

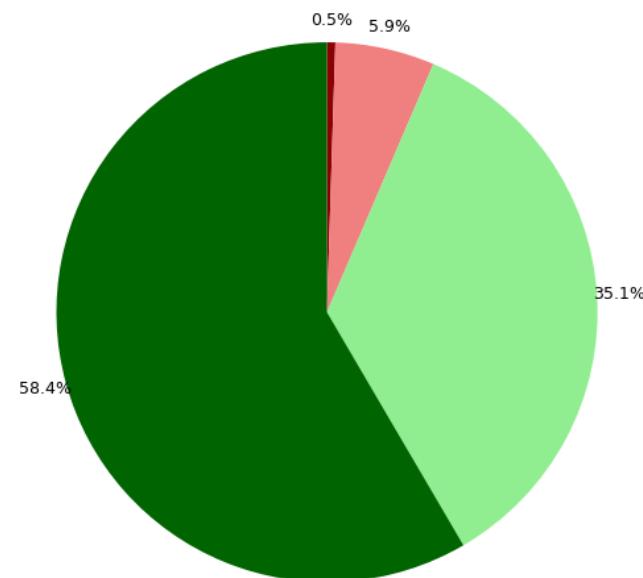
UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

Benessere a scuola: la prevenzione parte da noi



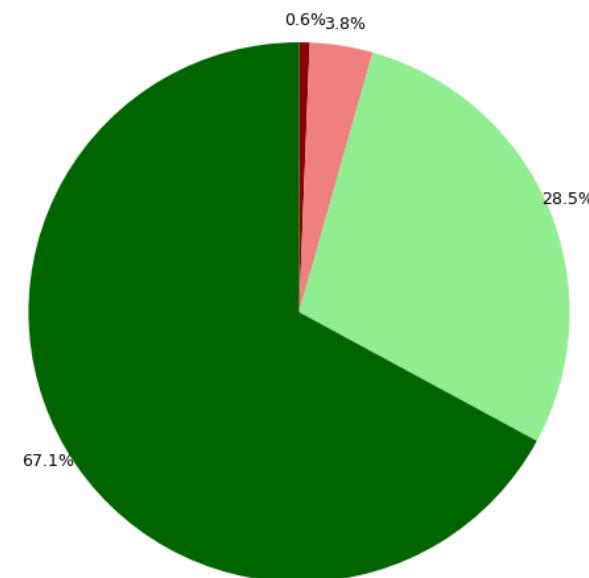
Avere amici fidati con cui parlare può migliorare il tuo benessere

Prima



n = 202

Dopo

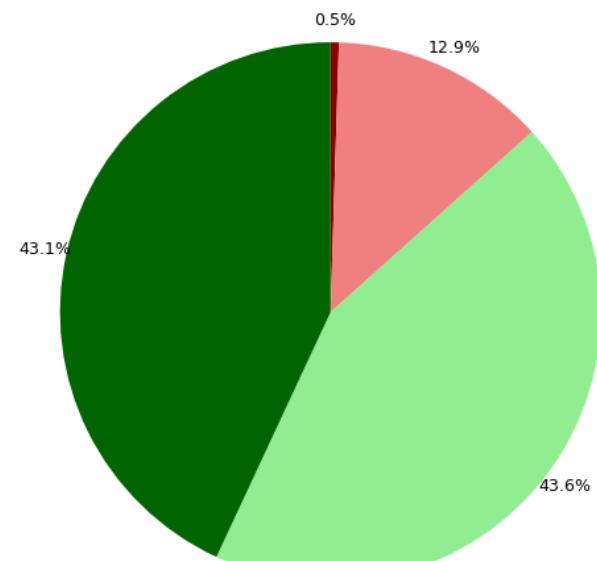


n = 319



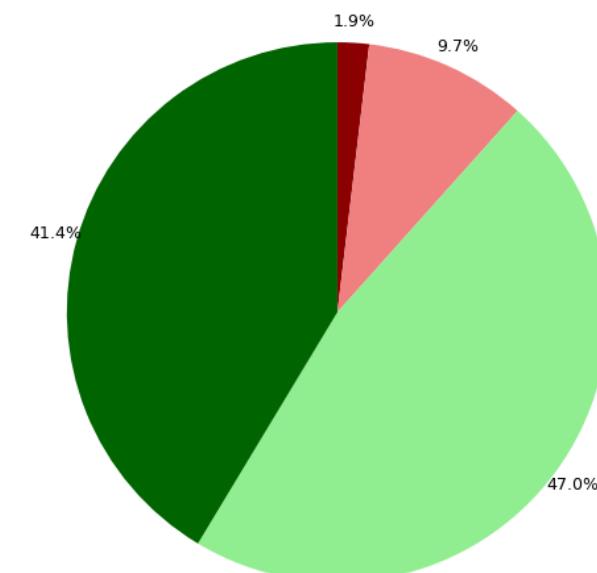
Avere una routine quotidiana ben organizzata può influenzare la tua salute mentale

Prima

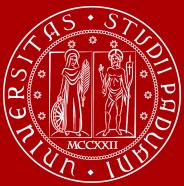


n = 202

Dopo

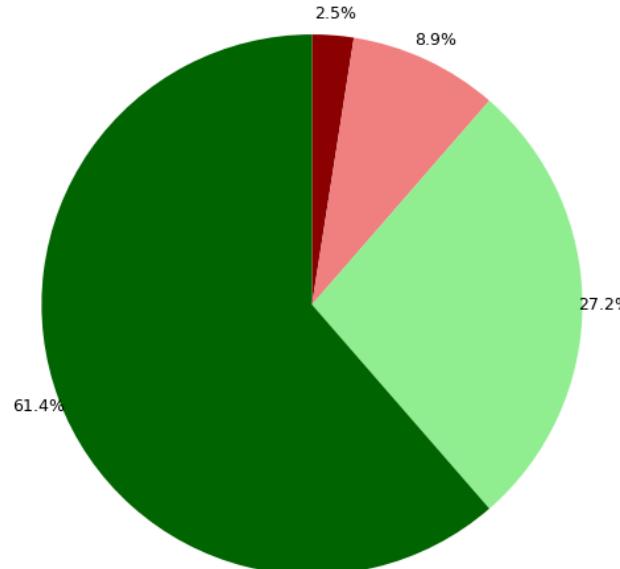


n = 319



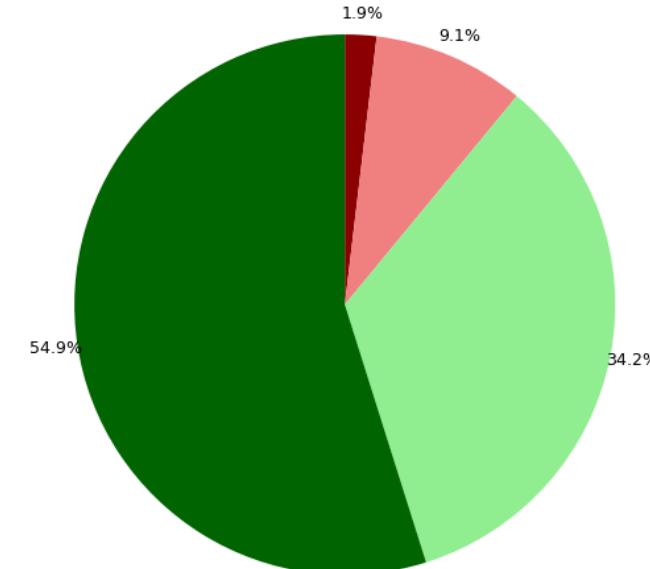
Quanto e come dormi influenza le tue attività durante il giorno

