



ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE "TORQUATO TASSO"

Scuola dell'Infanzia e Primaria "G.Rodari"

Scuola Secondaria di I Grado "T.Tasso" - Indirizzo Musicale

Via M. Iannicelli - 84126 SALERNO - C.F.: 95182790659 - C.M. SAIC8B400X

P.E.O – saic8b400x@istruzione.it – P.E.C. : saic8b400x@pec.istruzione.it

Sito web: www.ictassosalerno.edu.it - Tel. 089/405294- Fax. 089/799550 – Codice Univoco IPA: T0I256

Dirigente *dott.ssa Flavia Petti*

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE - "TORQUATO TASSO"-SALERNO
Prot. 0009156 del 29/10/2022
IV (Uscita)

Ai genitori

Ai docenti

Al referente salute d'Istituto
Sito web: hp/bacheca/circolari

AL RSPP

Al Medico competente

ALBO ATTI

Oggetto: Chiarimenti in merito al peso degli zainetti scolastici.

Da diversi anni è accesa la polemica sul rapporto tra peso degli **zainetti scolastici e rischio per la salute**.

Sulla base delle indicazioni del ministero della Salute si raccomanda a genitori e i docenti quanto segue:

- il peso degli zaini non dovrebbe superare il 10-15 per cento del peso corporeo dell'alunno che lo indossa
- lo zaino deve essere indossato in maniera corretta, facendo sì che il carico venga ripartito simmetricamente sul dorso e non su un solo lato: un carico asimmetrico comporta come noto carico aumentato per il rachide in atteggiamento posturale non fisiologico
- è necessaria un'educazione all'essenzialità organizzativa del corredo scolastico da parte dei docenti considerando anche che, già da qualche anno le case editrici hanno iniziato a stampare i testi scolastici in fascicoli, proprio per consentire di alleggerire il peso degli zaini scolastici
- è necessario inserire la corretta gestione del peso dello zaino all'interno di una più ampia educazione alla salute e alla promozione di corretti stili di vita.

In tema di prevenzione la questione relativa al peso degli zaini scolastici necessita di una visione connessa anche alla promozione di corretti stili di vita, oggetto di interesse di numerose attività del Ministero della salute. L'uso corretto degli zaini rientra infatti in un contesto più ampio di attenzione alla salute relativo al principio del "prendersi cura della salute", che trova espressione anche nelle indicazioni su come stare seduti correttamente, sulle ore trascorse a guardare la televisione a casa, oppure dedicate ai videogiochi quando i vostri figli sono chiusi nelle quattro mura della loro cameretta, così come sulla attività fisica regolare e l'implementazione delle competenze motorie. Anche attraverso la pratica sportiva gli studenti hanno l'opportunità di imparare a prendersi cura della propria salute, quindi la prevenzione delle rachialgie in età preadolescenziale e adolescenziale non può essere ristretta esclusivamente alla "gestione" del peso dello zainetto, ma 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 assumono particolare importanza.

Pertanto genitori prima e docenti dopo metteranno in campo tutte le precauzioni del caso.

Il Dirigente Scolastico

Dott.ssa Flavia Petti

(Documento firmato digitalmente ai sensi del c.d. Codice dell'Amministrazione Digitale e normativa connessa)