



PROMOZIONE DELLA SALUTE NELLA SCUOLA

LINEE GUIDA DEL FORUM PER IL QUADRIENNIO 2020-2023

1. Introduzione

Il *Forum per la promozione della salute nella scuola (Forum)* elabora ogni quattro anni delle *Linee Guida* allo scopo di definire le sue strategie operative e indirizzare la sua attività nel quadriennio a seguire.

Nell'attuale documento si definiscono principi, strategie e priorità per il quadriennio 2020-2023, facendo riferimento alla *CARTA della promozione della salute nella scuola in Ticino (Carta)*¹, redatta dal *Forum* nel 2005 e rivista nel 2016, alle *Linee Guida* dei precedenti quadrienni e alla politica di promozione della salute stabilita dal Dipartimento Socialità e Sanità per i prossimi anni.

La salute è la capacità di adattamento, d'interazione e di autogestione delle persone e delle comunità di fronte alle sfide sociali, fisiche ed emotive poste dall'ambiente e dalle condizioni di vita.

Attraverso l'acquisizione di motivazione, conoscenze, competenze e consapevolezza, **la promozione della salute** mira a rafforzare la capacità delle persone e delle collettività, di agire – da soli e / o con gli altri – per sviluppare, mantenere e migliorare la propria salute e creare ambienti favorevoli. La promozione della salute è un processo che deve favorire la partecipazione di tutti gli individui – da soli e in gruppo – e rafforzarne l'autonomia, la responsabilità e il reciproco sostegno, garantendo nel contempo giustizia ed equità.

La promozione della salute nella scuola è trasversale alle singole discipline (materie), è presente in ogni atto educativo e in ogni interazione nel vissuto quotidiano della scuola, contribuendo in modo significativo alla creazione e al mantenimento di un buon clima d'istituto.

Il *Forum* definisce le sue *Linee Guida* quadriennali con l'intento di:

- tradurre in proposte concrete quanto contenuto nella *CARTA*;

¹ <https://www4.ti.ch/fileadmin/GENERALE/FSS/PDF/CartaPromozioneSalute2016.pdf>

- fissare gli ambiti della salute che si intendono privilegiare nel quadriennio;
- delineare delle priorità per il quadriennio e le rispettive modalità d'intervento;
- formulare delle raccomandazioni per la sostenibilità degli interventi.

Da anni la scuola è confrontata con i problemi sociali di una società complessa e multiculturale ed è chiamata a dare risposte concrete e contestuali a questioni molto diversificate (forme di violenza, comportamenti alimentari scorretti, mancanza di movimento, consumo di sostanze psicoattive, comportamenti sessuali inappropriati, disagi psichici, uso/abuso delle nuove tecnologie di comunicazione, gioco d'azzardo e altre) che spesso sono però solo segnali di altri disagi meno visibili.

Per i docenti e le direzioni dei vari istituti sono, di conseguenza, necessarie indicazioni e strumenti che li possano sostenere nella gestione delle relazioni e dei loro compiti educativi, promuovendo il loro benessere e la loro salute psico-fisica.

L'istituzione scuola compie senza dubbio notevoli sforzi per promuovere la salute delle proprie componenti. Molti sono gli esempi che mostrano con quanto impegno i diversi istituti scolastici hanno promosso e portato avanti progetti e azioni nell'ambito della promozione della salute (prevenzione, promozione ed educazione della salute).

Al di là di situazioni particolari, la promozione della salute nelle scuole si realizza però pienamente e in modo estremamente efficace nella **coerenza dell'attività quotidiana** di ogni istituto e nella qualità del clima di lavoro che si è riusciti ad instaurare.

Le riflessioni e le discussioni nel *Forum* servono a individuare percorsi sostenibili di crescita appropriata per il benessere di tutti, collaborando con le autorità scolastiche nel sostenere la scuola in questo suo impegno.

