



Comune di Arenzano
Assessorato alla Pubblica Istruzione



Comune di Cogoleto
Assessorato alla Pubblica Istruzione



ISTITUTI COMPRESIVI
Arenzano e Cogoleto



LE MILLE ANIME DEL CIBO **Progetto di educazione alimentare nelle scuole**

(anni scolastici 2006-07 2007-08 2008-09)

Introduzione

Un'alimentazione quantitativamente e qualitativamente corretta garantisce una buona crescita e previene l'instaurarsi di malattie cronicodegenerative (metaboliche, cardiovascolari, neoplastiche, ecc.) in costante aumento nelle società del benessere.

In Italia circa il 14% dei bambini fra i 4 e i 14 anni è in eccesso ponderale con punte molto elevate nel sud del Paese; il bambino obeso si mantiene obeso da adulto dal 30 al 60% dei casi con un rischio tanto maggiore, quanto maggiori sono il suo sovrappeso e la sua età.

E' da più parti segnalato l'importanza di una prevenzione precoce al fine di modificare quanto prima quegli errori alimentari che, non corretti, possono essere mantenuti per tutta la vita.

I disturbi del comportamento alimentare sono una realtà preoccupante ad esordio precoce. Nella loro espressione contribuiscono miti e modelli che enfatizzano l'immagine, il corpo magro e l'autocontrollo nei quali i giovani tendono ad identificarsi. Spostare l'attenzione dall'immagine corporea a valori più importanti, su cui valutare se stessi come persona, diventa un obiettivo importante.

La scuola come luogo di cultura rappresenta la sede ideale ove promuovere stili di vita corretti in una fascia di età in cui i ragazzi sono particolarmente recettivi.

Descrizione del progetto e finalità

Dal 2000 è in corso un programma di educazione alimentare rivolto agli alunni delle Scuole dell'obbligo nei Comuni di Arenzano e Cogoleto. Gli interventi sono condotti in forma sinergica da un team di specialisti dell'area sanitaria e della formazione con l'intento di promuovere sane abitudini alimentari e motorie e una coscienza nutrizionale che possa sviluppare scelte alimentari responsabili. Particolare attenzione viene posta al legame patogeno "aspetto fisico- valore di un individuo" diventato un fenomeno di moda e cultura che, nei soggetti vulnerabili, può predisporre ai disturbi del comportamento alimentare

Dopo un biennio di attività sperimentale(a.s. 2000-2002) rivolto ai ragazzi delle quinte elementari è partito nel 2003 un percorso educativo longitudinale per bambini dell'ultimo anno delle scuole materne pubbliche e private e per ragazzi delle terze elementari, seguiti per tre anni consecutivi. Ciò ha consentito agli operatori di superare la temporaneità degli interventi precedenti con interventi protratti e rinforzati nel tempo.

I dati raccolti, confrontati con un gruppo controllo non compreso nel programma, sono in corso di disamina.

Nell' anno scolastico 2006-07 il percorso educativo inizia rivolgendosi ai ragazzi delle classi terze della Scuola Primaria e a quelli delle classi prime della Scuola Secondaria per proseguire sugli stessi alunni nei successivi due anni (anno 2007-08 e 2008-09).

Le attività, coordinate a più livelli, prevedono:

- . interventi sugli alunni
- . interventi sulla famiglia
- . interventi formativi sul personale docente
- . interventi di tipo medico-specialistico per i casi a rischio di disturbi nutrizionali (obesità' e disturbi del comportamento alimentare)

Sintesi delle attività

Ciascun tecnico componente il team, con le proprie competenze, opera in modo sinergico all'interno di un programma condiviso.

I temi di una sana alimentazione, della fisiologia della digestione vengono trattati in più riprese dal corpo insegnante all'interno della loro programmazione didattica, successivamente ripresi ed approfonditi dagli altri professionisti in un intercalarsi di incontri teorico-pratici in cui si prevedono audiovisivi, visite guidate, attività ludiche e di laboratorio (laboratori del gusto, atelier di cucina, esecuzione di test per la determinazione dei nutrienti negli alimenti) nonché momenti di verifica dei risultati raggiunti.