Prima



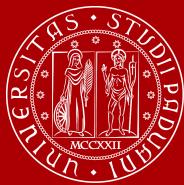
n = 202

Dopo



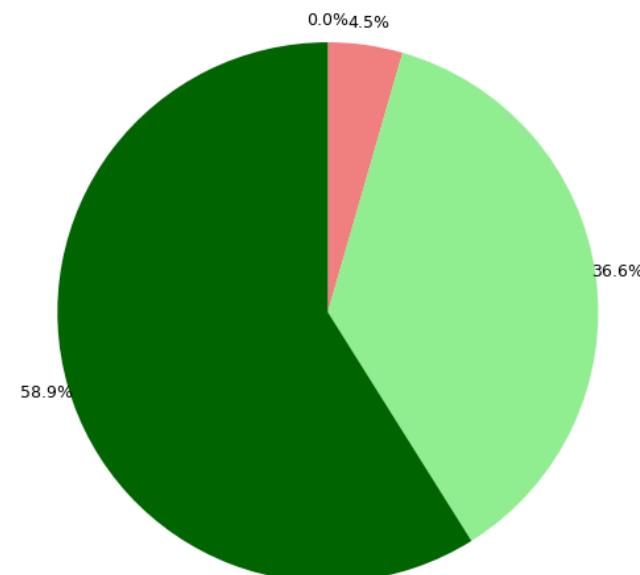
n = 319

■ 1 - non sono d'accordo	■ 3 - sono più d'accordo che in disaccordo
■ 2 - sono più in disaccordo che d'accordo	■ 4 - sono d'accordo



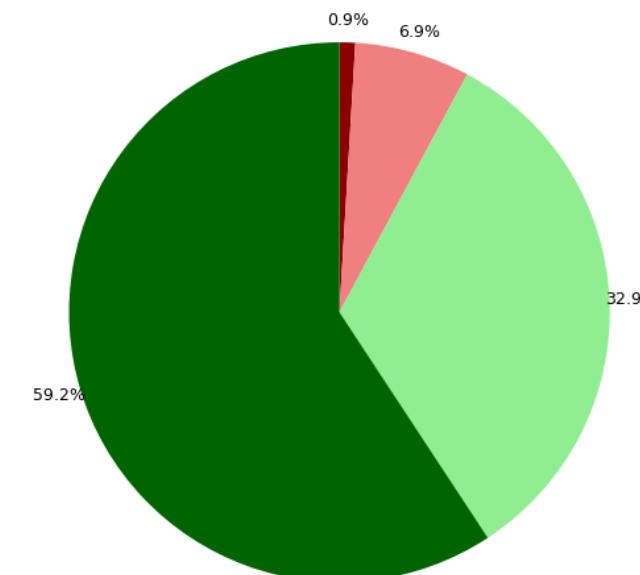
Bere molta acqua è utile a prevenire calcoli renali

Prima

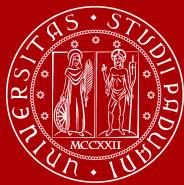


n = 202

Dopo

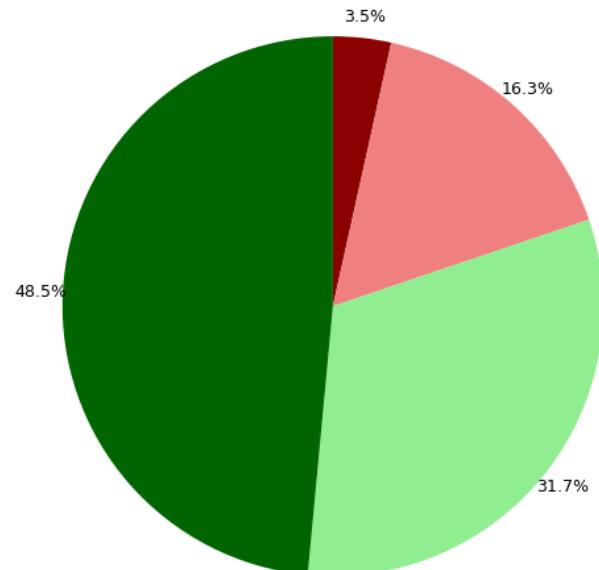


n = 319



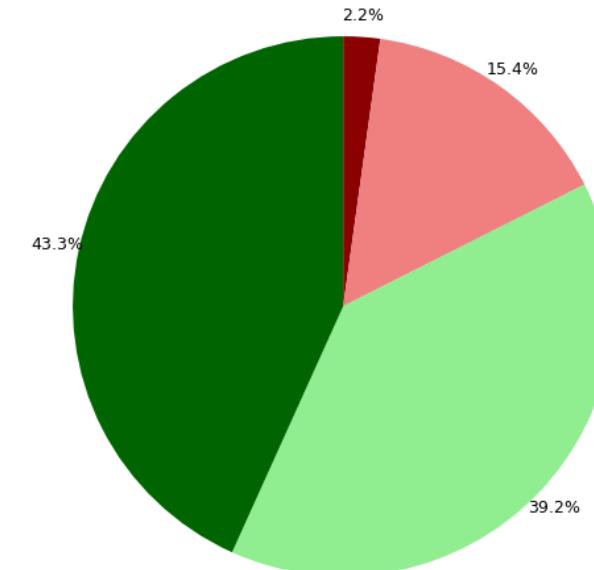
Quanto e cosa mangi ha un effetto su come stai

Prima



n = 202

Dopo

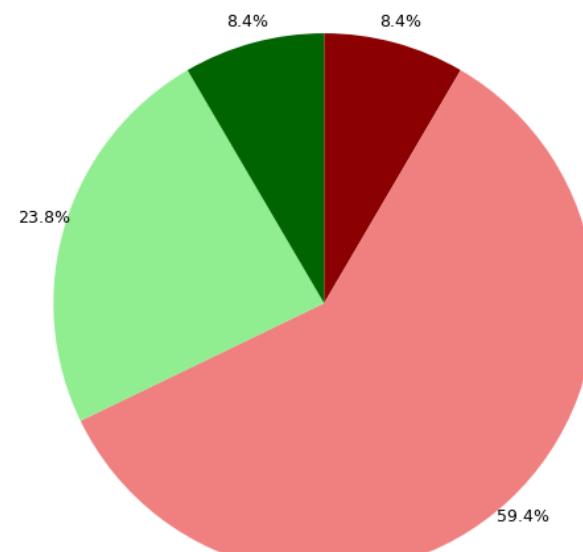


n = 319



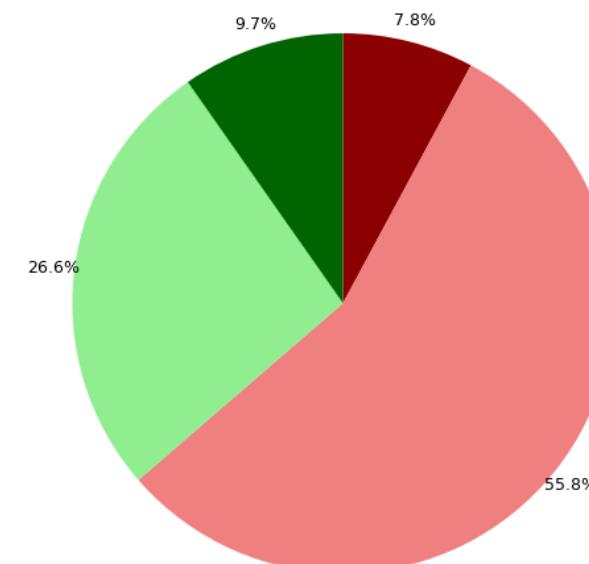
Quante volte hai mangiato cibi ricchi di grassi (come patatine fritte, hamburger o snack confezionati) negli ultimi sette giorni?

Prima



n = 202

Dopo

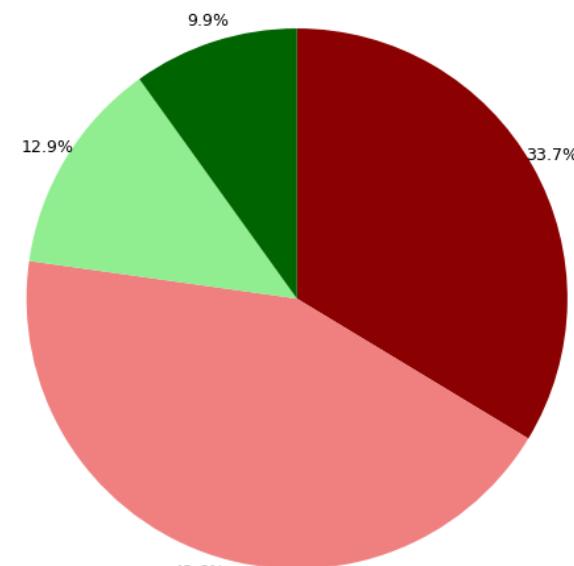


n = 319



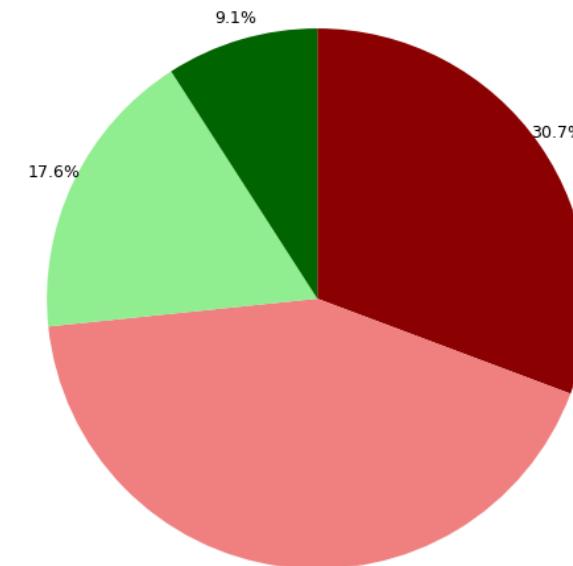
Quante bevande gassate o zuccherate (come cola, aranciata, energy drink) o similari hai bevuto negli ultimi sette giorni?