Le costanti riflessioni, volte a monitorare gli interventi già in atto, hanno permesso di meglio capire il quadro della situazione attuale in materia di progetti di promozione della salute.

Dalla situazione attuale emergono i seguenti aspetti:

1. Molti temi di attualità sono affrontati tramite progetti più o meno specifici, talvolta incoraggiati e sostenuti dal *Forum* stesso.

Tra questi emerge che:

- alcuni progetti, partendo da un tema specifico, propongono una riflessione molto più estesa e portano ad affrontare importanti aspetti di promozione della salute, prendendo in considerazione il disagio che sta alla base di un sintomo più specifico;
 - alcune proposte hanno riscontrato buon successo grazie anche al fatto che i fruitori (allievi) sono stati coinvolti fin dall'inizio, diventando così i veri protagonisti dell'esperienza.
2. Le proposte di promozione della salute e del benessere dei docenti e i progetti indirizzati a docenti che si trovano in situazioni di difficoltà o disagio (progetto *LINEA*) vanno perseguiti e ulteriormente sviluppati.
 3. Il gruppo di lavoro interdipartimentale (DECS/DSS) per la valutazione di progetti nell'ambito della promozione della salute e del benessere nelle scuole, istituito dal *Forum* nel 2015, è una risorsa preziosa cui ricorrere per garantire la qualità dei progetti, attraverso il preavviso formulato dagli specialisti della salute e dell'educazione all'indirizzo del DECS o anche solo attraverso consultazioni dirette dei singoli istituti sulla qualità di nuovi progetti da mettere in atto nelle scuole.

4. Dalla tavola rotonda sulla promozione della salute dei docenti e delle direzioni, organizzata dal *Forum* nel mese di settembre 2019, è stata messa in evidenza l'importanza degli aspetti organizzativi nei singoli istituti e delle relazioni interpersonali, ponendo come fine ultimo il perseguimento della felicità di giovani e adulti. Il ruolo dei docenti e delle direzioni, anche in questo senso, è senza dubbio fondamentale quale perno centrale delle responsabilità pedagogiche e didattiche.

2. Promozione della salute in Ticino

La politica di promozione della salute a livello cantonale s'inserisce nel solco di quanto sta perseguendo da tempo l'Organizzazione delle Nazioni Unite (ONU), la cui Assemblea generale nel 2015 ha adottato la cosiddetta *Agenda 2030*, che prevede che gli Stati aderenti s'impegnino a raggiungere insieme i 17 *Obiettivi di Sviluppo Sostenibile* (OSS).



Le seguenti caratteristiche fanno dell'*Agenda 2030* un documento significativo:

- di portata e rilevanza senza precedenti in quanto comprende tutte le componenti della società e considera i determinanti economici, ambientali e sociali della salute;
- ha essenza universale e va attuata tenendo conto delle realtà, capacità e livelli di sviluppo dei vari Paesi;
- è orientata sull'equità ("*non lasciare nessun indietro*");
- è inclusiva, in quanto gli OSS e i traguardi possono essere raggiunti soltanto in partenariato;
- gli OSS e i loro traguardi, interconnessi e indivisibili, richiedono una forte coerenza strategica e un approccio inter- e multisettoriale.

Ogni Paese è tenuto a definire una strategia di sviluppo sostenibile che consenta di raggiungere gli OSS e a rendere conto dei risultati conseguiti all'interno di un processo coordinato dall'ONU.

In Svizzera l'attuazione dell'*Agenda 2030* è sotto la responsabilità del Consiglio federale².

² Confederazione svizzera. L'agenda 2030 per uno sviluppo sostenibile e la sua attuazione da parte della Svizzera: rapporto di valutazione nazionale 2018. Berna: Dipartimento federale degli affari esteri, 2018. https://www.eda.admin.ch/dam/agenda2030/it/documents/laenderbericht-der-schweiz-2018_IT.pdf



L'obiettivo 3, “*Garantire una vita sana e di promuovere il benessere per tutti a tutte le età*” prevede 13 target e 4 misure d'implementazione.