Il Muvita Science Center e la Coop Liguria utilizzano la loro esperienza pluriennale e qualificata per la conduzione di processi formativi e istituzione di laboratori ove i ragazzi possano eseguire esperienze in prima persona.

I Servizi Comunali di Refezione Scolastica, i cui pasti sono prescritti da dietisti secondo raccomandazioni LARN, attraverso la giusta scelta degli alimenti e il corretto comportamento a tavola, trasformano il preconcepto di mensa scolastica intesa come "luogo" dove alimentarsi in luogo educativo in continuità con il vivere in casa.

Nell'ambito dell'intervento sulle famiglie è attivata una scuola di cucina all'interno delle strutture scolastiche, con la collaborazione delle ditte di ristorazione che gestiscono il servizio.

Non meno importante il ruolo dello psicologo nello "smitizzare" l'importanza di alcuni modelli pericolosi molto enfatizzati nella cultura occidentale. Nella prima infanzia, dove ancora non viene considerato valore la magrezza e soprattutto non è ancora correlata alla stima di sé, è fondamentale spostare l'attenzione dei ragazzi verso valori più importanti dell'aspetto fisico al di là delle pressioni pubblicitarie.

Uno screening auxologico condotto dai Medici Scolastici e dalle Assistenti Sanitarie ha la finalità di rilevare situazioni a rischio di disturbi nutrizionali da inviare al Nutrizionista Ospedaliero per la presa in carico del bambino in accordo con il pediatra di famiglia, a suo tempo informato e coinvolto nel progetto.

La UISP, che aderisce al progetto nell'anno scolastico 2008-09, si rivolge ai bambini ed alle loro principali agenzie educative (famiglia, scuola e associazioni sportive locali), tramite una campagna di comunicazione sociale volta a promuovere stili di vita attivi e consapevoli.

Il Medico dello Sport affronta con i ragazzi delle scuole secondarie la tematica dell'alimentazione nello sport avvalendosi della partecipazione e dell'esperienza di un atleta di interesse nazionale. Sono previsti incontri interattivi sui consumi energetici, sugli integratori nello sport e sul doping.

Per tutto il triennio, a cadenza mensile, sia nelle scuole del Comune di Arenzano che di Cogoleto, è attivo uno sportello-centro di ascolto per la prevenzione dell'obesità e dei disturbi dell'alimentazione condotto dal Nutrizionista Ospedaliero e dai Dietisti dei due Comuni a disposizione delle famiglie dei ragazzi non compresi nel progetto educativo.

Sono previsti incontri pubblici incentrati sul corretto stile di vita rivolti a genitori, operatori sanitari e alla cittadinanza in occasione dei quali verranno resi noti l'andamento e i risultati del progetto

Una sorta di “**osservatorio nutrizionale interdisciplinare**” finalizzato alla prevenzione e al rilevamento di situazioni di rischio che possono essere corrette prima che si stabilizzino nel tempo e diventino patologia.

Stutture ed operatori professionali responsabili:

Comune di Arenzano- Settore Pubblica Istruzione e Servizi Sociali

Dietista Sagita Bozic
Psicologo Dr. Alberto Badano

Comune di Cogoleto- Settore Pubblica Istruzione e Servizi Sociali

Dietista Ivana Manfellotto
Psicologo Dr. Sergio Sabatini

ASL 3 Genovese

U.O.S. di Dietologia e Nutrizione Clinica

Dr. Cinzia Salani

U.O. Assistenza Consultoriale
Distretto Sanitario 8-
Medicina Preventiva di Comunità e dell'Età Evolutiva

Dr. Grazia Cavallero, Dr. Lucia Berta,
Dr. M.Antonietta Ghidoni
Assistenti Sanitarie: Francesca Parrotta,
Roberta Incerti