Prima

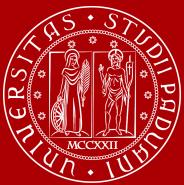


n = 202

Dopo

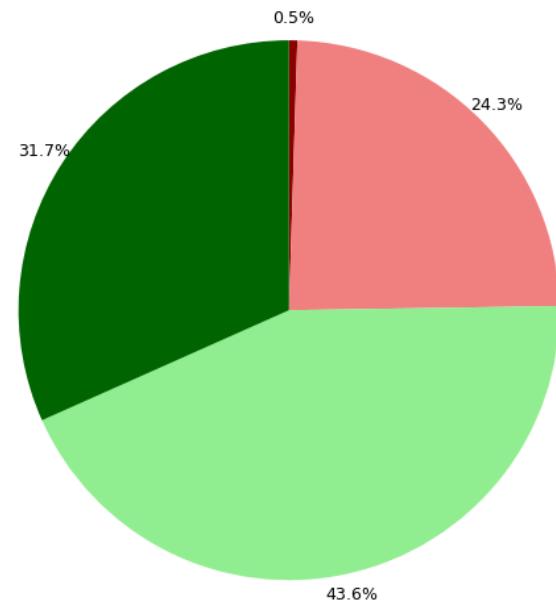


n = 319



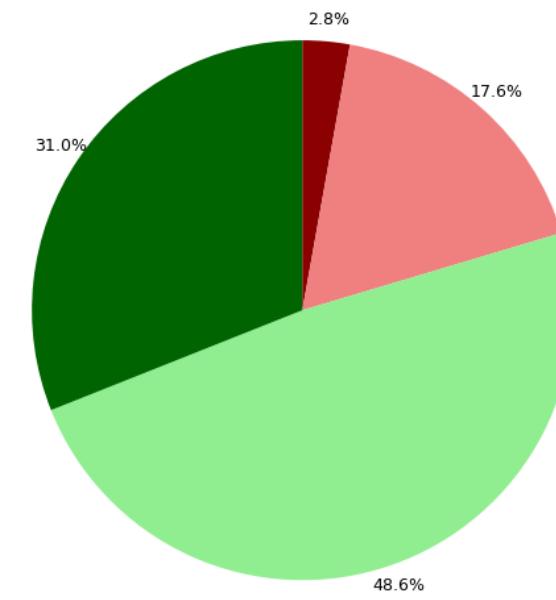
Consumare grandi quantità di zuccheri raffinati può aumentare il rischio di tumori al pancreas

Prima



n = 202

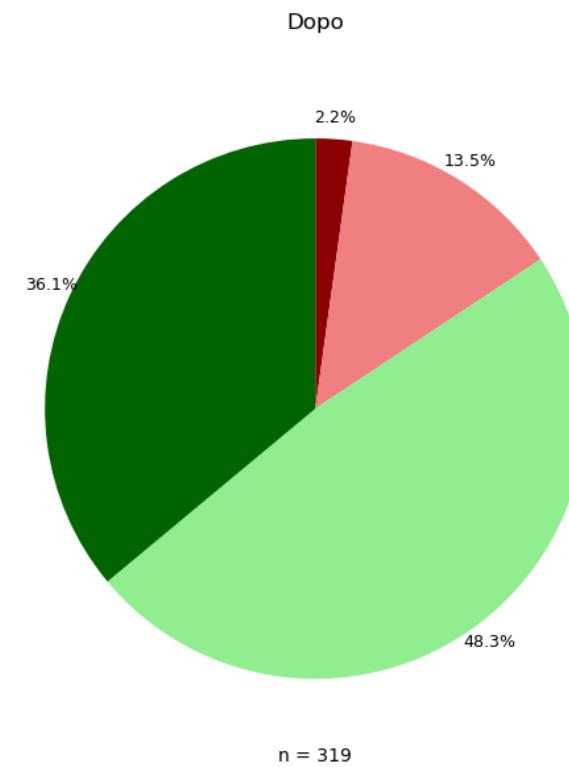
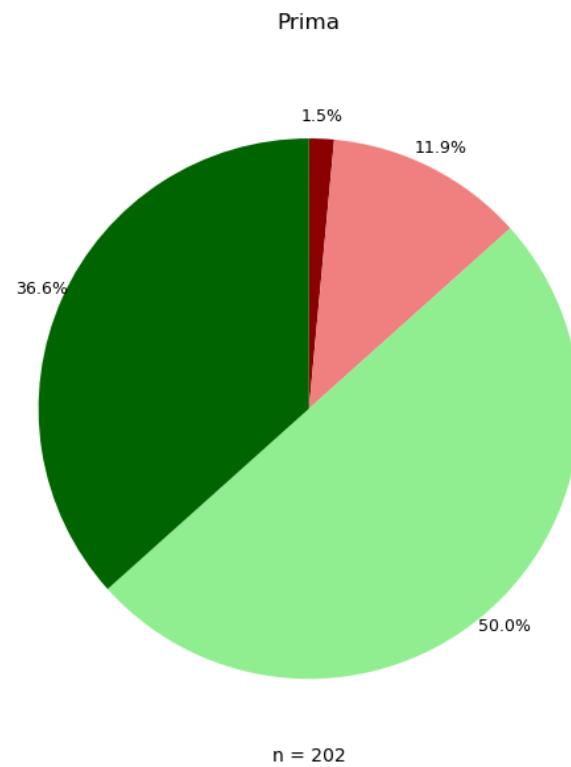
Dopo