Tale visione si ritrova nella *Strategia globale Sanità 2020*, promossa dal Consiglio federale, e nel documento strategico del Servizio di promozione e valutazione sanitaria (SPVS) dell'Ufficio del medico cantonale. Le misure di prevenzione e promozione della salute sono sviluppate e attuate seguendo un approccio sistemico e multisetoriale poiché salute e benessere sono strettamente legati a e/o influenzati da determinanti socioeconomici, culturali e ambientali.

L'*empowerment* per la salute non contempla solo le singole persone ma anche gruppi di persone e la comunità e ha quale obiettivo l'acquisizione di un maggiore controllo sulla salute, il benessere e la qualità di vita, come pure sui determinanti a essi associati.



L'obiettivo 4, “*Garantire un'educazione di qualità, equa ed inclusiva, e promuovere opportunità di apprendimento continuo per tutti*”, mira a garantire, non solo ai bambini e giovani ma anche agli adulti e in particolare ai più emarginati e vulnerabili, l'accesso a un'istruzione e a una formazione adeguate alle loro esigenze e al contesto in cui vivono.

La politica della promozione della salute a livello cantonale mira quindi all'acquisizione di conoscenze e competenze fondamentali, nonché di un'identità culturale, quali prerequisiti che consentono di promuovere la salute. È evidente l'interazione tra gli OSS 3 e 4 e la necessità di promuovere una visione strategica e un approccio inter- e multisetoriale.

Nel prossimo quadriennio, conformemente a quanto previsto nella *Strategia nazionale di prevenzione delle malattie non trasmissibili 2017-2024*³ e nella *Strategia nazionale delle dipendenze 2017-2024*⁴, le attività di prevenzione e promozione della salute indirizzate ai bambini e giovani saranno ricondotte all'interno di programmi cantonali specifici, quali il *Programma cantonale di prevenzione alcol, tabacco e prodotti affini 2020-2023* e il *Programma d'azione cantonale (PAC 2021-2024) di promozione di comportamenti e ambienti favorevoli alla salute*, con il proseguimento dei progetti dedicati all'alimentazione equilibrata e al movimento e l'attuazione di progetti indirizzati all'agio e il benessere.

Inoltre, prosegue il sostegno alla *Rete delle scuole21* e più in particolare l'incoraggiamento allo sviluppo di buone pratiche dei progetti di promozione della salute attuati negli istituti scolastici. Tra i temi emergenti in termini di salute pubblica, le nuove modalità di consumo di alcol, tabacco e prodotti affini e l'adattamento ai cambiamenti climatici sicuramente interessano il mondo della scuola. Una riflessione condivisa sui temi emergenti e sulle buone pratiche favorisce di certo la promozione della salute nel mondo della scuola, come auspicato dall'*Agenda 2030*.

Infine, particolare attenzione è data oggi alla salute mentale, definita dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) come “*stato di benessere nel quale una persona può realizzarsi, superare le tensioni della vita quotidiana, svolgere un lavoro produttivo e contribuire alla vita della propria comunità*”. La salute mentale è fondamentale per il benessere della persona e il

³ [Strategia nazionale sulla prevenzione delle malattie non trasmissibili 2017-2024](#).

⁴ [Strategia nazionale dipendenze 2017-2024](#).

buon funzionamento di una comunità poiché concerne ogni singolo individuo, ma anche la società nel suo complesso.

Siccome salute, sofferenza e malattia non sono condizioni permanenti, ma stati che si modificano lungo l'arco della vita, la salute mentale è una sfida costante che mira alla ricerca di un equilibrio tra i fattori che la possono influenzare.

