

Lo studio

Lo sport per prevenire comportamenti negativi negli adolescenti

Redazione

9 dicembre 2025 18:33

La partecipazione continuativa ad attività sportive organizzate durante l'infanzia è associata a una riduzione dei comportamenti oppositivo-provocatori nella prima adolescenza, in particolare tra i ragazzi.

A dimostrarlo è un nuovo studio condotto da Matteo Privitera, affiliato al Dipartimento di Sanità pubblica, medicina sperimentale e forense e al Laboratorio di Locomozione umana, e Linda Pagani, dell'École de Psychoéducation dell'Université de Montréal, la cui pubblicazione è prevista in un prossimo numero della rivista European Child & Adolescent Psychiatry.

«Il comportamento oppositivo-provocatorio è spesso sottovalutato – spiega Privitera - e può coesistere con altri disturbi dello sviluppo. Si manifesta attraverso schemi persistenti di irritabilità, sfida e ostilità nei confronti delle figure autoritarie. È più frequente nei ragazzi e spesso si accompagna ad altri disturbi del neurosviluppo, come l'ADHD e i disturbi specifici dell'apprendimento». Questi comportamenti, sottolinea, «possono interferire con l'apprendimento, le relazioni sociali e la salute mentale a lungo termine. Il nostro obiettivo era individuare strategie accessibili e basate sulla comunità che favorissero lo sviluppo di condotte adattive nei bambini».

Lo studio ha utilizzato i dati del Quebec Longitudinal Study of Child Development, una coorte di popolazione nata nel 1997/1998 e coordinata dall'Institut de la statistique du Québec. L'analisi ha riguardato 1.492 bambini e bambine che avevano praticato sport tra i sei e i dieci anni. All'età di dieci e dodici anni, gli stessi partecipanti hanno auto-riferito i propri sintomi di comportamento oppositivo-provocatorio.

«I ragazzi che hanno partecipato in modo costante ad attività sportive organizzate – aggiunge Privitera - hanno riportato significativamente meno sintomi oppositivo-provocatori a entrambe le età, rispetto ai coetanei con partecipazione discontinua o limitata. Lo sport può costituire un contesto naturale di sviluppo per l'acquisizione di capacità di autoregolazione, cooperazione e rispetto delle regole».

Il team di ricerca, composto per l'Università di Pavia da Privitera con Luca Correale e Laura Fusar-Poli, e per l'Université de Montréal da Pagani con Kianoush Harandian, ha applicato modelli di regressione lineare ai minimi quadrati ordinari per stimare le associazioni prospettiche, controllando per sintomi comportamentali precoci e caratteristiche socio-familiari. Non sono emerse associazioni significative per il campione femminile.

«I risultati supportano l'ipotesi secondo cui le attività extracurricolari strutturate possono promuovere la resilienza comportamentale» osserva Harandian.

«Lo sport fornisce un ambiente supervisionato e socialmente stimolante – precisa -che può favorire nei ragazzi l'interiorizzazione di norme comportamentali adattive».

Secondo gli autori, i risultati hanno importanti implicazioni per le politiche pubbliche in ambito educativo e sanitario:

«Promuovere la partecipazione sportiva continuativa durante la l'infanzia – concludono Privitera e Pagani - può contribuire a ridurre l'incidenza dei disturbi del comportamento dirompente e favorire il benessere a lungo termine. Si tratta di una strategia semplice, scalabile e con ricadute positive per famiglie, scuole e comunità».

**Ricevi gli
aggiornamenti di
HealthDesk**

E-mail *

Registrati

Su argomenti simili

Dalle uova in frigo alle spugnette, gli errori da non fare per mangiare in sicurezza

Scadenza, salute e igiene: sono le tre parole che più frequentemente gli italiani associano alla sicurezza alimentare casalinga rilevate nelle risposte al questionario “Mangiasicuro!” dell’Istituto superiore di sanità, nell’ambito del progetto Sac (Sicurezza alimentare casalinga). Sulla base di risultati del questionario gli esperti dell’... [Leggi tutto](#)

Sigarette elettroniche con nicotina: per smettere di fumare funzionano meglio di cerotti e gomme

Esistono evidenze «ad alta certezza» che le sigarette elettroniche (e-cig) contenenti nicotina aumentano i tassi di cessazione del fumo rispetto alla terapia sostitutiva della nicotina (NRT) ed evidenze «a certezza moderata» che probabilmente aumentano i tassi di cessazione rispetto alle e-cig senza nicotina. Le evidenze che confrontano le e-... [Leggi tutto](#)

Giovani italiani attenti a tavola, ma trascurano prevenzione e sport

Giovani più consapevoli a tavola, ma ancora troppo disattenti quando si tratta di prevenzione e attività fisica. È questo il ritratto che emerge dall’ultima indagine dell’Osservatorio Sanità di UniSalute in collaborazione con Nomisma, condotta su un campione di mille under 40 italiani.