n = 319

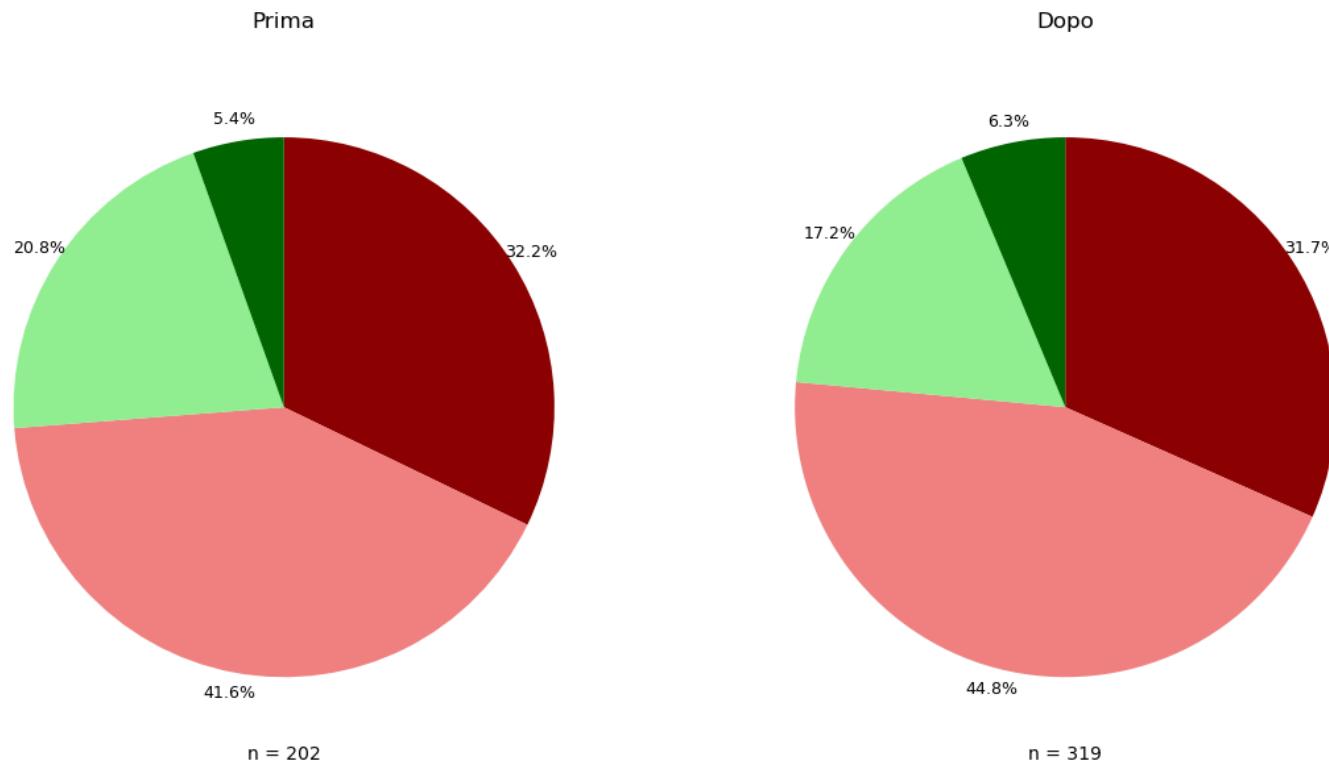


Una dieta ricca di frutta e verdura con antiossidanti può aiutare a proteggere contro i tumori al pancreas





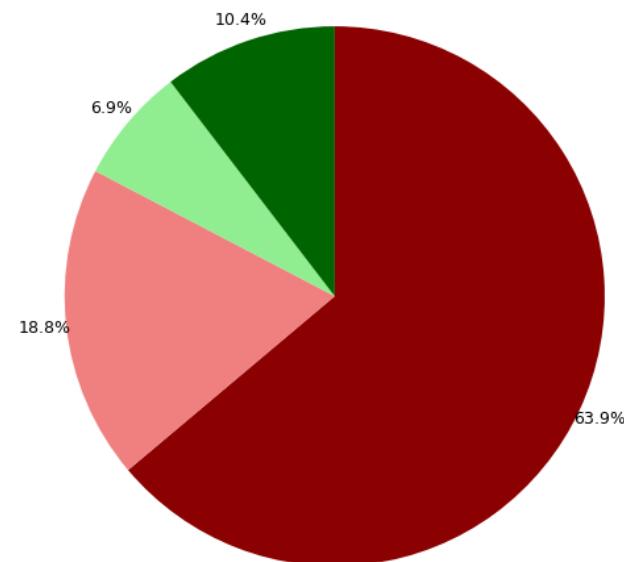
L'obesità non rientra tra i fattori di rischio per il tumore al rene





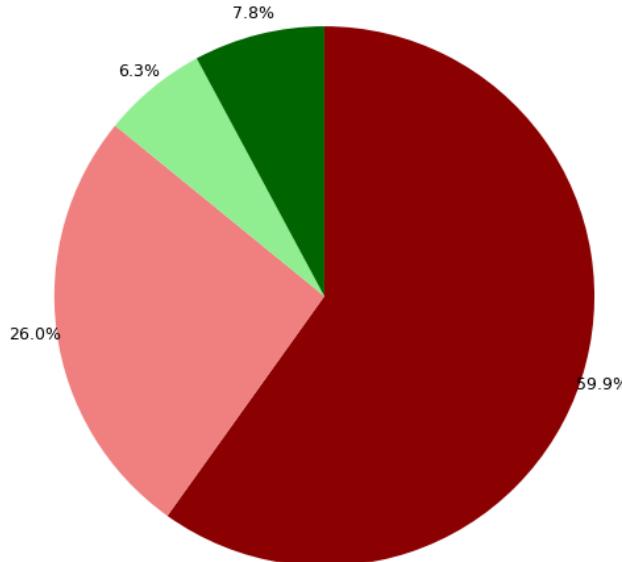
Hai consumato bevande alcoliche durante l'ultimo weekend?

Prima



n = 202

Dopo

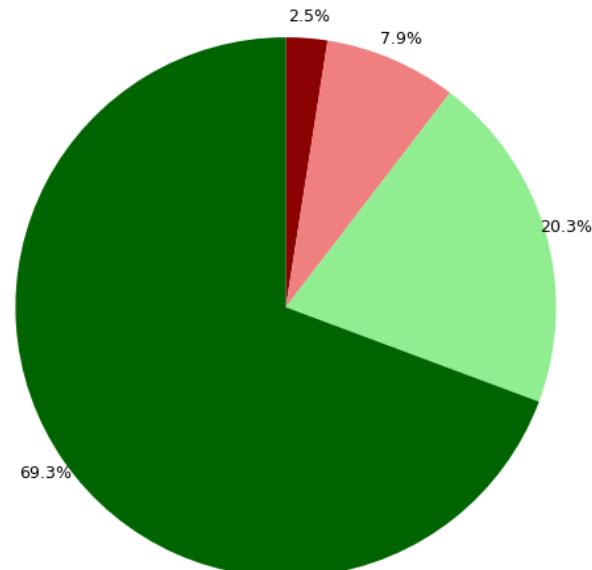


n = 319



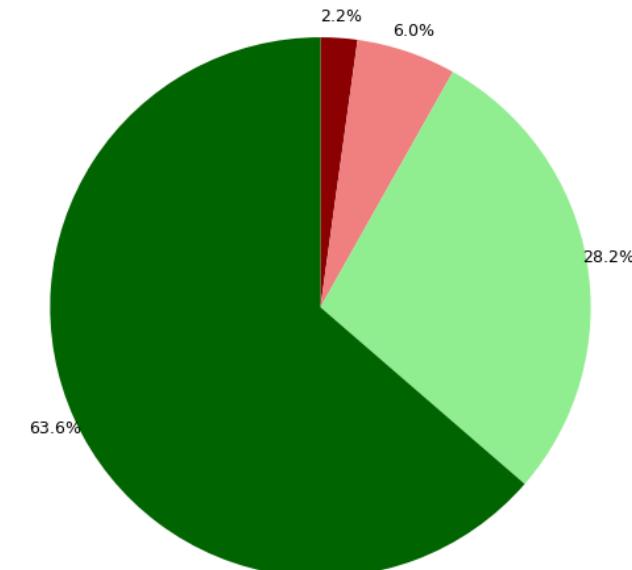
Un eccessivo consumo di alcolici è fattore di rischio per lo sviluppo dei tumori al fegato

Prima



n = 202

Dopo

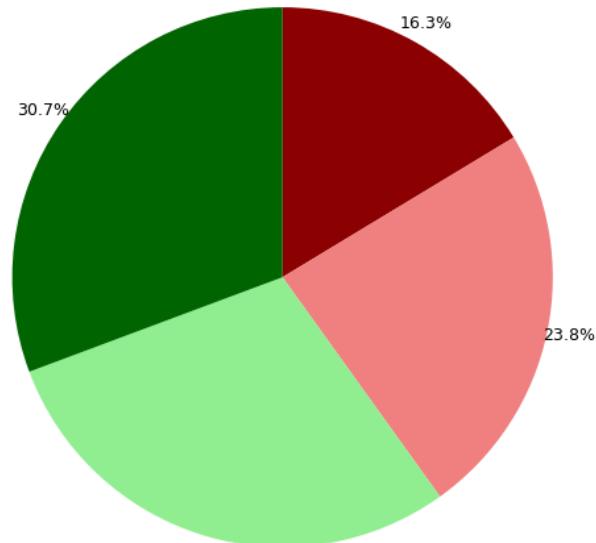


n = 319



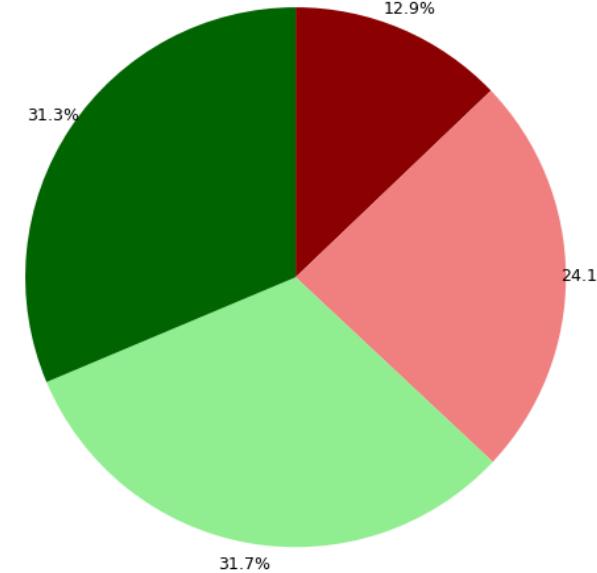
Hai praticato attività fisica (come corsa, bicicletta, sport) negli ultimi sette giorni?

