



## Sedentario 1 adolescente su 5, campagna "InFormaTeen" con Gigi Buffon

### Descrizione

(Adnkronos) In Italia il 20% dei teenager compresa tra i 15 e i 19 anni non pratica mai alcuna forma di attività fisica o sport. Un comportamento scorretto che di solito inizia da giovani per poi proseguire nel corso degli anni. Infatti, risulta sedentario addirittura oltre il 25% dei giovani residenti nel nostro Paese ed in sovrappeso il 19% dei bambini (il 9% addirittura obeso), con i maschi superiori alle femmine. Il 10% dei giovani fuma e il 21% consuma alcol in modo eccessivo. Eppure, se tutti i cittadini facessero almeno 150 minuti di attività fisica alla settimana si potrebbero risparmiare, solo nel nostro Paese, 1,3 miliardi l'anno sulla spesa sanitaria. Per sostenere lo sport e più in generale la "medicina dei sani" tra i giovani da oltre un anno "InFormaTeen". Una campagna nazionale promossa da Foce (Federazione degli oncologi, cardiologi e ematologi) insieme al Comitato olimpico nazionale italiano (Coni), la Figc (Federazione italiana giuoco calcio) e le Poste italiane. Gode inoltre del patrocinio del Ministero dello Sport e dei Giovani.

L'iniziativa informa una nota vuole, soprattutto attraverso attività on line, incentivare gli stili di vita sani fra gli adolescenti e favorire così la prevenzione delle gravi malattie. I risultati ottenuti dal progetto sono presentati oggi in una conferenza stampa on line. "Cancro, tumori del sangue e patologie cardio-vascolari sono tutte malattie la cui incidenza in aumento" afferma il prof. Francesco Cognetti, presidente di Foce -. Il principale motivo è l'anagrafica media sempre più avanzata della popolazione italiana oltre che gli stili di vita scorretti. Le principali regole della prevenzione primaria sono note ma non vengono sempre seguite dalla popolazione. Bisogna non fumare, limitare il più possibile il consumo di alcol, tenere sotto controllo il peso e praticare regolarmente un po' di attività fisica. In particolare, la sedentarietà risulta ancora sottovalutata come fattore di rischio e, infatti, i dati nazionali sono preoccupanti. Strettamente collegato alla scarsa attività fisica vi è anche l'eccesso di peso, un altro fenomeno purtroppo in crescita in Italia. Si calcola che tre bambini su dieci siano già in eccesso ponderale, prima di aver compiuto 10 anni. È evidente che se vogliamo invertire tendenze nefaste per la salute pubblica dobbiamo puntare anche sull'educazione. Con la prevenzione primaria, e cioè l'abbandono di stili di vita scorretti, il 40% dei casi di cancro può essere prevenuto. Con la nostra campagna nazionale abbiamo raggiunto migliaia di adolescenti attraverso strumenti accattivanti come i social media.

La campagna ha previsto un portale web ([www.informateen.it](http://www.informateen.it)) e un profilo TikTok ([tiktok.com/@informateen](https://tiktok.com/@informateen)). Su questi canali sono veicolati messaggi sui corretti stili di vita e i ragazzi hanno potuto trovare tante informazioni utili e certificate. Sono stati poi organizzati webinar, attività sui social media ed eventi nelle piazze italiane in cui è stato distribuito materiale informativo (fra cui quattro opuscoli realizzati per la campagna).

Hanno partecipato in qualità di testimonial ex portiere e campione del mondo e attuale capo delegazione della Nazionale di calcio Gianluigi Buffon, il giornalista sportivo Rai Alessandro Antinelli, la campionessa mondiale di nuoto Simona Quadarella, l'allenatore Massimiliano Allegri e i calciatori azzurri Alessandro Buongiorno, Riccardo Calafiori e Mattia Zaccagni. «Ho deciso con entusiasmo di partecipare a questa importante iniziativa» sottolinea Gianluigi Buffon -. Ho passato tutta la mia vita sui campi da calcio, prima come atleta e adesso come Capo Delegazione della Nazionale. Credo fortemente nello sport e nella sua capacità di essere davvero un prezioso aiuto per i giovani perché insegna valori fondamentali e universali come il rispetto, la lealtà, l'autodisciplina e la solidarietà. Come hanno ricordato oggi gli esperti di Foce, l'attività fisica favorisce inoltre una crescita in salute e incentiva la prevenzione di tante malattie. Dobbiamo insegnare a tutti quanto sia importante iniziare fin da adolescenti a condurre sempre e solo stili di vita sani. E il mondo dello sport deve essere impegnato in prima linea in questa opera di sensibilizzazione ed educazione».

«Se in Italia i tumori interessano più di tre milioni di uomini e donne, le malattie cardio-cerebro-vascolari colpiscono oltre 9 milioni di persone» sottolinea Ciro Indolfi, presidente della Federazione italiana di cardiologia -. Forte risulta l'impatto che hanno le malattie cardiovascolari sull'intero servizio sanitario nazionale visto che determinano più di 390mila nuovi ricoveri ospedalieri l'anno. I costi complessivi per l'assistenza socio-sanitaria ammontano a 42 miliardi di euro. I principali fattori di rischio sono condizioni cliniche come l'ipertensione, l'ipercolesterolemia o il diabete. Sono poi corresponsabili il fumo di sigaretta, l'obesità, un'alimentazione poco equilibrata e anche la sedentarietà. Gli stili di vita sono perciò fondamentali per contrastare alla base patologie che rappresentano la prima causa di morte sia negli uomini che nelle donne in Italia».

«Negli ultimi anni abbiamo assistito a grandi innovazioni nel trattamento delle più diffuse malattie non trasmissibili» ricorda Giovanni Rezza, professore straordinario Università Vita-Salute San Raffaele -. Tuttavia, queste continuano a causare troppi morti nei Paesi Occidentali. Solo il cancro in Italia è responsabile ogni anno di oltre 180mila decessi nonostante molte neoplasie siano oggi più curabili rispetto a pochi anni fa». «Per molte patologie oncologiche non siamo ancora in grado di ottenere diagnosi precoci attraverso esami più o meno regolari» conclude Cognetti -. Rimane quindi la prevenzione primaria che deve essere incentivata il più possibile tra l'intera popolazione». Nelle prossime settimane conclude la nota la campagna proseguirà ai Giochi Olimpici invernali di Milano-Cortina 2026. Saranno organizzate nuove iniziative che vedranno sempre il coinvolgimento del mondo dello sport.

»

salute

[webinfo@adnkronos.com](mailto:webinfo@adnkronos.com) (Web Info)

## Categoria

### 1. Comunicati

---

**Tag**

1. Ultimora

**Data di creazione**

Dicembre 22, 2025

**Autore**

redazione

*default watermark*