U.O. Medicina Dello Sport

Dr. Mauro Ferrari
Dr. Pasquale Greco

Scuole degli Istituti Comprensivi di Arenzano

Corpo docente
Ref alla salute: Insegn A.Clelia Ferrando

Scuole degli Istituti Comprensivi di Cogoleto

Corpo docente
Ref alla salute: Insegn Daniela Sguazzini

Muvita Science Center

Dr. Paola Roba

Coop Liguria

Dietista Giulietta Spadafora

UISP

Fabrizio De Meo
Tommaso Ricci
Tommaso Bisio

Tutte le parti coinvolte sono essenziali per la conduzione e la buona riuscita del progetto. I singoli professionisti appartenenti a diverse istituzioni, in un momento in cui le risorse nei rispettivi ambiti sono sempre più limitate, per evitare percorsi individuali e frammentari di educazione alimentare all'interno di uno stesso territorio, hanno preferito offrire il loro contributo professionale all'interno di un team polispecialistico per una maggior completezza e omogeneità delle iniziative assunte rappresentative di una integrazione funzionale fra servizi ospedalieri e territoriali .

Per informazioni rivolgersi a:

dr.ssa Cinzia Salani tel 010-644 8581/8597

dietista Ivana Manfellotto tel 010-9170254

dietista Sagita Bozic tel 010-9138234

aggiornato ottobre 2008

ISTITUTI COMPRESIVI di ARENZANO E COGOLETO (1)

Scuola Primaria

Scuola "De Calboli" Arenzano ☎ 0109138275
Scuola "De Calboli Terralba" Arenzano ☎ 0109138274
Scuola "Giusti" Cogoleto ☎ 0109182903
Scuola "Lerca" Cogoleto ☎ 0109134271
Scuola "Sciarborasca" Cogoleto ☎ 0109188101

Tipologia dell'intervento

Percorso didattico teorico pratico legato alla programmazione curricolare nell'ambito antropologico e nell'ambito scientifico

Operatori professionali coinvolti

Docenti Scuola Primaria delle classi coinvolte nel Progetto

Descrizione delle attività

- **"Dalla comparsa dell'omo australopitecus, all'uomo raccoglitore, all'uomo agricoltore":**
un percorso storico per giungere alla semina dei cereali e alla loro raccolta
Destinatari :Classi terze Scuola Primaria di secondo grado a.s. 2006/2007
Durata del singolo intervento: due ore e mezza circa
- **Importanza di una corretta alimentazione e della prima colazione** come pasto fondamentale per partire con "un pieno di energia" e lavorare con più attenzione
Destinatari: Classi quarte Scuola Primaria di secondo grado a.s. 2007/2008
Durata del singolo intervento: due ore e mezza circa
- **"La Piramide Alimentare"**: saper collocare i cibi al loro giusto posto come apporto nutrizionale ed energetico per mangiare in modo sano e adatto ad un armonioso sviluppo del corpo e dello spirito
Destinatari: Classi quinte Scuola Primaria di secondo grado a.s. 2008/2009
Durata del singolo intervento: due ore e mezza circa

ISTITUTI COMPRENSIVI di ARENZANO E COGOLETO (2)

Scuola Secondaria di Primo Grado

Scuola "Chiossone" Arenzano ☎ 0109130044

Scuola "Recagno" Cogoletto ☎ 0109183367

Tipologia dell'intervento

Percorso didattico che ha come obiettivo quello di fornire agli studenti le conoscenze di base relativamente al mondo dei microrganismi che contaminano gli alimenti, alle malattie trasmesse all'uomo e alle modalità per prevenirle

Operatori professionali coinvolti

Docenti di matematica, scienze e tecnologia

Descrizione delle attività

- **"I microorganismi"**

- I germi patogeni veicolati con gli alimenti (salmonella, stafilococco, coli, c. perfringens, botulino) ed elementi di prevenzione
- I virus trasmessi con gli alimenti
- Funghi e micotossine
- I batteri utili (batteri decompositori, batteri per la produzione di yogurt e formaggi, batteri intestinali)
- Gli alimenti funzionali (alimenti che influenzano positivamente le funzioni biologiche)
- Le cause di alterazione degli alimenti
- Le diverse tecniche di conservazione
- L'uso di additivi