Sul tema della prevenzione, i dati parlano... [Leggi tutto](#)

42 mila visite e 120 mila visitatori per Tennis and Friends 2025

Quasi 120 mila visitatori e oltre 42 mila tra screening, vaccinazioni e check up gratuiti: è stata una quindicesima edizione da record quella di Tennis and Friends - Salute e Sport, la manifestazione promossa dalla Onlus Friends For Health, in collaborazione con la Asl Roma 1 e il supporto del Policlinico Gemelli di Roma. Anche quest'anno l'... [Leggi tutto](#)

Solo sei italiani su dieci adottano abitudini salutari

In Italia solo il 60% della popolazione adotta uno stile di vita salutare: nonostante che il 98% della popolazione riconosca l'importanza di vivere in modo sano, persiste dunque un divario significativo tra intenzione dichiarata e azione concreta. E anche sul fronte della prevenzione, se da una parte cresce l'attenzione per esami e visite di... [Leggi tutto](#)

Stili di vita e cancro: le giovani donne pagano il prezzo più alto

Il 45% dei tumori mammella è causato da quantità inferiori ai 20 grammi di alcol al giorno, mentre la combinazione di alcol e fumo aumenta di 35 volte il rischio di cancro orale.

Di cifre come queste si è parlato nell'incontro organizzato a Roma mercoledì 7 maggio in un convegno organizzato dal Medical Observatory on Harm... [Leggi tutto](#)

Ogni giorno in Italia 200 persone muoiono per un tumore che avrebbero potuto evitare

Nel nostro Paese quasi la metà (il 45%) delle morti per tumore è riconducibile a fattori di rischio modificabili, sia comportamentali (cioè stili di vita scorretti) sia ambientali. In numeri assoluti sono circa 80 mila dei 180 mila morti stimati per cancro ogni anno, cioè più di 200 al giorno. Nonostante ciò, l'Italia investe ancora troppo... [Leggi tutto](#)

Aumentano i tumori aggressivi nelle giovani donne. Tra le possibili cause gli stili di vita scorretti

Nelle donne tra i 18 e i 34 anni è significativamente aumentata l'incidenza del cancro al pancreas, del tumore gastrico, del mieloma e delle neoplasie del colon-retto.

A questa evidenza è giunto un nuovo studio promosso e coordinato dall'Istituto nazionale tumori Regina Elena (Ire) di Roma e dall'Istituto di Biochimica e biologia... [Leggi tutto](#)

Scuole che promuovono salute: in Italia solo tre istituti su cinque hanno aderito al programma Oms

“Scuole che promuovono salute” (Sps) è un programma dell'Organizzazione mondiale della sanità (Oms) che ha l'obiettivo di rendere la scuola un luogo che sostiene attivamente la salute e il benessere degli studenti. Ebbene, da una survey realizzata dalla Fondazione Gimbe alla quale, da giugno a dicembre 2023, hanno risposto 493 scuole italiane,... [Leggi tutto](#)

Un bambino italiano su cinque è sovrappeso e uno su dieci obeso

In Italia, i bambini e le bambine di 8-9 anni in sovrappeso sono il 19% e con obesità il 9,8%, incluso il 2,6% di quelli con obesità grave. Sono i dati relativi al 2023 elaborati da OKkio alla SALUTE, il sistema di sorveglianza coordinato dal Centro nazionale per la prevenzione delle malattie e promozione della salute (Cnapps) dell'Istituto... [Leggi tutto](#)

Fibrillazione atriale in menopausa: stress e insonnia tra i fattori di rischio principali

Dopo la menopausa una donna su quattro soffre di aritmie cardiache (fibrillazione atriale). E a provocarle potrebbero essere lo stress e l'insonnia. Il malessere psicologico e i disturbi del sonno, sintomi famigliari alle donne in menopausa, vengono per la prima volta ufficialmente riconosciuti come importanti fattori di rischio per la...

[Leggi tutto](#)

Torna di moda il “paradosso ispanico”. Perché gli americani ispanici vivono più a lungo?

Prima di tutto si è pensato alla dieta e più precisamente all'alimentazione ricca di legumi. Sembrava l'ipotesi più plausibile per spiegare il cosiddetto “paradosso ispanico”, lo strano fenomeno per cui gli americani di origine ispanica sono più longevi degli euro-americani (“white americans” in inglese) nonostante in media vivano in... [Leggi tutto](#)

Diabete, l'alimentazione sana non basta se si mangiano alimenti ultra processati

La dieta è bilanciata, nessuno sgarro, le calorie giornaliere sono quelle consigliate, tot proteine, tot carboidrati, tot grassi. Una dieta mediterranea a tutti gli effetti. Ma gli sforzi a tavola di una persona con diabete di tipo 2 per migliorare la salute rischiano di andare in fumo se un'elevata percentuale degli alimenti consumati... [Leggi tutto](#)

Tumore al seno: stili di vita sani riducono del 27% il rischio di ammalarsi

È un altro modo per dire “prevenzione”. Lo “stile di vita sano” è infatti la strategia più efficace per allontanare il rischio di ammalarsi. Che nel caso del tumore al seno può ridurre del 27 per cento le probabilità di sviluppare la malattia. All'importanza della prevenzione è dedicata la prima campagna nazionale... [Leggi tutto](#)

HEALTHDESK

Testata registrata presso il Tribunale di Roma, n. 53/2014
© Mad Owl srl

[Chi siamo](#) [Contatti](#) [Cookie](#) [Newsletter](#) [Privacy](#)
[Pubblicità](#)

© 2025 HealthDesk, All rights reserved.

- [Categorie](#)
 - [Cronache](#)
 - [Diritto alla salute](#)
 - [Scenari](#)
 - [Medicina](#)