Date queste premesse, il *Forum per la promozione della salute nella scuola ticinese*, quale luogo di incontro, di discussione e di eventuale consulenza, favorisce lo sviluppo e l'implementazione delle attività di promozione della salute in maniera armoniosa e coerente grazie alla *Carta della promozione della salute nella scuola in Ticino*, quadro di riferimento condiviso dai due dipartimenti interessati.

3. Promozione della salute nella scuola ticinese

Una cultura della promozione della salute nella scuola, condivisa dall'insieme degli attori, facilita interventi di prevenzione e protezione più specifici, in funzione dei bisogni esistenti o di quelli emergenti.

La scuola agisce sui determinanti di sua pertinenza per diventare progressivamente luogo dove:

- siano riconosciute e valorizzate le risorse e le competenze di ognuno;
- siano incentivate e sviluppate risorse collettive per l'analisi e la soluzione dei problemi;
- ci sia convivialità, benessere e partecipazione;
- ci siano tempi e spazi per l'ascolto e la relazione;
- i fattori di rischio siano identificati, affrontati e, se possibile, ridotti;
- gli individui possano dare il meglio di sé.

Si è consapevoli che questa descrizione rappresenta un punto d'arrivo e che le dinamiche interne alla scuola sono pure contraddistinte da possibili contrasti, conflittualità, incoerenze, ecc.

3.1 Protagonisti e destinatari

In generale si osserva che i progetti esistenti sono principalmente indirizzati alla promozione del benessere degli allievi: il *Forum* ribadisce ovviamente l'importanza di questi progetti e raccomanda di sostenerli e incoraggiarli.

In una società che muta sempre più in fretta è importante ribadire la necessità di mantenere e consolidare una sana **alleanza pedagogica** tra istituzioni scolastiche e famiglie. Tale approccio, infatti, costituisce una base indispensabile per favorire interventi che favoriscano il **benessere degli allievi-figli**, sia nella quotidianità sia di fronte a situazioni problematiche nelle quali il benessere si trova messo a rischio o dev'essere ripristinato.

Oltre al benessere degli allievi, ritiene però necessario compiere un ulteriore passo con azioni volte alla promozione del benessere dei docenti, delle direzioni e degli operatori scolastici.

Le ragioni che giustificano queste azioni sono molteplici:

- docenti e direzioni sono componenti essenziali della scuola che contribuiscono, in modo diretto e duraturo, al benessere degli allievi;
- il benessere del docente si riflette direttamente su quello dell'allievo: un docente che sta bene avrà maggiore disponibilità e serenità nell'occuparsi dei propri studenti e nell'affrontare eventuali loro disagi;
- la scuola, per docenti e direttori, è un luogo di lavoro e promuovere la salute sul posto di lavoro, oltre ad essere un obiettivo cantonale, rappresenta anche uno degli assi di intervento principale di Promozione Salute Svizzera (Salute psichica e stress).

Ci si rende conto di come s'incontrino tuttora difficoltà a parlare di promozione della salute e di prevenzione rivolte a docenti, direzioni e operatori scolastici. E' comunque importante considerare che un docente per stare bene nella propria sede deve saper riconoscere le proprie difficoltà e quelle presenti nell'istituto e affrontarle per tempo attivando, se del caso, le risorse necessarie.

3.2 Priorità e raccomandazioni del *Forum*

La promozione della salute nella scuola è definita nel Piano di studio della Scuola dell'obbligo ticinese come un processo che deve favorire, come nella società, la partecipazione di tutti gli individui, da soli e in gruppo, e rafforzarne l'autonomia, la responsabilità e il reciproco sostegno, garantendo nel contempo giustizia ed equità. La promozione della salute mira a rafforzare la capacità degli individui di agire, da soli o con gli altri, per mantenere e migliorare la propria salute, permettendo loro di acquisire motivazione, conoscenze, competenze e consapevolezza.