- **"La conservazione degli alimenti"**

L'attività è suddivisa in due sezioni: una sperimentale, per verificare come l'azione dell'aria, del calore e dell'umidità alterino gli alimenti, l'altra teorica, con schemi e tabelle, per acquisire le conoscenze di base sulle tecniche di conservazione e sul funzionamento del frigorifero per la conservazione domestica con il freddo.

Destinatari: alunni delle classi prime della Scuola Secondaria; anno scolastico 2006/07

Durata del singolo intervento: un'ora circa

Descrizione delle attività

- **"anatomia e fisiologia dell'apparato digerente"**
- **"alimentazione e nutrizione"**
- **"principali patologie legate all'eccesso e alle carenze alimentari"**

Acquisire conoscenze di base relativamente ad alimentazione e nutrizione (funzione degli alimenti, principi nutritivi, fabbisogno energetico, metabolismo) all'anatomia e fisiologia del digerente e alle principali patologie correlate ad alimentazione inadeguata

Destinatari: alunni delle classi seconde della Scuola Secondaria; anno scolastico 2007/08

Durata del singolo intervento: un'ora e mezza circa

Descrizione delle attività

- **"Dal campo alla tavola"**

conoscere il percorso di un alimento dal campo alla tavola, maturare riflessioni personali intorno alle tematiche relative agli alimenti, conoscere le differenze fra prodotti agro-alimentari tradizionali, prodotti a tutela, prodotti biologici, prodotti transgenici (OGM)

Destinatari: alunni delle classi terze della Scuola Secondaria; anno scolastico 2008/09

Durata del singolo intervento: un'ora circa

COMUNI DI ARENZANO E COGOLETO (1) **Assessorati alla Pubblica Istruzione**

Tipologia dell'intervento

Intervento sui ragazzi

Percorso didattico e laboratorio pratico con dimostrazioni culinarie da svolgere nel laboratorio cucina aventi finalità cognitive-comportamentali per rendere coscienti i bambini sui rischi di cattive abitudini alimentari. Attraverso la manipolazione degli alimenti, degli utensili e del materiale didattico si descrivono le corrette modalità del processo della preparazione del cibo

Operatori professionali coinvolti

Dietista Comunale Arenzano Sagita Bozic Tel. 010/9138234

Dietista Comunale Cogoleto Ivana Manfellotto Tel. 010/9170254

Descrizione dell'attività

“La panificazione” Parte teorica: i lieviti, i cereali (in particolare il frumento), la macinazione molitura, come si fa il pane, storia del pane nell'alimentazione, il pane in tavola, vari tipi di pane

Parte pratica nel refettorio: produzione del pane “dall'impasto alla cottura”

Destinatari alunni delle classi terze della Scuola Primaria; a.s. 2006/2007

Durata dell' intervento: due ore e mezza circa

Descrizione dell'attività

“Facciamo colazione a scuola”

Parte teorica: l'importanza della colazione come pasto indispensabile che, dopo il digiuno notturno, fornisce l'energia per affrontare bene la giornata

Parte pratica: Colazione a scuola. Vengono proposti vari alimenti che i ragazzi potranno scegliere per comporre in modo sano e corretto diverse tipologie di colazione (dolce o salata)

Destinatari alunni delle classi quarte della Scuola Primaria; a. s. 2007/2008

alunni delle classi prime della Scuola Secondaria; a. s. 2006/2007

Durata dell' intervento: due ore e mezza circa

Descrizione dell'attività

“Prepariamo un menu” Parte teorica: brevi nozioni sui nutrienti e gruppi alimentari; la corretta alimentazione, quantità di alimenti da distribuire nei vari pasti della giornata

