

Da: scuolasalute@aslroma2.it
Oggetto: ASL ROMA 2: 4 marzo - Giornata Mondiale dell'Obesità
Data: 03/03/2026 11:04:04

Gentili Dirigenti,

il **4 marzo** di ogni anno ricorre la **Giornata Mondiale dell'Obesità**, istituita nel 2015 dalla World Obesity Federation, con l'obiettivo di sensibilizzare cittadini e istituzioni e di incoraggiare la prevenzione dell'obesità. In relazione a tale problematica, il 1° ottobre 2025 in Italia è stata approvata la prima legge al mondo (Legge n. 149/2025) che riconosce *l'obesità come malattia cronica, progressiva e recidivante*, con l'obiettivo di istituire programmi nazionali di prevenzione e cura.

Quest'anno il tema della settimana Giornata Mondiale dell'Obesità è "**8 miliardi di ragioni per agire contro l'obesità**". Povertà, stigma, disparità di accesso all'istruzione e all'assistenza sanitaria, disponibilità limitata di cibo sano e ambienti sono fattori che non favoriscono uno stile di vita sano e, quindi, influenzano il rischio di obesità e delle sue complicanze.

Gli ultimi dati ESPAD Italia - 2024 (ricerca sui comportamenti a rischio tra gli studenti delle scuole secondarie di II grado) hanno evidenziato che circa 1 ragazzo su 6 è in sovrappeso. Nell'ottica di passare all'azione e favorire interventi di prevenzione fin dalla giovane età, la ASL Roma2 promuove annualmente l'adesione degli Istituti Scolastici, di ogni ordine e grado, a pratiche che favoriscano l'adozione di un sano stile di vita, in particolare attraverso la corretta alimentazione e l'attività fisica.

Nell'ambito delle iniziative promosse, chiediamo di diffondere attraverso i vostri canali di comunicazione i materiali allegati (poster "attività fisica adulti" e "attività fisica giovani", locandina) che sottolineano l'importanza dell'attività fisica ad ogni età e del cogliere ogni occasione per promuoverla come forma di salute e di condivisione.

ASL ROMA 2

Rete Lazio SPS
Scuole che promuovono salute

World Obesity Day March 4

8 Billion Reasons to Act on Obesity

Diamo il giusto **PESO** alla nostra **SALUTE!**

Seguiamo uno stile di vita sano con una corretta alimentazione e con l'attività fisica

LA PIRAMIDE DELL'ATTIVITÀ MOTORIA

1-2 VOLTE LA SETTIMANA
Attività aerobica (attività vigorosa)

3-4 VOLTE LA SETTIMANA
Attività moderata (attività vigorosa)

4-5 VOLTE LA SETTIMANA
Attività vigorosa (attività moderata)

OGNI GIORNO
Attività leggera (attività moderata)

La nuova piramide alimentare

Consumo moderato
Consumo equilibrato
Consumo generoso

Imitazione Biodiversità Sostenibilità Sveco Condivisibilità Esercizio Controllo del peso

A cura della UOSD Promozione della Salute, Piani di Prevenzione e Medicina dello Sport

Cordiali saluti
Equipe Scuole che Promuovono Salute