



A scuola di salute, gratis nelle scuole il libro che invita gli studenti a dialogare col proprio cor

Il volume «Adolescenti e salute», curato da 21 specialisti della salute, verrà distribuito gratis a 15mila alunni delle scuole superiori di Milano e Pavia. Dalla postura a una dieta corretta, dall'ansia agli attacchi di panico, dall'autopalpazione del seno a quella dei testicoli come prevenzione oncologica, fino ad arrivare ai disturbi alimentari, al cyberbullismo, all'abuso di alcol e sostanze. Il libro «Adolescenti e salute. Aiutiamo i nostri figli a crescere sani. Pratici consigli di medici e specialisti» (Franco Angeli, 2024, pagg. 176, 14 euro) è un manuale che prova a intercettare alcuni



dei numerosi problemi sanitari legati all'età giovanile e a offrire agli adolescenti un sostegno per affrontarli. Il libro verrà consegnato gratuitamente a 15 mila studenti delle scuole superiori di Milano e Pavia nel corso di incontri dedicati alla prevenzione ed educazione alla salute tenuti da medici. Oltre a essere scritto in modo da parlare direttamente ai ragazzi, per cercare di intercettare problematiche spesso sottaciute, il libro ha anche un altro scopo: fornire agli studenti delle informazioni scientificamente corrette, mettondoli al riparo dalle fake news che circolano in Rete, alimentando abitudini errate. «Divulgare comportamenti e stili di vita che possano ridurre l'incidenza di una determinata patologia prima che si sviluppi è il miglior investimento che noi possiamo fare sulle future generazioni», spiega il dottor Tommaso Ciro Camerota, ideatore del progetto. Le 15 mila copie destinate agli studenti sono state stampate grazie al finanziamento della Fondazione Ghislieri e della Fondazione Falciani Onlus di Pavia. Il volume verrà consegnato gratuitamente alle scuole di Milano, Pavia e altre province che aderiranno al progetto, ma è anche disponibile (a pagamento) in libreria.