



MINISTERO DELL' ISTRUZIONE, DELL'UNIVERSITA' E DELLA RICERCA
UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO
ISTITUTO COMPRENSIVO "M. CALDERINI - G. TUCCIMEI"
Sede operativa: Via Telemaco Signorini 78, 00125 ROMA - Tel. 0652360728 Fax 0652354806
Sede legale: Via Costantino Beschi 12, 00125 ROMA - Tel. 0652350169 Fax 0652369245
Sito web: www.viabeschi.gov.it
E-mail: rmic8bx00r@istruzione.it

Roma, 12/12/2014
Prot 8416/A19/A

**ALL'ALBO
AI DOCENTI**

OGGETTO: ZAINETTI SCOLASTICI

Si trasmette in allegato, la nota prot. 5922 del 30.11.2009, diramata di concerto fra il Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca ed il Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali, raccomandando ogni accorgimento necessario ad evitare che il peso degli zaini superi i limiti consigliati.

A tal fine, si ricorda che:

- è un diritto dei bambini non trasportare uno zaino più pesante del 15% del proprio peso corporeo;
- è un dovere della famiglia far rispettare tale diritto dei bambini sguarnendo i loro zaini di tutti i libri e accessori eccedenti tali limiti di peso e chiedendo ai docenti la selezione dei libri giornalieri;
- è un dovere del consiglio di classe: programmare le attività settimanali individuando i libri di testo da portare giornalmente per non superare i limiti di peso; comunicare alle famiglie l'orario interno delle lezioni affinché queste sappiano quali sussidi inserire nello zaino;

Si chiede ai docenti di divulgare ai genitori le raccomandazioni del Consiglio Superiore di Sanità per la tutela della salute dei minori.

Si precisa, altresì, che non saranno date autorizzazioni alle famiglie per accompagnare gli alunni in aula a causa del peso degli zaini se non vi sono particolari e certificati motivi di salute.

La presente circolare e le raccomandazioni sono pubblicizzate sul sito dell'Istituto.

Il Dirigente Scolastico
Eleonora Occipite Di Prisco

**Ministero dell'Istruzione, dell' Università e della
Ricerca**
Dipartimento per l'Istruzione
Direzione Generale per lo Studente, l'Integrazione, la
Partecipazione e la Comunicazione

Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali
Dipartimento Prevenzione e Comunicazione

Roma, 30 novembre 2009

Oggetto: **Chiarimenti in merito al peso degli zainetti scolastici**

A seguito di richieste pervenute da parte di diversi uffici in ordine alla questione del peso di cartelle e zaini trasportati dagli studenti sullo sviluppo della colonna vertebrale si ritiene opportuno richiamare le seguenti raccomandazioni che il Consiglio Superiore di Sanità, anche tenendo conto della letteratura scientifica internazionale, ha sottolineato nella seduta del 16 dicembre 1999:

- che il peso dello zaino non superi un "range" tra il 10 e il 15 per cento del peso corporeo. In tal proposito è però utile ricordare altre variabili di rilievo quali la massa muscolare dello studente, la struttura scheletrica, il tempo e lo spazio di percorrenza con il carico dello zaino sulla spalle. Tali variabili andranno valutate caso per caso da tutti coloro che interagiscono con lo sviluppo del fanciullo;
- che per una proficua prevenzione delle rachialgie in età preadolescenziale e adolescenziale è necessario inserire la corretta gestione del peso dello zaino all'interno di una più ampia educazione alla salute e alla promozione di corretti stili di vita;
- che da studi pubblicati risulta esistere una discreta variabilità sul peso trasportato da diversi studenti della stessa classe: questo implica una necessaria educazione all'essenzialità organizzativa del corredo scolastico da parte dei docenti e un maggior impegno in materia da parte delle case editrici di testi scolastici.

Le conclusioni di tali raccomandazione che si ritiene utile portare alla conoscenza delle SS.LL. indicano che lo zaino pesa spesso più di quanto dovrebbe con il superamento dei limiti consigliati, che il peso eccessivo è causa di disagio fisico, che influisce sulla postura, sull'equilibrio, sulla deambulazione, anche se non sembra ancora scientificamente provato che influisca in maniera determinante su deformità vertebrali, mentre ci sono aspetti, quali ad esempio le rachialgie dell'età evolutiva, che meritano ulteriori approfondimenti.

Infine si sottolinea l'importanza del fatto che lo zaino venga indossato in maniera corretta, facendo sì che il carico venga ripartito simmetricamente sul dorso e non su un solo lato: un carico asimmetrico comporta come noto carico aumentato per il rachide in atteggiamento posturale non fisiologico. Data l'importanza di tali suggerimenti se ne raccomanda la più ampia diffusione.

**IL DIRETTORE GENERALE PER LO STUDENTE,
L'INTEGRAZIONE, LA PARTECIPAZIONE E LA
COMUNICAZIONE**
f.to Massimo ZENNARO

**IL DIRETTORE GENERALE PER LA PREVENZIONE
SANITARIA**
f.to Fabrizio OLEARI