

# **Progetto Scuola Osteoporosi Anoressia**



## **ALIMENTAZIONE E MALATTIA**

**CONOSCENZA, CONSAPEVOLEZZA  
E GRADO DI AUTONOMIA  
NELLE SCELTE DELLO STILE DI VITA  
IN UN GRUPPO DI STUDENTI**

**Classi 4A, 5A e 5B  
Istituto Alberti-Porro – Pinerolo  
Indirizzo socio sanitario**

# Il nostro questionario



## CI SIAMO PROPOSTI DI INDAGARE:

- **I DATI PERSONALI** (età, sesso, peso, altezza...)
- **L'AUTOVALUTAZIONE DEL PESO**
- **LE FONTI INFORMATIVE RICERCATE IN TEMA DI "DIETA"**
- **LE ABITUDINI E L'AUTONOMIA NELLE SCELTE ALIMENTARI**
- **LA CONOSCENZA IN AMBITO DI ALIMENTI E NUTRIZIONE**
- **LA CONOSCENZA IN AMBITO DI ANORESSIA E OSTEOPOROSI**

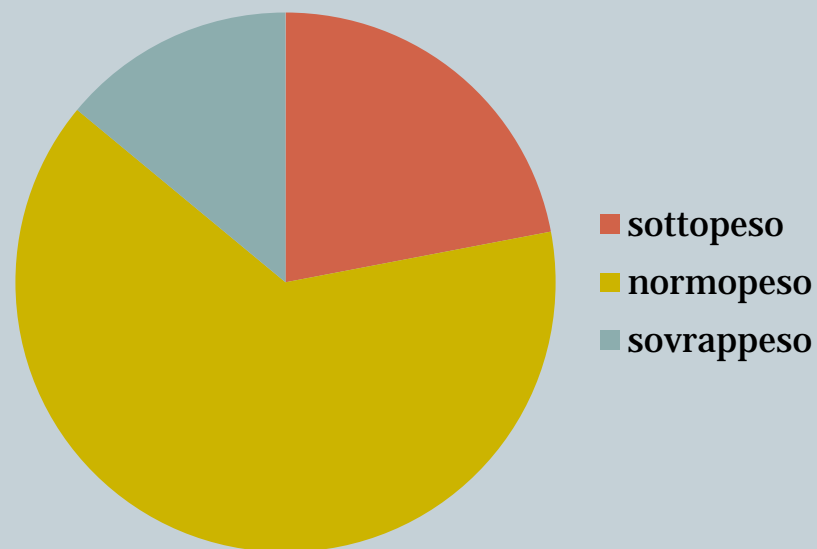
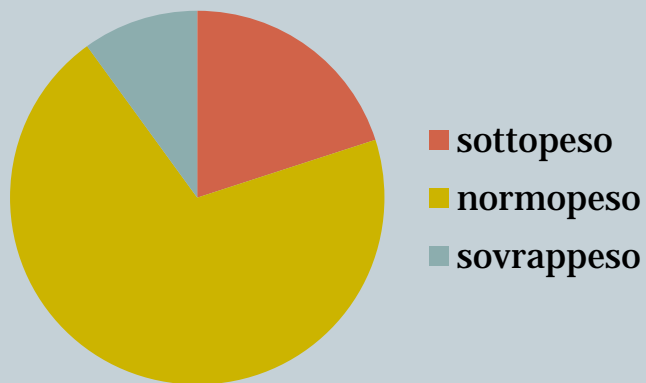
# La nostra casistica



Abbiamo sottoposto il questionario in classe ai nostri compagni di 4A, 5A e 5B, elaborando in tutto **65 questionari**, compilati in **60 minuti** da studenti di età 17 – 21 anni

femmine n.55 (85%)

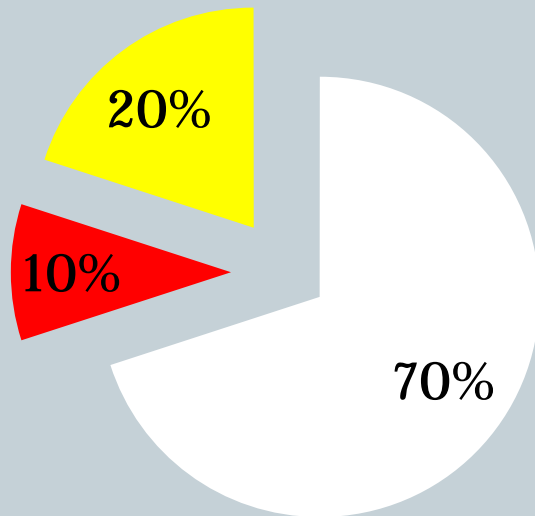
maschi n.10 (15%)



