



Ministero dell'istruzione, dell'università e della Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale per il Veneto

DIREZIONE GENERALE

Ufficio II - Ordinamenti scolastici, Politiche formative e orientamento. Rapporti con la
Regione, Progetti europei, Esami di Stato.
Riva de Biasio - S. Croce 1299 - 30135 VENEZIA

Prot. (v. timbratura in alto)

Venezia, (v. timbratura in alto)

Ai Dirigenti delle Istituzioni scolastiche statali e
paritarie di ogni ordine e grado del Veneto

Oggetto: Iniziative idonee al contenimento del **peso degli zaini scolastici**

Il numero di alunni che avverte disagio e persino mal di schiena trasportando lo zainetto nel tragitto casa scuola è documentato dagli studi statistici in letteratura. Se la relazione tra mal di schiena e trasporto dello zainetto rimane tuttora da dimostrare con totale certezza, il disagio degli studenti è comprensibile.

Spesso si riscontra la tendenza a sottovalutare la questione in quanto, per la verità, non esistono nessi di causalità diretta scientificamente documentati tra zaino pesante e deformità o deviazione della colonna vertebrale, tenuto conto che l'uso abituale dello zaino è generalmente limitato a 20-30 minuti al giorno. In ogni caso, maggiore è la quantità di tempo in cui si trasporta un carico e più alta è la possibilità di un'eventuale contrattura dolorosa alla muscolatura della schiena o che si assumano posture di compensazione sbagliate.

Il Consiglio Superiore di Sanità ha preso in esame da tempo la questione: Sessione XLII - Sezione III - Seduta del 14 dicembre 1994; Sessione XLIII - Assemblea Generale - Seduta del 16 dicembre 1999, dalla quale si riporta quanto segue: *"la prevenzione delle rachialgie in età preadolescenziale e adolescenziale non può essere ristretta esclusivamente alla "gestione" del peso dello zainetto, ma quest'ultima va inserita all'interno di programmi più completi di "educazione alla salute", in cui l'apprendimento di corrette posture e il potenziamento delle abilità motorie dovranno essere sviluppati con determinazione e capillarità. Da studi pubblicati sembra anche che vi sia una discreta variabilità sul peso trasportato da scolari della medesima classe. Da questa rilevazione si evince che deve essere "educata" e "orientata" la formazione del ragazzo all'essenzialità organizzativa del corredo scolastico."*

Posto che la problematica degli zaini troppo pesanti non rappresenta di per sé una novità, considerato che spesso i medesimi contengono anche materiale non strettamente scolastico, tuttavia educare gli studenti ad un corretto uso del materiale didattico e alle modalità del loro trasporto rientra negli interessi generali che possono essere perseguiti indirettamente dall'organizzazione scolastica. Si ricorda a tale proposito **la nota congiunta n. 0005922 del 30/11/2009** recante in oggetto *"Chiarimenti in merito al peso degli zainetti scolastici"*, emanata da MIUR e Ministero del Lavoro, della Salute e Politiche Sociali.



Ministero dell'istruzione, dell'università e della Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale per il Veneto

DIREZIONE GENERALE

Ufficio II - Ordinamenti scolastici. Politiche formative e orientamento. Rapporti con la Regione. Progetti europei. Esami di Stato.
Riva de Biasio - S. Croce 1299 - 30135 VENEZIA

Per ovviare al problema del peso possono essere utili accordi tra insegnanti affinché, attraverso la programmazione e l'organizzazione del lavoro scolastico, distribuiscano nell'arco della settimana il materiale da portare in classe.

Il ruolo delle famiglie non deve essere da meno, anche perché spesso gli alunni tendono a non estrarre dalla cartella i libri dei giorni precedenti o a portare comunque tutti i libri senza cogliere l'opportunità di accordarsi tra compagni. La vigilanza del genitore, necessaria per tutelare attivamente la salute dei ragazzi, concorre contestualmente a realizzare un controllo sullo svolgimento dei compiti assegnati per casa.

A supporto di quanto sopra espresso si segnala che il Ministero della Salute, a partire dal settembre 2013 ha diffuso un apposito decalogo pubblicato al link:

http://www.salute.gov.it/portale/news/p3_2_3_1_1.jsp?menu=dossier&p=dossier&id=19

Inoltre, in tema di prevenzione, si richiama l'attenzione alla promozione di corretti stili di vita: limitazione della posizione seduta, evitare le ore trascorse a guardare la televisione, oppure ai videogiochi. Diversamente, l'attività fisica regolare, di varia tipologia e durata favorisce lo sviluppo morfo-fisiologico e l'implementazione delle competenze motorie. Il movimento, svolto regolarmente, migliora la mobilità articolare e l'efficienza neuromuscolare. Gli studenti attraverso la pratica sportiva hanno l'opportunità di imparare a prendersi cura della propria salute.

In relazione a questi temi si ricorda che la Società Italiana di Pediatria nel 2013 ha definito la "Piramide dell'attività motoria", che è stata scelta, anche a fini divulgativi, come prova di Italiano nell'anno scolastico 2015/16 per le prove INVALSI del quinto anno della scuola primaria.

Si auspica che la presente comunicazione concorra, assieme alle direttive dei competenti Dirigenti scolastici, a sensibilizzare gli insegnanti delle Istituzioni scolastiche ed educative del Veneto e che la sinergia conduca all'adozione in seno agli organi collegiali di misure idonee a ridurre il problema.

Si ringrazia per l'attenzione.

IL DIRETTORE GENERALE

Daniela Beltrame

Il Coordinatore Regionale EMFS
Monica Magnone



Firmato digitalmente da
BELTRAME DANIELA
C=IT
O=MINISTERO ISTRUZIONE
UNIVERSITA' E
RICERCA/80185250588