Prima



n = 202

Dopo

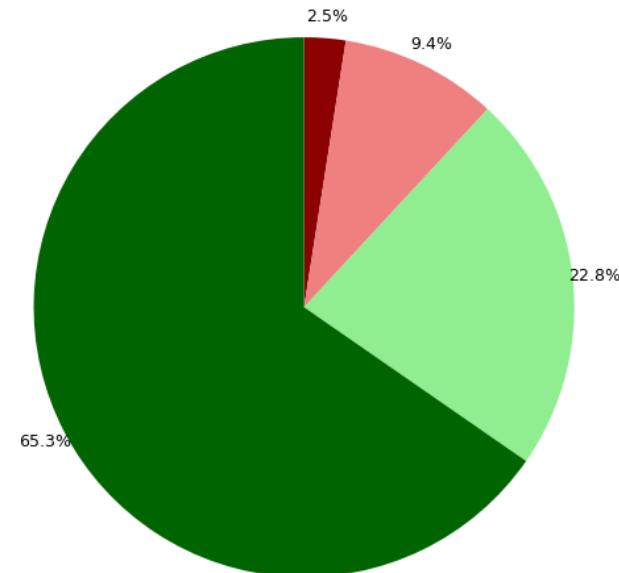


n = 319



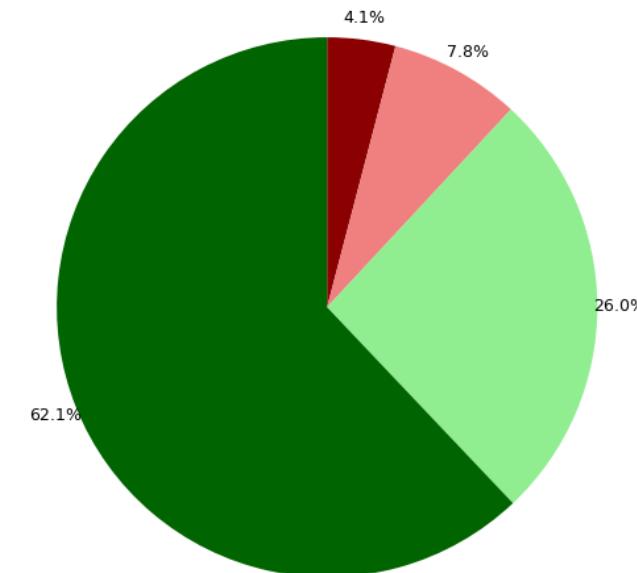
Fare sport può migliorare il tuo stato d'animo

Prima



n = 202

Dopo

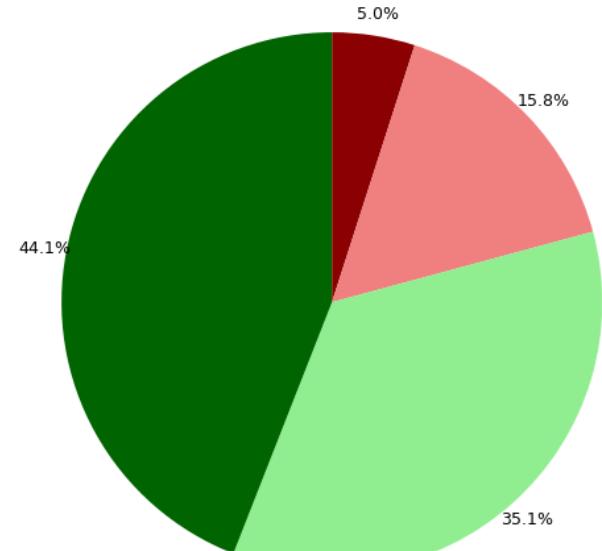


n = 319



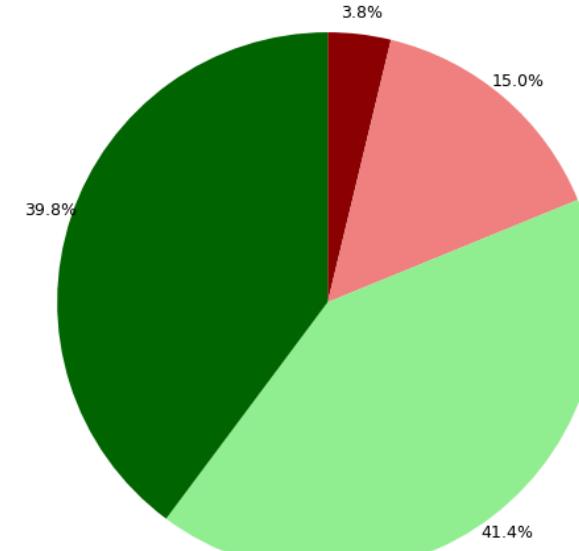
Praticare almeno 150 minuti di attività aerobica moderata a settimana è consigliato per mantenere un peso corporeo sano e ridurre il rischio di tumori

Prima



n = 202

Dopo



n = 319

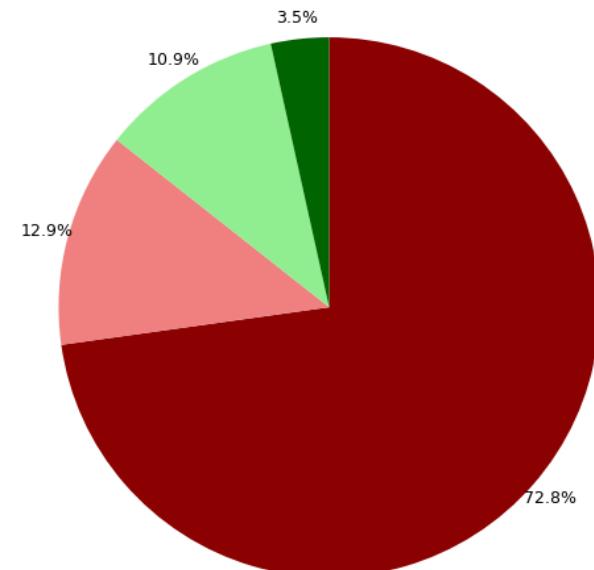
Categoria	Percorso (%)
1 - non sono d'accordo	5.0
2 - sono più in disaccordo che d'accordo	15.8
3 - sono più d'accordo che in disaccordo	35.1
4 - sono d'accordo	44.1

Categoria	Percorso (%)
1 - non sono d'accordo	3.8
2 - sono più in disaccordo che d'accordo	15.0
3 - sono più d'accordo che in disaccordo	41.4
4 - sono d'accordo	39.8



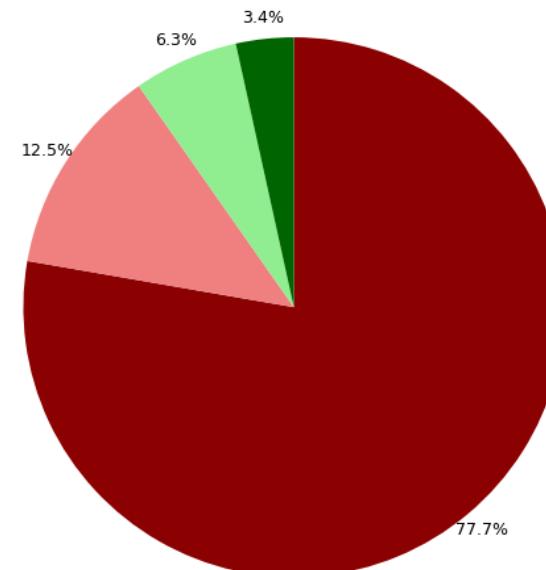
Negli ultimi 30 giorni hai fumato regolarmente?

