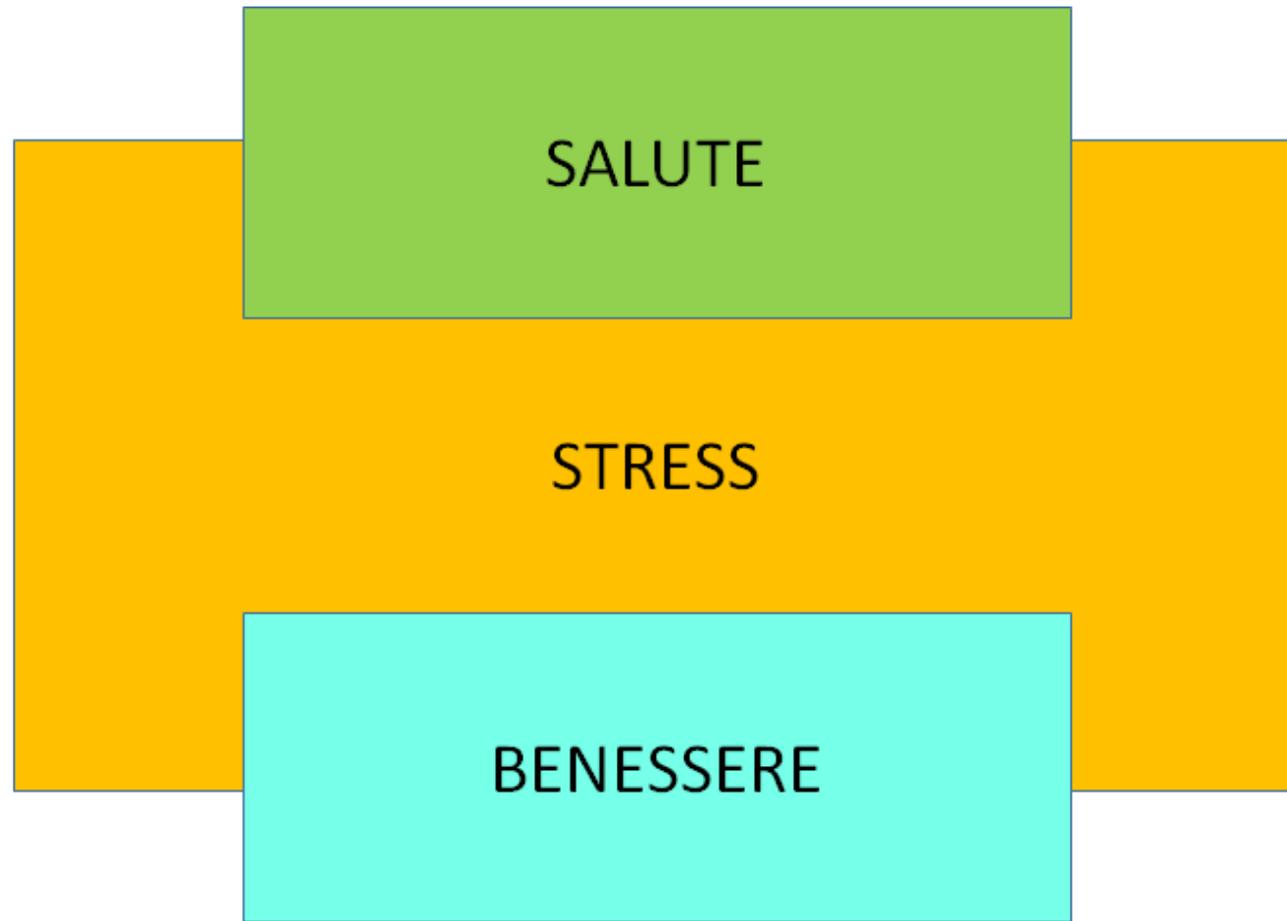
COMPETENZE COGNITIVE

risolvere i problemi, prendersi decisioni, pensiero critico, pensiero creativo





LIFESPAN



SALUTE

STRESS

BENESSERE

DISEASE

Il Benessere

Modello Biomedico (XVI secolo)

«Benessere come assenza di malattia»



Modello Bio-Psico-Sociale 1977 (Engel)

Salute come: «uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non semplice assenza di malattia» (OMS).