# Autovalutazione del peso

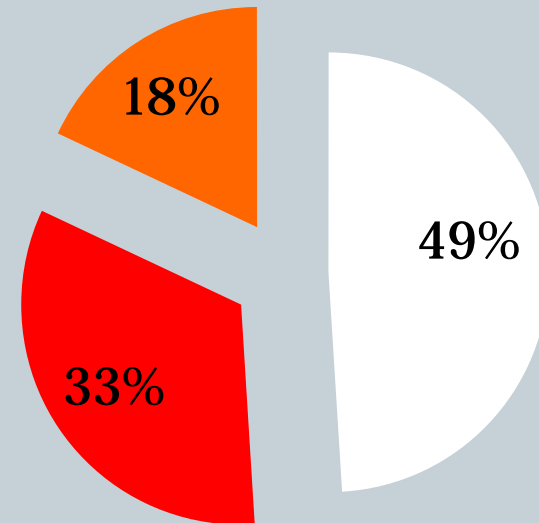


## Maschi n.10



- giusto
- falsamente eccessivo
- falsamente in difetto

## Femmine n.55



- giusto
- falsamente eccessivo (giusto)
- falsamente giusto (sottopeso)

# Informazione e intenzioni dietetiche



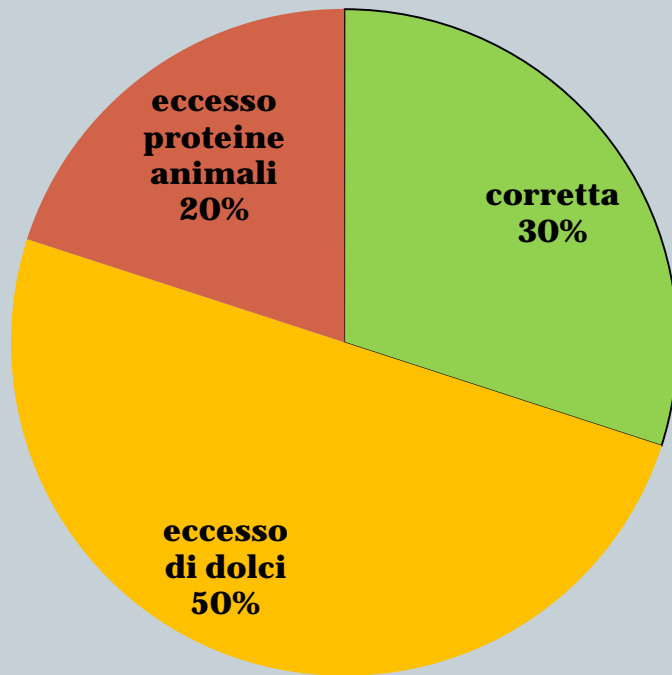
FONTE CONSULTATA	MASCHI (%)	FEMMINE (%)
WEB	<b>30</b>	<b>56</b>
TV	<b>20</b>	<b>9</b>
LIBRI/ RIVISTE		<b>5</b>
AMICI/PARENTI	<b>40</b>	<b>67</b>
MEDICI	<b>20</b>	<b>16</b>
ALTRO	<b>20</b>	

PERCHE' CAMBIARE ALIMENTAZIONE	MASCHI (%)	FEMMINE (%)
PERDERE PESO	<b>10</b>	<b>38</b>
AUMENTARE MASSA MUSCOLARE	<b>70</b>	<b>7</b>
STAR MEGLIO CON SE STESSI	<b>20</b>	<b>22</b>
STAR MEGLIO CON GLI ALTRI	<b>10</b>	<b>4</b>