Prima



n = 202

Dopo

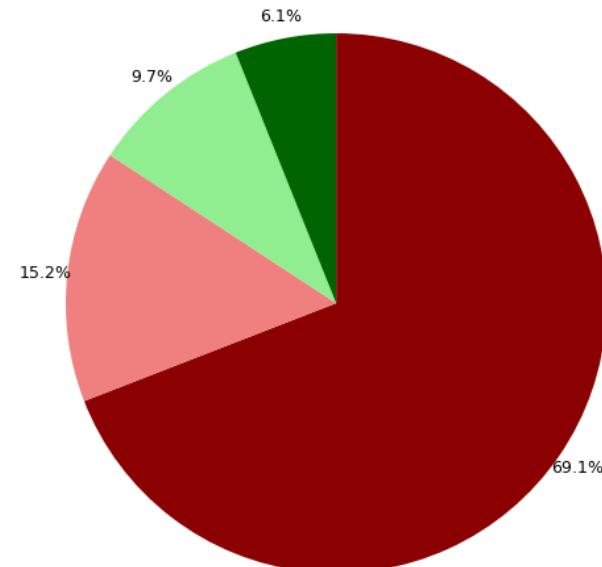


n = 319



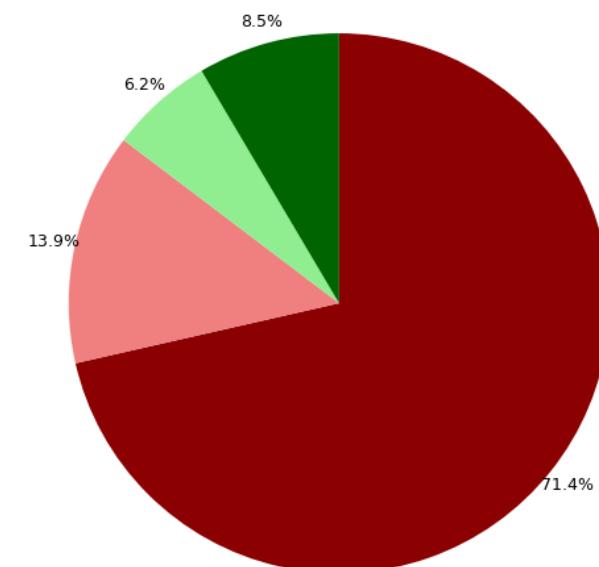
Rispondi se non sei un fumatore: se uno dei tuoi amici/che ti offrisse una sigaretta/e-cig/HTP, la fumeresti?

Prima



n = 165

Dopo

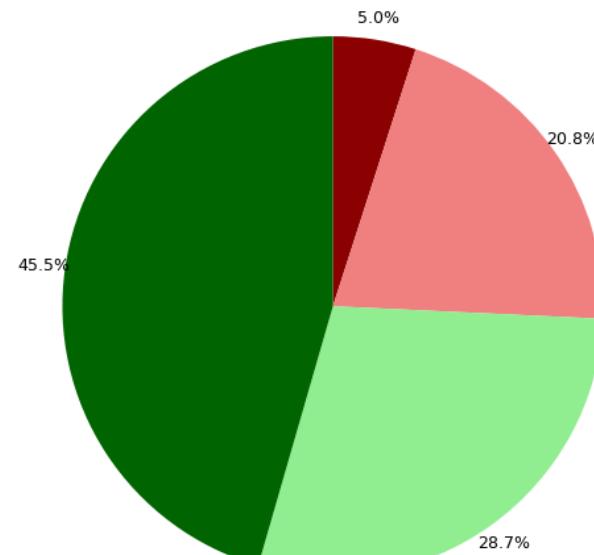


n = 259



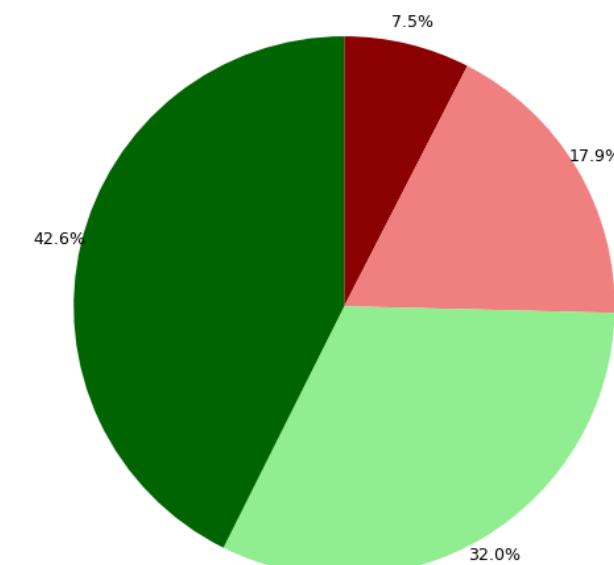
Quanto ritieni che l'abitudine tabagica possa influire negativamente sulle tue prestazioni sportive e/o scolastiche

Prima



n = 202

Dopo

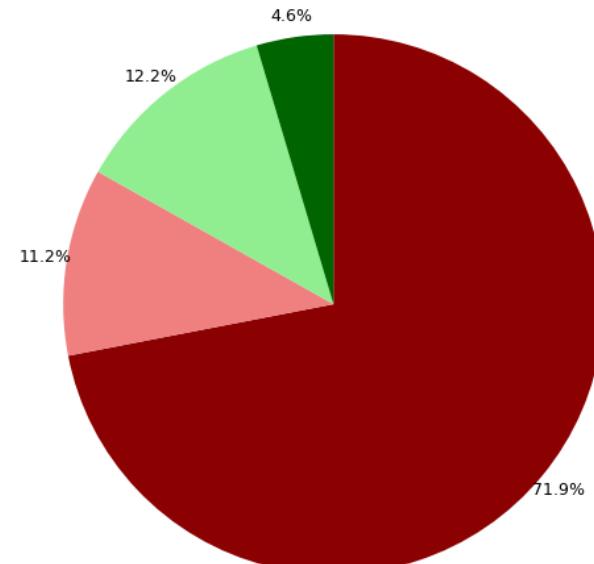


n = 319



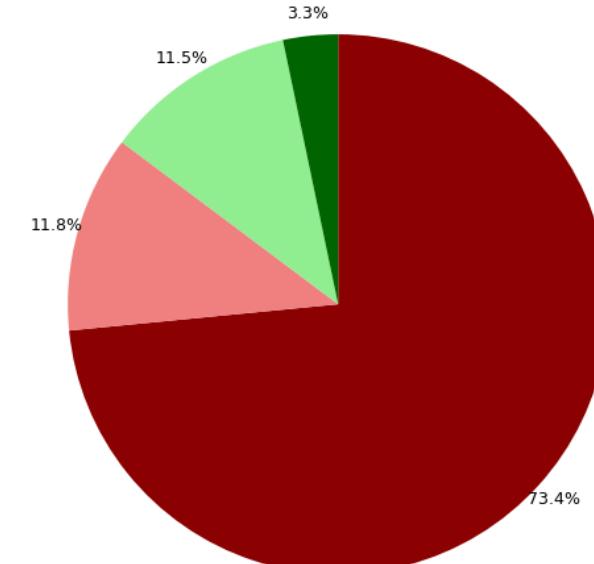
Usi la sigaretta elettronica da sola e/o associata alla sigaretta normale?