Medicina 4P:

- Personalizzata
- Preventiva
- Predittiva
- Partecipativa

- Molto spesso definiamo il «benessere» passando dal concetto di «malessere»;
- Include tutto il vissuto del paziente;
- Non è quantificabile;
- Estremamente soggettivo.

- «ENVIRONMENTAL ENRICHMENT»





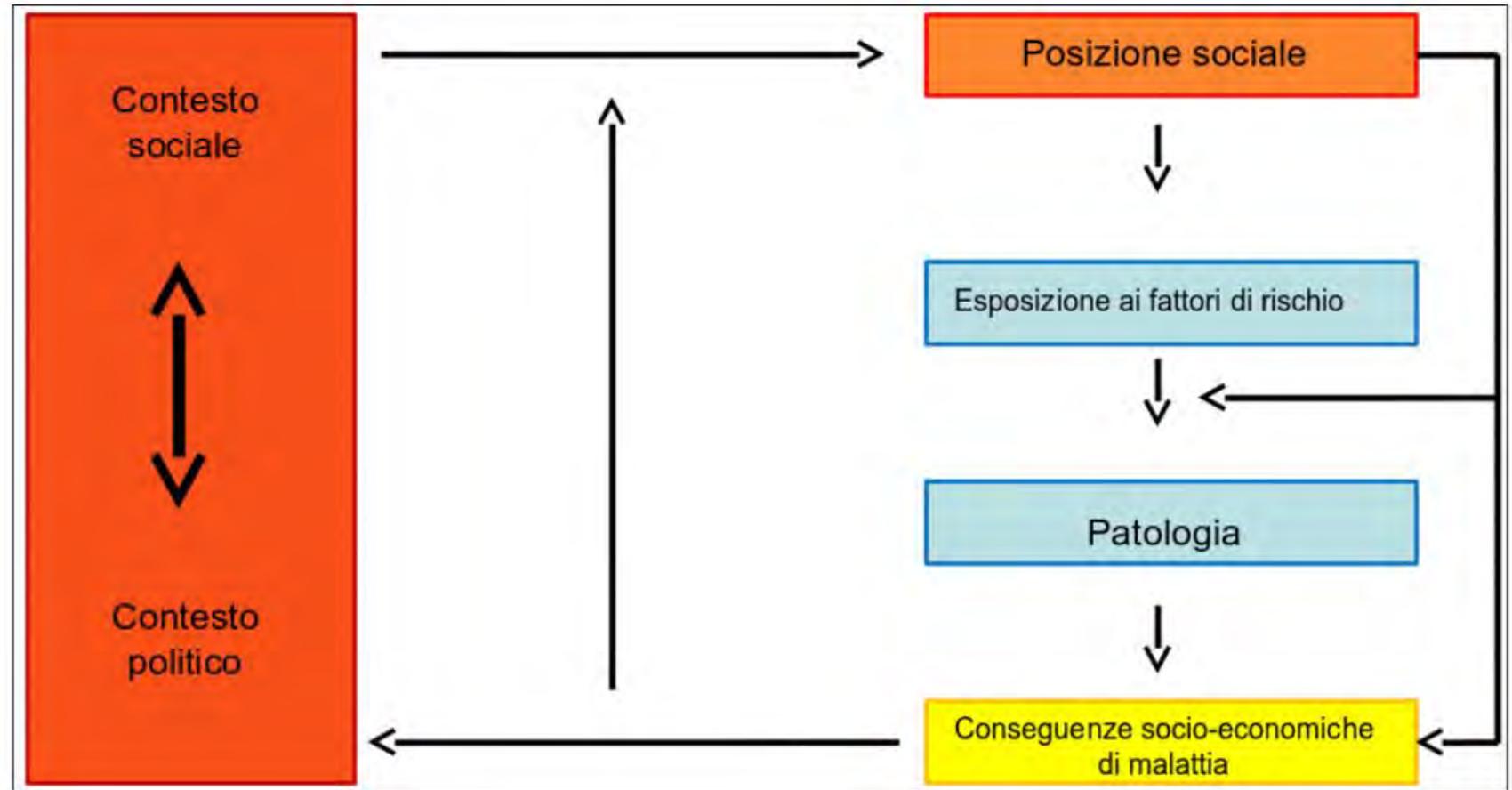
Environmental Enrichment

- Attività che aumentano la complessità dell'habitat (fisico, sociale e temporale);
- Stimoli strutturali, visivi, olfattivi, uditivi e gustativi;
- Migliora lo stato psico-fisico;
- Riduzione dei comportamenti anormali;
- Incremento della variabilità comportamentale;
- Incremento di durata o frequenza di specifici comportamenti target;
- Incremento dell'utilizzo delle aree di reparto;
- Riduzione dei valori fisiologici indicativi di stress.

Metodo Snoezelen

Ambienti progettati per la stimolazione multisensoriale di persone affette da autismo, demenza o che presentano disabilità dello sviluppo e cognitive.





Modello Diderichsen et al. (2001)

WHO, 2010a. A conceptual framework for action on the social determinants of health. Social determinants of health discussion paper 2.



LA CURA DAL BENESSERE

«Sa qual è la cura alla condizione umana?
La malattia, perché solo allora c'è speranza
di una cura.»

(Dott. Volmer)

/be·nès·se·re/

sostantivo maschile

1. Stato armonico di salute, di forze fisiche e spirituali.

"provare un senso di b."

OGGETTIVO

VS

SOGGETTIVO

QUANTIFICARLO?

- 
- Valutativo: soddisfazione della propria vita;
