ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE MONTALTO U.-LATT. ROTA G-S.B.
Prot. 0012291 del 17/09/2025
V-10 (Uscita)

Ai Docenti

Ai Genitori/Tutori

Alle Studentesse e agli Studenti

Agli Atti della sicurezza

All'Albo dell'Istituto

Loro Sedi

Oggetto: Disposizioni sul peso eccessivo degli zaini – a.s. 2025/2026

Viste le note del 12 ottobre 1994 e 30 dicembre 1999 del Ministero della Sanità;

Vista la C.M. 1 marzo 1995, n. 68;

Visti i pareri del Consiglio Superiore di Sanità del 14 dicembre 1994, del 16 dicembre 1999;

Vista la nota congiunta del Ministero dell'istruzione, dell'Università e della Ricerca e il Ministero del Lavoro, della Salute e Politiche Sociali prot. n. 5922 del 30.11.2009, avente per oggetto "Chiarimenti in merito al peso degli zainetti scolastici", nella quale si sottolinea che: "il peso dello zaino non superi un "*range*" tra il 10 e il 15 % del peso corporeo. A 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; 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; 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";

Preso atto delle condivisibili preoccupazioni delle famiglie;

Considerato che è necessario affrontare la problematica a qualunque livello (docenti, famiglie, alunni);

Al fine di tutelare la salute delle studentesse e degli studenti e attuare un percorso educativo di prevenzione,

Si invitano docenti e genitori/tutori ad affrontare la questione con spirito improntato alla massima collaborazione.

Si richiede, pertanto, a tutti i docenti di effettuare, ciascuno in riferimento alla propria disciplina, una riduzione del peso dei libri e del materiale scolastico che gli alunni devono portare a scuola ogni giorno.

A tal proposito si forniscono alcune possibili precauzioni tese a ridurre il carico degli zaini degli alunni:

- Modificare l'orario interno di ciascuna disciplina/materia al fine di prevedere alternanze tra i libri da portare a scuola per lo stesso docente
- Definire in modo stabile, facendolo indicare per iscritto sull'orario settimanale agli allievi, la scansione delle discipline/materie, del proprio orario interno, in modo tale da non lasciare che gli allievi, nel dubbio, ogni giorno portino tutti i testi di quella disciplina
- Verificare la possibilità di tenere a scuola alcuni libri, in accordo con i genitori e limitatamente alle discipline che non necessitano quotidianamente di esercizi a casa
- Consentire agli allievi di scaricare il libro digitale su un proprio dispositivo che potrà essere usato a casa o in classe dietro autorizzazione del docente
- Educare gli allievi a preparare responsabilmente lo zaino sostituendo libri e quaderni del giorno prima con quelli del giorno dopo.

Ai genitori/tutori si richiede, altresì, di controllare che i propri figli abbiano nello zaino solo i libri necessari per le lezioni del giorno e il relativo materiale scolastico.

Nel caso in cui l'alunna/o avesse problemi di salute, la Dirigente scolastica su richiesta dei genitori/tutori corredata da certificazione medica, disporrà che lo zaino venga consegnato all'ingresso e portato in classe da un collaboratore scolastico.

La Dirigente scolastica
dott.ssa Adele Zinno
(Documento firmato digitalmente ai sensi del Codice dell'Amministrazione Digitale e normativa connessa)

ADELE ZINNO
Dott.ssa
17.09.2025 18:25:39 CEST