Prima



n = 196

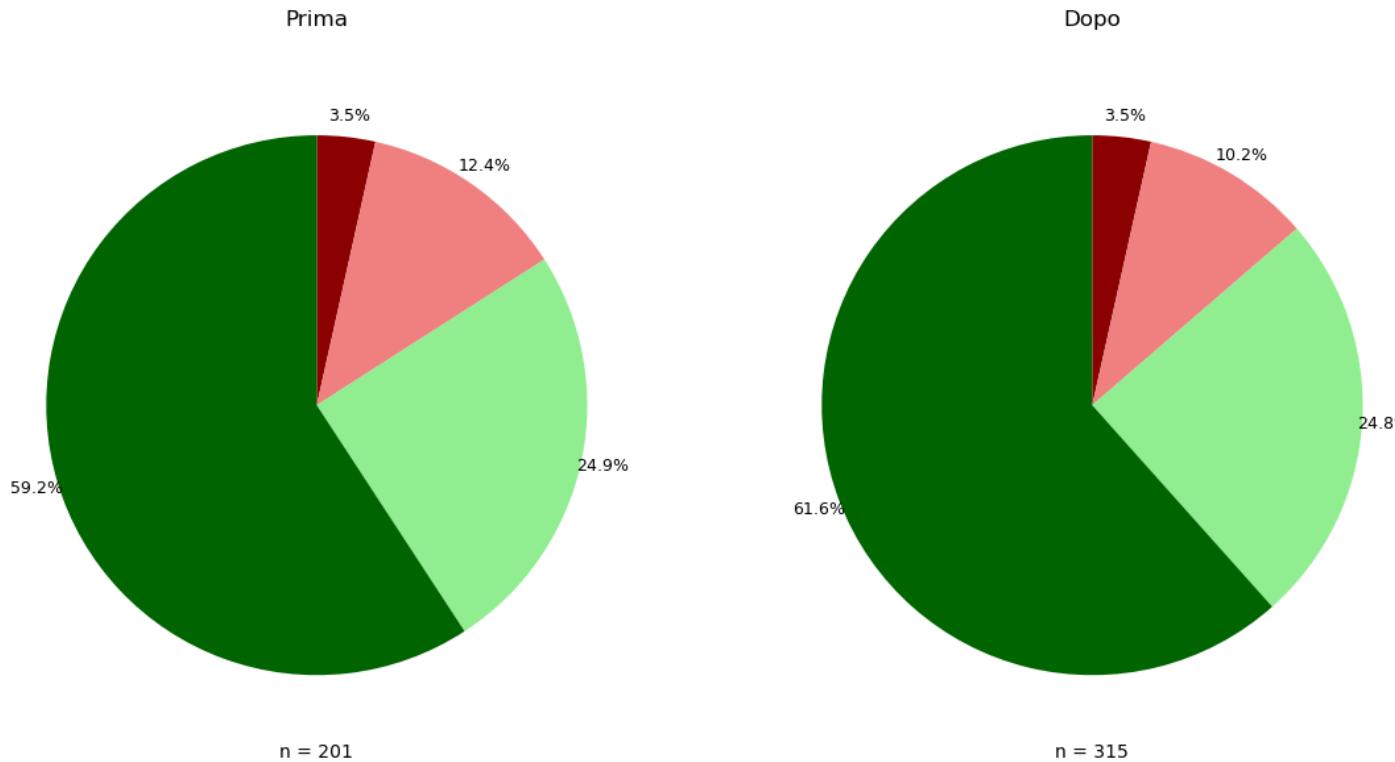
Dopo



n = 305



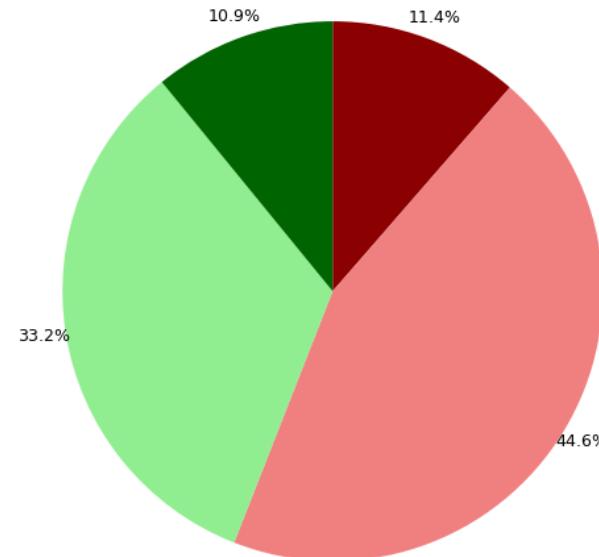
Smettere di fumare può avere un beneficio sulla salute e sulle prestazioni sportive anche dopo anni dall'inizio dell'abitudine





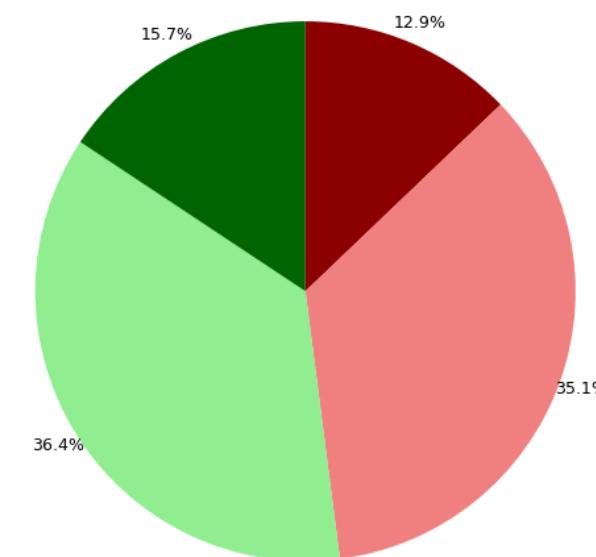
Il fumo è il principale fattore di rischio per il tumore alla vescica?

Prima



n = 202

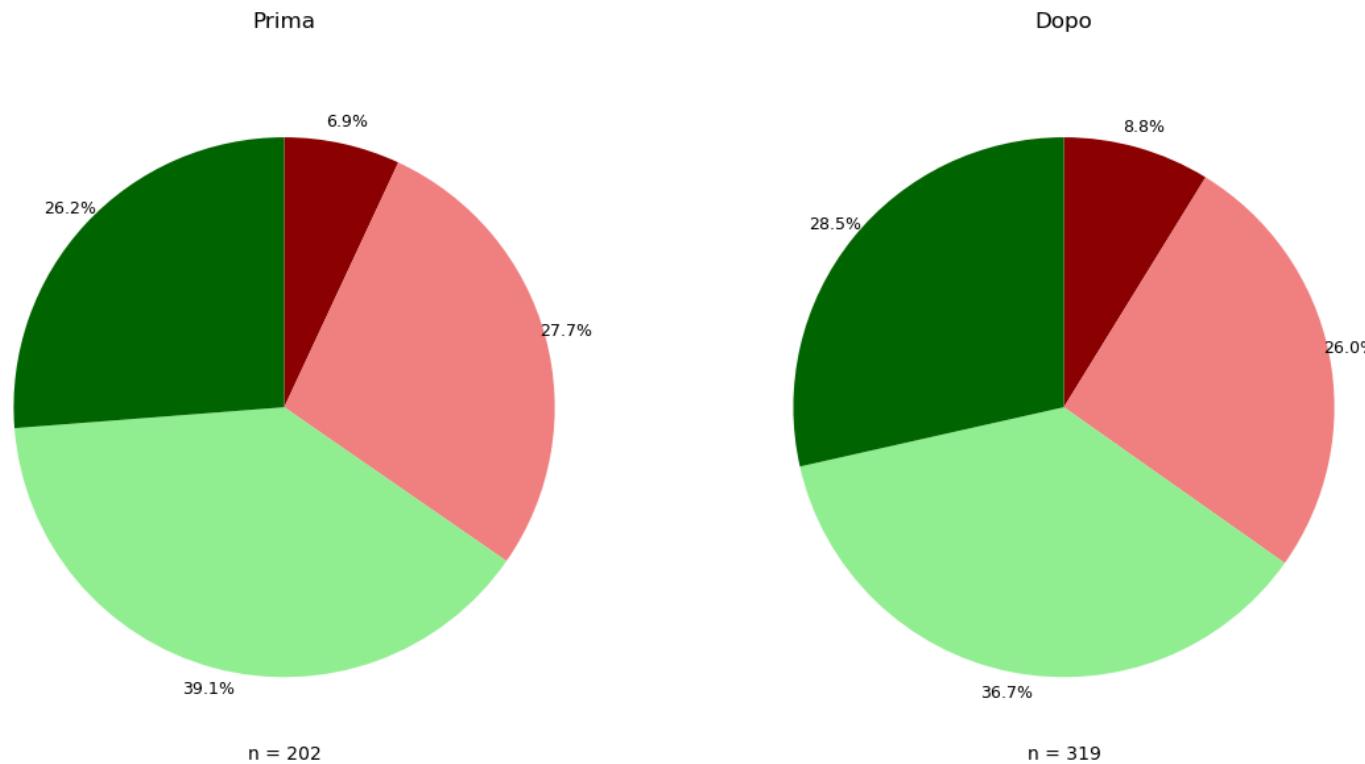
Dopo



n = 319



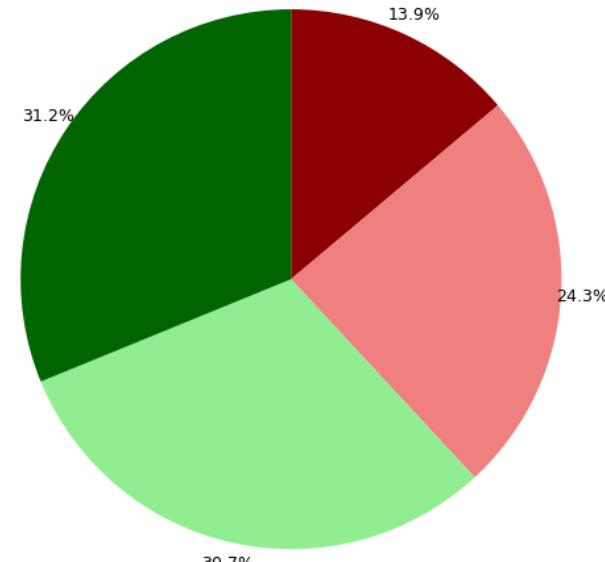
Il fumo può aumentare significativamente il rischio di tumori al fegato