 - Edonico: sentimenti (es. felicità, rabbia, tristezza...);
 - Eudomenico: quando diamo uno scopo alla vita. *

Approccio AVATAR

Benessere: «Esperienza soggettiva ed emozionale che va ad interessare tutti i livelli sociali con cui l'adolescente si relaziona».

*Stephoe A., Deaton A., Stone A.A., Subjective wellbeing, health and ageing. Lancet 2015; 385:640-648



**Ambiente e stili di Vita negli Adolescenti: una nuova
proposta di promozione della salute
Attraverso una piattaforma multimediale**

OBIETTIVO GENERALE

Obiettivo principale di AVATAR è quello di promuovere benessere negli adolescenti grazie ad un **approccio sistemico e multi-stakeholder**, che mira a creare un network tra le diverse figure e ambienti che ruotano intorno all'adolescente (famiglia, scuola, amici, comunità) **al fine di poter meglio orientare le politiche scolastiche e territoriali di prevenzione e promozione della salute rivolte ai giovani**

Obiettivi Specifici

- *riunire gli attori istituzionali coinvolti nella definizione di programmi a sostegno di scelte salutari;*
- *coordinare gli interventi in modo sinergico ed efficace tra le Istituzioni;*
- *monitorare e valutare i progetti di promozione della salute e prevenzione;*
- *elaborare e diffondere gli studi che riguardano gli interventi efficaci per la prevenzione e la promozione della salute;*
- *definire percorsi formativi.*

SCUOLA

AZIENDE
SANITARIE

REGIONI

ALTRO
(ad es. Agenzie, etc.)

- a multisectoral approach and coordination among all health-related sectors to achieve these outcomes.