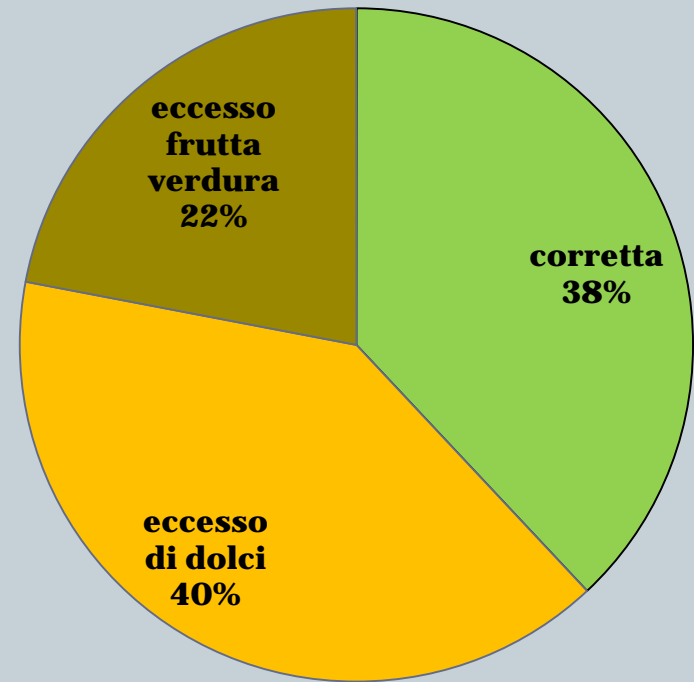
# Abitudini alimentari



## piramide alimentare maschi



## piramide alimentare femmine



# Abitudini alimentari



<b>domanda</b>	<b>maschi</b>	<b>femmine</b>
<b>PUOI SCEGLIERE CHE COSA MANGIARE?</b>	<b>60% SI</b>	<b>67% SI</b>
<b>QUANTE VOLTE TI CAPITA DI MANGIARE DA SOLO/A?</b>	<b>40% &gt;5/sett</b> <b>50% 1-5/sett</b>	<b>24% &gt;5/sett</b> <b>51% 1-5/sett</b>
<b>CONOSCENZA DEI CIBI CONTENENTI ZUCCHERI</b>	<b>30%NO</b> <b>50% parziale</b>	<b>29%NO</b> <b>60% parziale</b>
<b>CONOSCENZA DI CIBI CONTENENTI CARBOIDRATI</b>	<b>50%NO</b> <b>30% parziale</b>	<b>42%NO</b> <b>45% parziale</b>
<b>PASTI ELUSI</b>	<b>10% colazione</b> <b>10% pranzo</b>	<b>35% colazione</b> <b>2% cena</b>
<b>COLAZIONE</b>	<b>20% salta</b> <b>30% rapida e incompleta</b>	<b>33% salta</b> <b>14% rapida e incompleta</b>

# Conoscenza di osteoporosi e anoressia



- **QUALI SITUAZIONI SONO PEGGIORATE DAL SOTTOPESEO?**

- *R: Tutte (osteoporosi, DCA, chirurgia, chemioterapia, ipotensione)*

**Femmine: giusto 46% ; sufficiente 47%**

- **CHE COSA E' L'OSTEOPOROSI?**

- *R: Una carenza di tessuto osseo*

**Femmine: giusto 44%**

- **CHI SOFFRE DI OSTEOPOROSI?**

- *R: Può verificarsi anche a 20 anni*

**Femmine: giusto 62%**

- **“CASO CLINICO” DI SOTTOPESEO/AMENORREA A 20 ANNI**

- *R: Con le giuste cure, è possibile recuperare la salute dell'osso*

**Femmine: giusto 84%**



# Conclusioni



**Il questionario che abbiamo compilato per aderire allo PSOA è sicuramente utile per la raccolta di dati epidemiologici.**

**Nel nostro questionario abbiamo aggiunto delle domande più personali, al fine di indagare la **consapevolezza** degli studenti in merito a ciò che è giusto per la propria salute e alla possibilità di **influire in prima persona** sulle scelte dello stile di vita.**

**Pensiamo inoltre che questo possa essere utile per **sensibilizzare** il compilatore sull'argomento e magari invogliarlo a informarsi meglio, laddove si sia accorto di non essere coerente.**

**Ci proponiamo di:**

- **Rendere il questionario più semplice e mirato**
- **Ampliare la casistica maschile**
- **Proporlo a compagni più giovani ai fini della prevenzione (14 – 16 anni)**