La promozione della salute e del benessere costituisce esplicitamente uno degli obiettivi della scuola perché:

- stare e sentirsi bene è un diritto delle sue componenti;
- rappresenta un mezzo per ottenere un miglioramento delle condizioni di insegnamento e apprendimento;
- permette una maggiore efficienza ed efficacia del sistema scuola;
- garantisce una miglior sostenibilità del sistema educativo.

Per il quadriennio 2020-2023 il Forum pone tra le sue priorità la promozione della salute mentale di allievi, docenti e direzioni che potrà essere realizzata attraverso progetti mirati e la cura della quotidianità nella vita di ogni istituto, ponendo particolare attenzione ai primi eventuali segnali di disagio e permettendo interventi di carattere preventivo e strategie di intervento precoce.

La Conferenza Cantonale dei Genitori segnala inoltre tra i temi di attualità e di sicuro interesse

- la rapida transizione alla società digitale. Questo "nuovo mondo", solo in parte accessibile alle attuali generazioni di genitori (tardivi digitali), comporta indubbiamente delle opportunità (si veda l'utilizzo di nuovi media nell'insegnamento), ma pure dei rischi, per esempio l'abuso nell'utilizzo, le *fake news*, la pedofilia, il *sexting*, ecc.
- la crescente attenzione delle giovani generazioni verso i temi dell'ambientalismo, quale atout per affrontare questioni d'indubbia rilevanza come la crisi climatica.

Anche la Conferenza cantonale dei genitori auspica un'adeguata attenzione alla sensibilizzazione della **salute mentale**, alla promozione della consapevolezza e l'attivazione delle risorse personali e al coinvolgimento degli attori interessati.

A queste problematiche occorrerà dare la giusta attenzione anche in ottica di promozione della salute.

Il *Forum* invita, tramite le Direzioni degli istituti scolastici, a:

- formulare degli indirizzi chiari che facilitino la promozione di iniziative volte a **migliorare il clima d'Istituto** e la realizzazione di attività di prevenzione sulla base delle indicazioni del *Forum* e della *CARTA della promozione della salute nella scuola in Ticino*; a questo proposito, si raccomanda agli istituti l'uso del *questionario sul clima scolastico* (QES), messo a disposizione dal CIRSE.
- includere nei progetti educativi degli obiettivi di promozione del benessere e della salute in generale, con particolare riferimento alla **salute mentale di tutte le componenti della scuola**;
- valorizzare il ruolo del docente di classe e del docente mediatore, sottolineando l'importanza del loro contributo come antenne che possano captare i primi segnali di insofferenza, così da favorire interventi in forma preventiva, prima che l'eventuale forma di disagio assuma carattere patologico;
- promuovere un confronto costruttivo tra la scuola e i genitori sui temi della salute.

I membri del *Forum*, persuasi dell'importanza della promozione della salute nella scuola come strumento di crescita individuale e sociale, continueranno a operare con impegno, tenendo ben presente la *CARTA della promozione della salute nella scuola*, per la piena applicazione di questo strumento.

Per il quadriennio 2020-2023 il *Forum* concentrerà la sua azione sui seguenti aspetti:

- rafforzare il coordinamento, la raccolta/diffusione di buone pratiche negli interventi di promozione della salute;
- partecipare più attivamente ai progetti di promozione della salute di più ampio respiro (nazionale);
- garantire la qualità dei progetti con l'aiuto del gruppo di lavoro istituto per la valutazione dei progetti nell'ambito della salute e del benessere nelle scuole;
- promuovere la salute mentale di allievi, docenti, direzioni e operatori scolastici con progetti specifici;
- favorire i percorsi di promozione della salute nella scuola nel corso della formazione di base e continua dei docenti.

Il *Forum* e il suo comitato in particolare sono disponibili a collaborare con le Sezioni responsabili dei vari ordini di scuola, con gli enti e le associazioni competenti, per la rielaborazione e l'avanzamento operativo delle raccomandazioni.

Bellinzona, 11 novembre 2020