INTEGRATED/ COMPLEX/ DYNAMIC APPROACH

equitable, rights-based, universal access to high-quality, essential interventions and services for every child and adolescent everywhere to promote health, growth and well-being and to prevent exposure to risk factors, disease and complications:



FROM PRIMORDIAL PREVENTION TO SECONDARY PREVENTION

- a life-course approach in the first two decades (0-19 years) in the delivery of comprehensive, integrated, age-, condition- and context-specific interventions and actions at each stage of life;
- empowerment of individuals, families and communities in assuring health and well-being for all children and adolescents; and

<p>Investire nella salute e nel benessere dei ragazzi per ridurre il carico delle malattie cronico degenerative dell'età adulta</p>	<p><i>What</i></p>	<p>Investire nella salute e nel benessere dei ragazzi per ridurre il carico delle malattie cronico degenerative dell'età adulta</p>
<p>Scuola ogni x anni su un campione di studenti (es. HBSC ogni 4 anni su studenti 11, 13 e 15 anni)</p>	<p><i>When-Where</i></p>	<p>Scuola due volte l'anno e quando si rende necessario il monitoraggio per progettualità basata sulle necessità rilevate</p>
<p>Approfondire lo stato di salute dei giovani e il loro contesto sociale</p>	<p><i>Why</i></p>	<p>Promuovere il benessere negli adolescenti grazie ad un approccio sistemico e multi-stakeholder, per orientare le politiche scolastiche e territoriali di prevenzione</p>
<p>In base alla progettualità (ogni progetto è riferito ad un ragnone specifico)</p>	<p><i>Who</i></p>	<p>Studenti scuole di ogni ordine e grado</p>
<p>Raccolta dati tramite questionari cartacei validati ogni x anni e restituzione tramite report di dati descrittivi (survey)</p>	<p><i>How</i></p>	<p>Raccolta dati tramite piattaforma web, creazione profilo di classe e indice singolo e restituzione risultati in real time</p>
<p>HBSC nel 2018 4.183 classi nelle scuole secondarie di I e II grado e 58.976 studenti</p>	<p><i>How much</i></p>	<p>6000 studenti e 43 Istituti Comprensivi</p>



- Database di 6000 studenti (8-18 anni)
- Studi epidemiologici
- Articoli scientifici (15 paper)
- Report statistici alle Istituzioni
- Monitoraggio determinanti di Salute
- Registro dati



- 43 Istituti Comprensivi registrati
- Restituzione in *real time* dei risultati
- Orientare le azioni didattiche
- Promuovere la personalizzazione dei percorsi educativi e formativi
- Valutare l'efficacia delle azioni scolastiche
- Sensibilizzare gli studenti



- Promuovere campagne di informazione
- Promuovere lo scambio di buone pratiche
- Corsi di Formazione sulle tematiche
- Corsi di Formazione tecnico/scientifica
- 30 Seminari, 2 Workshop, 2 Congressi

- Adolescenti tra i 9 e i 18 anni;
- > 6000 adolescenti;
- Piattaforma web;
- Restituzione del dato in tempo reale.



Test utilizzati:

- KIDSCREEN-52 (HRQoL);
- KIDMED (dieta mediterranea);
- PAQ-C (attività fisica).

Domande:

- Alcool e nicotina;
- Uso di droga;
- Abitudini sessuali.



PIATTAFORMA MULTIMEDIALE www.euroavatar.eu



ACCEDI
alle piattaforme

Menu

Home

Istituti

Plessi

Classi

Indirizzi

Materie

Utenti

Docenti

Studenti

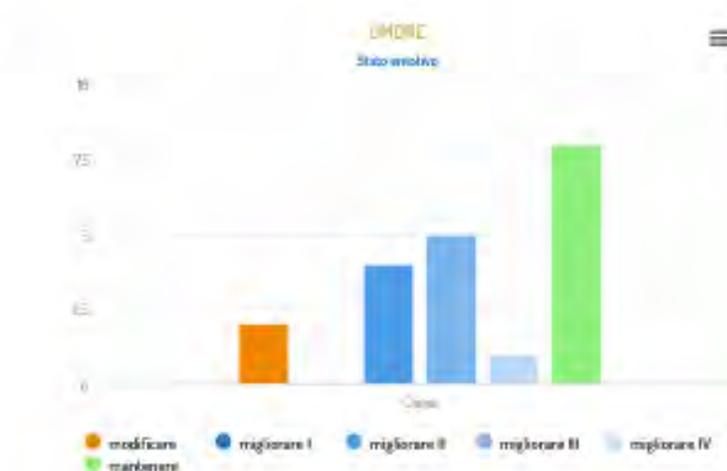
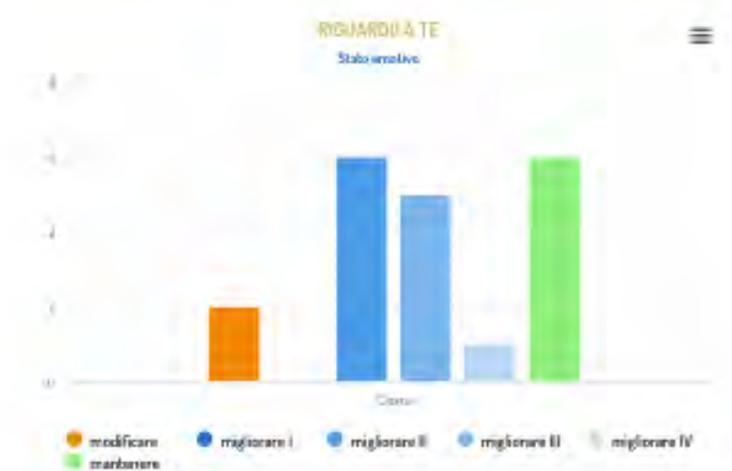
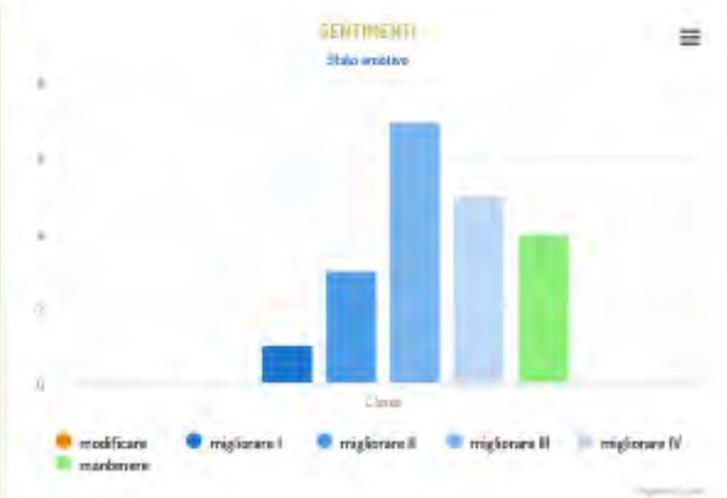
Risultati

Utilità



LOGIN

- AVATAR PIATTAFORMA SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO
- AVATAR PIATTAFORMA SCUOLA SECONDARIA DI II GRADO
- DISPERSIONE
- PENSAMI



AVATAR

OGGETTIVO

- Paradosso;
- Finestra di vulnerabilità;
- Finestra di plasticità;
- **Contesto sociale;**
- Rapporto con i pari;
- Comportamenti a rischio.

OBIETTIVI

- Riduzione incidenza malattie cronico degenerative in età adulta;
- Fattori di rischio;
- Prevenzione;
- Personalizzazione;
- Progettualità in ambito scolastico;
- **Consapevolezza di sé**
(LIFE SKILLS EMOTIVE).



PENSAMI Project

Azienda USL Toscana Sud Est
Azienda USL Toscana Nord Ovest
Azienda Ospedaliero Universitaria Meyer
Fondazione Toscana Gabriele Monasterio

Agenzie Formative

FORMATICA Scarl (Toscana)
Lariso Cooperativa Sociale (Sardegna)

AVATAR Project

Alessandro Pingitore
Francesca Mastorci
Maria Francesca Lodovica Lazzeri
Irene Marinaro
Cristina Doveri
Gabriele Trivellini
Luca Bastiani

Azienda Sanitaria Friuli Occidentale

Francesco Burgio
Cristina Meneguzzi
Marta Pozzi
Fabiola Stuto



Regione Toscana