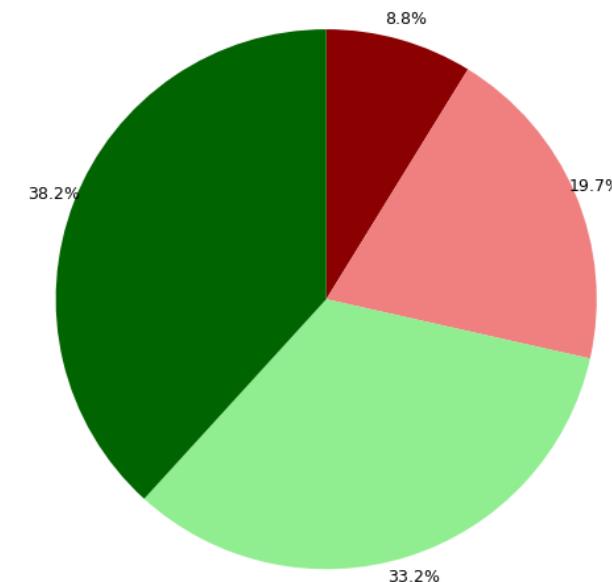
L'autopalpazione al testicolo, eseguita almeno una volta al mese, è utile per la diagnosi precoce del tumore al testicolo

Prima

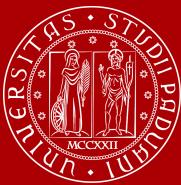


n = 202

Dopo

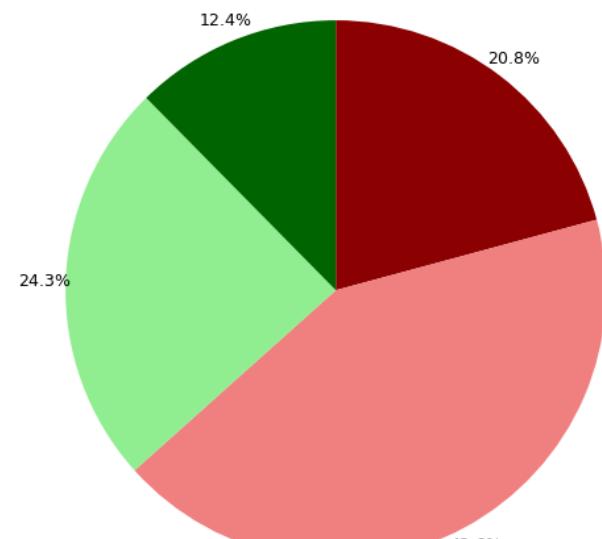


n = 319



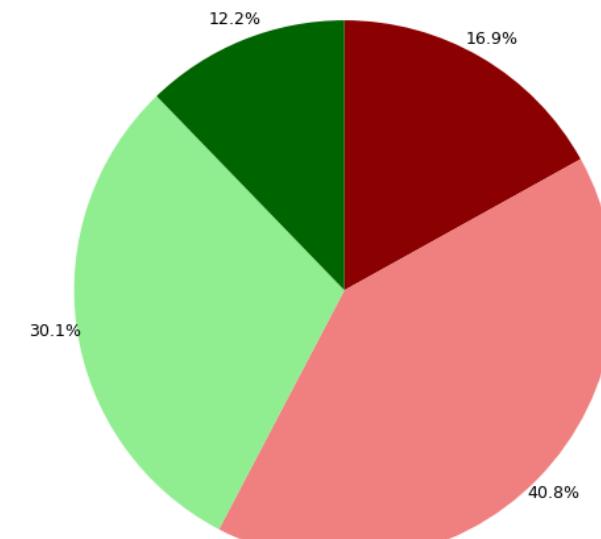
La torsione del testicolo, una delle urgenze urologiche più frequenti, è tipicamente del paziente anziano

Prima



n = 202

Dopo



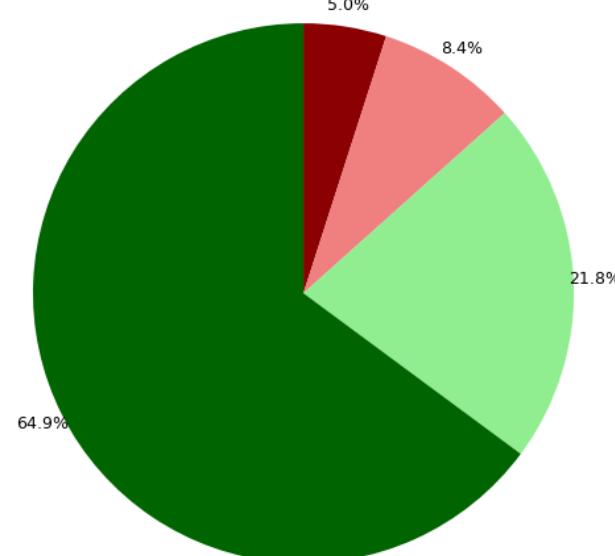
n = 319

- | | |
|--|--|
| ■ 1 - non sono d'accordo | ■ 3 - sono più d'accordo che in disaccordo |
| ■ 2 - sono più in disaccordo che d'accordo | ■ 4 - sono d'accordo |



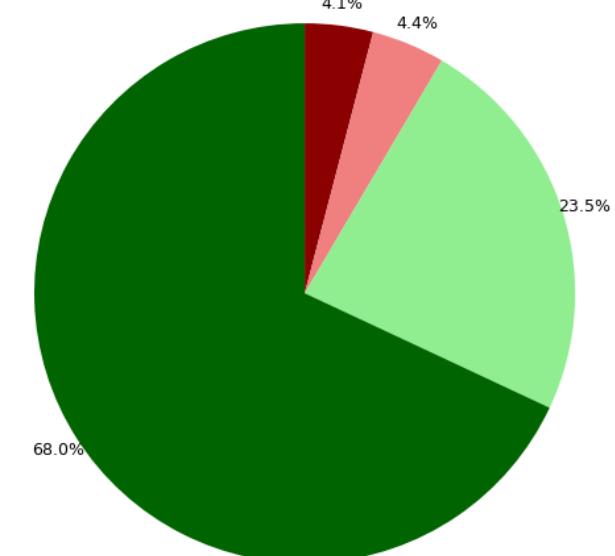
La vaccinazione contro il papillomavirus umano (HPV) come strategia di prevenzione primaria è utile sia nel sesso femminile che nel sesso maschile

Prima

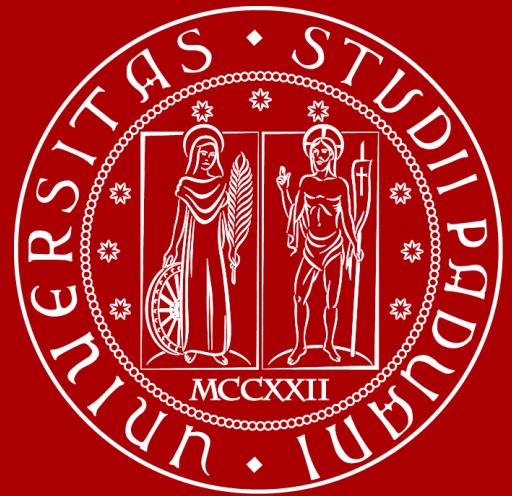


n = 202

Dopo



n = 319



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA