

LO STUDIO. I dati forniti dall'Isico. Le cartelle sono spesso troppo pesanti, i tavoli non adatti agli alunni. E arrivano i consigli

Metà dei ragazzi col mal di schiena: colpa di zaini e banchi

●●● Lo zainetto? Spesso troppo pesante o non portato nella maniera corretta. I banchi? A volte non vanno d'accordo con la schiena dei ragazzi. Il tempo passato davanti ai libri? Troppe ore nella stessa posizione. Si avvicina l'inizio della scuola e, secondo l'Isico (Istituto scientifico italiano colonna vertebrale), il 95% dei genitori, su tutto il territorio nazionale, si preoccupa, convinto che posture scorrette o atteggiamenti sbagliati della colonna possano provocare scoliosi o cifosi.

«In realtà - dice Stefano Negrini, direttore scientifico di Isico - se

è vero che la maggior parte degli studenti trasporta un carico che va dal 22 al 27,5% del proprio peso corporeo (quando invece non dovrebbe superare il 15-20%), è anche assolutamente falso che zaini troppo pesanti o posture sbagliate provochino la scoliosi, patologia diffusa per lo più tra la popolazione femminile e dovuta soprattutto a cause genetiche». Ma il perdurare di carichi eccessivi o sedentarietà possono contribuire, secondo l'esperto, a disturbi muscoloscheletrici, dal mal di schiena alla cervicalgia, specialmente dove si combinano a fisici più deboli e

non allenati. «È importante in questi casi - precisa dunque Negrini - intervenire con esercizi o ginnastica posturale». I dati dicono che 5-6 adolescenti su 10 hanno sperimentato il mal di schiena, per lo più di carattere non cronico come quello degli adulti: «La prima prevenzione è legata all'attività fisica regolare e continuativa - spiega il direttore di Isico - cercando poi di vivere al meglio le ore scolastiche o di studio a casa, spesso caratterizzate da tempi prolungati di sedentarietà, poco positivi per una colonna in crescita».

I consigli dell'esperto sono

dunque i seguenti: chi passa ore al banco cambi spesso posizione e ci si muova a intervalli regolari. L'intervallo è un diritto e anche un dovere: muoversi e sgranchire le gambe fa bene anche alla schiena. Lo stesso a casa, dove non è necessario studiare sempre alla scrivania. Quanto allo zainetto, il suo peso non deve superare il 10-15% di quello corporeo. Bisogna riempirlo in altezza e larghezza, mai in profondità, facendo attenzione che il peso sia simmetrico e il materiale più pesante vicino allo schienale. Questo deve essere imbottito ma rigido, con spallacci morbidi, una maniglia e cinture addominali.

TUTTI I NODI ANCORA DA SCIogliere

●●● LAVORI IN CORSO.

Sono tredici i cantieri aperti nelle scuole materne, elementari e medie della città. Almeno la metà dovrebbero concludersi entro i primi di ottobre. Si spera di completare entro fine dicembre, invece, il rifacimento dell'impianto di riscaldamento all'elementare Leonardo da Vinci e i lavori per le scale di sicurezza al plesso Serpotta, al Borgo Vecchio, chiuso dopo un'ispezione dell'Asp e dei Vigili del fuoco. I bambini saranno trasferiti alla Federico II, nell'edificio di fronte.

●●● RESTERANNO CHIUSE.

Parzialmente inagibile l'elementare Tomaselli, i cui lavori di ristrutturazione saranno appaltati entro dicembre coi fondi Fas. Otto classi sono state trasferite nei locali dell'ex Internazionale. Chiusa anche la materna Parisi al

Borgo Vecchio: è necessario ristrutturare i pavimenti, adeguare l'impianto elettrico e mettere in sicurezza le cisterne. Ma i lavori non sono mai partiti

●●● LEZIONI IN PIEDI

All'ufficio Pubblica Istruzione del Comune le richieste di arredi scolastici da parte dei capi d'istituto hanno raggiunto circa 650 mila euro. Sedie, banchi, cattedre, armadi da sostituire, per rendere vivibili aule, laboratori, palestre. Tante le esigenti alla Maneri, alla Pecoraro, alla Falcone dello Zen, alla padre Puglisi, alla Gramsci, alla De Amicis.

A fronte di questa somma, il Comune ha solo poche migliaia di euro assolutamente insufficienti. L'assessore comunale alla Pubblica Istruzione, Francesca Grisafi, ha chiesto al sindaco un prelievo dal fondo di riserva pari a 400 mila euro.

●●● MATERNE COMUNALI SENZA INSEGNANTI.

Ci sono quasi mille bambini di scuola materna che rischiano di non potere tor-

nare in classe. Si tratta di quelli iscritti in 37 sezioni di materna comunale, che non hanno personale di ruolo, ma incaricato ogni anno. Lo scorso luglio il consiglio comunale ha approvato un emendamento che stornava 124 mila euro dal capitolo di bilancio dedicato alle supplenze nelle scuole materne comunali, per rimpinguare il capitolo destinato invece ai contratti a tempo indeterminato delle insegnanti.

Ma le assunzioni sono state bloccate per rispettare il patto di stabilità e, quindi, bisognerà trovare una soluzione per rinnovare gli incarichi. (*ALTU*)

