

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

# PARTECIPAZIONE SPORTIVA DEI GIOVANI E STATO DI SALUTE NELLA PRIMA ETÀ ADULTA: FOLLOW-UP DI 12 ANNI

L'esame dell'associazione tra partecipazione a sport organizzati per giovani (OS) e fattori di rischio cardiometabolici concomitanti, con stato di salute a lungo termine, aiuterà a comprendere il ruolo della partecipazione all'OS. Combinando i dati di uno studio prospettico e un sondaggio di follow-up, gli autori hanno mirato a determinare l'associazione tra la partecipazione agli sport giovanili e i fattori di rischio cardiometabolico con la salute e l'attività fisica (PA) nella giovane età adulta. I fattori di rischio cardiometabolico sono stati monitorati ogni anno e il coinvolgimento dell'OS nelle scuole medie, superiori e universitarie, insieme allo stato attuale, è stato registrato 12 anni dopo l'inizio dello studio iniziale; 462 partecipanti hanno completato il follow-up. I fattori di rischio cardiometabolici inclusi sono stati: indice di massa corporea (BMI), circonferenza della vita, pressione sanguigna, colesterolo totale, lipoproteine ad alta densità (HDL), lipoproteine a bassa densità (LDL) colesterolo e trigliceridi, glucosio a digiuno e insulina. I partecipanti che hanno svolto sport organizzati dalla scuola media a quella superiore e o all'università avevano punteggi Z / BMI significativamente più bassi [24,7 vs 27,4 ( $p < 0,05$ ) e 0,51 vs 0,82 ( $p < 0,05$ ), rispettivamente] e HDL significativamente più alto [48,7 vs 45,4 ( $p \leq 0,05$ )] rispetto a quelli senza partecipazione a sport organizzati dopo la scuola media. La circonferenza della vita delle femmine era significativamente più piccola in coloro che avevano partecipato sport organizzati dalla scuola media a quella superiore e / o al college (84,9 cm) rispetto a quelli che non avevano frequentato sport organizzati (92,1 cm), ( $p < 0,05$ ). I partecipanti che hanno continuato sport organizzati dalla scuola media a quella superiore e / o al college hanno riportato livelli PA di follow-up significativamente più alti rispetto a quelli che non avevano un OS dopo la scuola media ( $p < 0,001$ ). Questo studio fornisce nuovi dati che mostrano che la partecipazione continua a sport organizzati dalla scuola media a quella superiore e / o all'università era associata a un profilo di salute cardiometabolica superiore a scuola e all'aumento dei livelli di PA al follow-up di 12 anni.

Fonte: K Logan, RS Lloyd, T Schafer-Kalkhoff, JC Khoury, S Ehrlich, LM Dolan, AS Shah, GD Myer "Youth Sports Participation and Health Status in Early Adulthood: A 12-year Follow-Up" *Prev Med Rep.* 2020 5;19:101107. doi: 10.1016/j.pmedr.2020.101107