

MOVE YOUR BODY:

IL RUGBY COME STRATEGIA DI MIGLIORAMENTO
DELLE COMPETENZE SOCIO-EMOTIVE
E DELLA COMPOSIZIONE CORPOREA DEI BAMBINI



IL PERIODO DELLA CRESCITA

Il periodo della crescita è un momento delicato durante il quale è fondamentale che il bambino adotti uno stile di vita sano, caratterizzato da:

un **alimentazione** equilibrata



un buon livello di **attività fisica**



un adeguato numero di ore di **sonno**¹



1. Rosi et al. (2017). *Nutrients*, 9, 579.

L'IMPORTANZA DI FARE SPORT

Lo sport contribuisce alla
COSTRUZIONE DELL'AUTOSTIMA e del
SENSO DI APPARTENENZA

Grazie a...

- ✓ formazione di un **obiettivo comune**
- ✓ dinamiche di **gruppo**
- ✓ **rispetto** delle regole
- ✓ **contatto** con l'avversario ²



2. Fraser-Thomas, J., & Côté, J. (2009). *The sport psychologist*, 23(1), 3-23.

IL RUOLO CHIAVE DEL RUGBY



Il rugby è uno dei pochi sport dove la **stazza fisica abbondante**, almeno in alcuni ruoli, non è un ostacolo ma addirittura **un vantaggio**.



Andrea Lo Cicero

Ruolo: pilone

Altezza: 185 cm

Peso: 112 kg



Martín Castrogiovanni

Ruolo: pilone

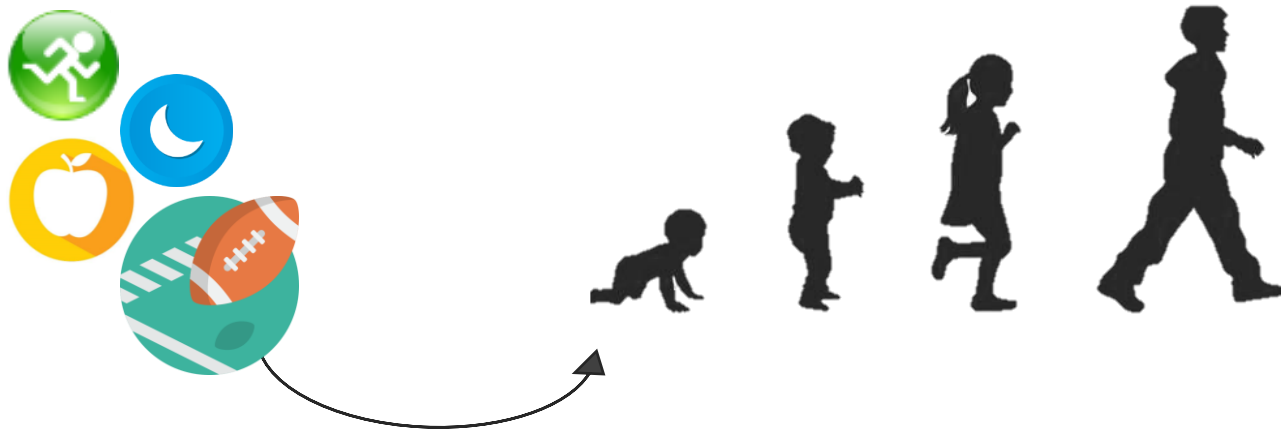
Altezza: 188 cm

Peso: 117 kg

IL RUOLO CHIAVE DEL RUGBY



Il rugby diventa quindi uno strumento utile per avvicinare minori in sovrappeso o con problemi di obesità alla pratica di un'attività sportiva utile nel loro percorso di crescita funzionale, **svincolati da stigma o pregiudizi legati al peso** che spesso rendono difficile l'avviamento allo sport di questi bambini.



IL PROGETTO **MOVE YOUR BODY**



Nato in collaborazione con la **Rugby Parma**



con il patrocinio della **Federazione Internazionale Rugby (FRI)** e della **Federazione Medico Sportiva Italiana (FMSI)** sezione di Parma

ha come scopo proprio l'avviamento al rugby di bambini in sovrappeso o con problemi di obesità.

MYB si avvarrà della consulenza di un team di esperti comprendente medici, psicologi e preparatori atletici, in collaborazione con l'Unità di Nutrizione Umana del Dipartimento di Scienze degli Alimenti e del Farmaco dell'Università di Parma.



**UNIVERSITÀ
DI PARMA**

DIPARTIMENTO DI SCIENZE
DEGLI ALIMENTI E DEL FARMACO

IL PROGETTO MYB: CHI ?



Stiamo cercando bambini

✓ tra i 6 e i 13 anni

✓ sia maschi che femmine



✓ non affetti da patologie metaboliche



✓ che non seguono nessuna terapia farmacologica cronica



✓ che non seguono una terapia dietetica



✓ che hanno voglia di mettersi in gioco e partecipare allo studio



IL PROGETTO MYB: COSA ?

Lo studio MYB avrà una durata complessiva di **4 mesi**,
durante i quali ai bambini sarà chiesto di:



**Il questionario validato DESSA verrà somministrato ai bambini da personale qualificato che li aiuterà nella compilazione*³

***Effettuato da personale qualificato, seguendo le linee guida dell'OMS e garantendo la privacy di ogni bambino*⁴

3. <https://www.hogrefe.it/catalogo/test/bambini-e-adolescenti/dessa-devereux-studentstrengths-assessment/>

4. World Health Organization. (1995). *WHO, Technical Report Series N 854.*

IL PROGETTO MYB: COSA ?

INOLTRE...

I bambini partecipanti allo studio verranno coinvolti in **un intervento educativo** guidato da personale qualificato e aperto anche ai genitori (due incontri a distanza di 2 mesi).

Durante gli incontri si parlerà dell'importanza di un **regime alimentare bilanciato**, che soddisfi le richieste del bambino in termini di crescita e attività fisica.

Sarà anche fornita al genitore una **valutazione della dieta del bambino** e consigli per **una sana e corretta alimentazione**, anche in funzione dell'attività fisica che verrà svolta dal bambino.



IL PROGETTO MYB: QUANDO E DOVE ?

Il progetto **MYB** inizierà a **settembre 2019**
con l'avvio della stagione sportiva
presso le **società rugbistiche coinvolte**



Per maggiori informazioni puoi contattarci

 francesca.scazzina@unipr.it

IL COMITATO SCIENTIFICO

Presidenti

Dott. Alberto Anedda¹

Prof. Leone Arsenio²

Prof. Sergio Bernasconi³

Consulenti

Dott. Federico Cioni⁴

Dott. Rocco Ferrari⁵

Prof.ssa Francesca Scazzina⁶

¹ *Medicina dello Sport, Ospedale di Parma (Italia)*

² *Diabetologia, Ospedale di Merano (Italia)*

³ *Dipartimento di Pediatria Università di Parma (Italia)*

⁴ *Medico Dietologo, Parma (Italia)*

⁵ *Medico Chiropratico, Parma (Italia)*

⁶ *Unità di Nutrizione Umana, Dipartimento di Scienze degli Alimenti e del Farmaco, Università di Parma (Italia)*

TI STIAMO ASPETTANDO

