

Brunton G., Harden A., Rees R., Kavanagh J., Oliver S., Oakley A., (2003) Children and physical activity review of barriers and facilitators: EPPI-Centre, Social Science Research Unit, Institute of Education, University of London

Abstract

(traduzione e adattamento a cura di A. Suglia (alessandra.suglia@dors.it, DoRS)

Obiettivi

La promozione dell'attività motoria è un obiettivo prioritario per la sanità pubblica anglosassone, e non solo. I bambini rappresentano un target di riferimento non trascurabile, visto che uno stile di vita sedentario nell'infanzia rischia di caratterizzare anche l'età adulta. Il contesto sociale ed ambientale determina il grado di svolgimento di attività motoria nella popolazione infantile. La revisione sistematica è stata condotta per individuare i fattori che scoraggiano e promuovono lo svolgimento di attività motoria da parte dei bambini d'età compresa tra i 4 e i 10 anni. Sono stati revisionati studi di ricerca su dati quantitativi e qualitativi (sono stati inclusi 5 studi con valutazione di impatto e 5 studi di ricerca qualitativa).

Destinatari

Decisori, operatori, ricercatori, genitori e bambini.

Risultati

Gli interventi di promozione della salute orientati all'attività motoria, in termini di aumento/miglioramento dell'educazione fisica scolastica, sono pochi e non prevedono un piano di valutazione rigoroso.

Gli interventi efficaci prevedono: azioni educative orientate a diminuire/controllare le ore trascorse a guardare la TV o a giocare con i videogiochi; coinvolgimento dei genitori nel incoraggiare e sostenere i propri figli nello svolgere attività motoria e interventi multi-componente e multi-centrici, utilizzando le ore di educazione fisica e attività a casa.

I bambini dimostrano di avere idee chiare sui fattori che ostacolano e facilitano lo svolgimento di attività motoria da parte loro; sono pochi gli interventi che si implementano a partire dall'analisi di questi dati.

Gli approcci ideati per facilitare la promozione dell'attività motoria nell'infanzia sembrano essere (richiedono ulteriori approfondimenti): proporre loro più attività tra cui possano scegliere; sottolineare/valorizzare l'aspetto della partecipazione (tempo trascorso con gli amici); rendere disponibili mezzi di trasporto gratuiti o a basso costo e ridurre i costi; creare spazi ricreativi sicuri in cui i bambini possano giocare e muoversi con tranquillità.

Valore aggiunto

Resta da chiarire secondo quali modalità queste tipologie di intervento promuovano sempre un cambiamento dei comportamenti scorretti: quali componenti sono fondamentali per il loro successo? Quali caratteristiche devono avere per adattarsi al target specifico (i bambini inglesi)?