Parte pratica: gruppi di lavoro per elaborazione di un menu', discussione. Il menù più indicato, scelto tra le varie classi, sarà inserito nel pasto scolastico da consumare insieme ai compagni

Destinatari alunni delle classi quinte della Scuola Primaria; a. s. 2008/2009

alunni delle classi seconde della Scuola Secondaria; a. s. 2007/2008

Durata dell'intervento: due ore

Descrizione dell'attività

“La coltivazione del buon orto” Si analizza con gli alunni come l'agricoltura possa diventare una risorsa da sfruttare in armonia con l'ambiente. Vengono trattati tutti i vari tipi di coltivazioni: tradizionale intensiva, lotta integrata, biologica e OGM; raccolta e trattamenti di conservazione degli alimenti. L' intervento vuole contribuire a formare consumatori capaci di guardare “dentro ai prodotti” senza accettare passivamente le offerte: consumatori consapevoli e capaci di scegliere secondo il loro interesse

Destinatari alunni delle classi terze della Scuola Secondaria; a. s. 2008/2009

Durata dell' intervento: due ore

COMUNI DI ARENZANO E COGOLETO (2) **Assessorati alla Pubblica Istruzione**

Tipologia dell'intervento

Intervento sulle famiglie

Percorso didattico e laboratorio pratico di cucina mirato alla preparazione di alcuni piatti inseriti nel menù delle mense scolastiche con l'utilizzo delle stesse ricette e materie prime. Attraverso la diretta preparazione si vuole far conoscere alle famiglie come vengono confezionati i pasti serviti giornalmente nelle mense scolastiche, i sani metodi di cottura e l'applicazione delle procedure igienico - sanitarie seguite dagli operatori delle aziende di ristorazione (autocontrollo e metodica HACCP). I laboratori di cucina si alternano ad incontri teorici tenuti dai dietisti dei comuni interessati e da un dietista di COOP Liguria con la finalità di fornire informazioni per migliorare le conoscenze in campo alimentare

Operatori professionali coinvolti

Dietista Comunale Arenzano Sagita Bozic
Dietista Comunale Cogoleto Ivana Manfellotto
Dietista Coop Liguria Giulietta Spadafora
Cuochi delle Aziende di Ristorazione dei Comuni di Cogoleto ed Arenzano
Docenti

Descrizione dell'attività

“Corso di cucina”

Laboratori pratici: preparazione all'interno delle cucine scolastiche di primi piatti, pietanze, contorni e dessert facenti parte del menù scolastico seguendo la metodica HACCP

Incontri teorici: trattazione di temi quali la sicurezza alimentare, l'alimentazione dell'età evolutiva, la lettura delle etichette, ecc

Destinatari: Genitori delle scuole dell'infanzia comunali e statali, genitori delle classi 1^a-2^a e 3^a della Scuola Primaria, genitori delle classi 1^a della Scuola Secondaria, rappresentanti delle commissioni mensa e docenti

Durata del singolo intervento: due ore circa

Tipologia dell'intervento

Intervento sulle famiglie

Descrizione dell'attività

“Sportello – centro d'ascolto per la prevenzione dell'obesità e dei disturbi alimentari” per i genitori di tutta la popolazione scolastica, anche per quella non compresa nel progetto, è prevista l'istituzione di uno sportello- centro d'ascolto, organizzato mensilmente a rotazione nelle diverse scuole di ciascun Comune, ove è possibile incontrare il nutrizionista ospedaliero e il dietista del comune di appartenenza per consulti nutrizionali

Destinatari tutti i genitori degli alunni degli Istituti Comprensivi di Arenzano e Cogoleto

Durata del singolo intervento: un'ora e mezzo circa

Tipologia dell'intervento

Intervento sulla popolazione

Incontri informativi per rendere il cittadino responsabile delle proprie scelte e indurlo a modifiche comportamentali favorevoli per la salute

Durata del singolo intervento: due ore circa

Operatori professionali coinvolti

Medico Nutrizionista Asl3 Dott.ssa Cinzia Salani
Dietista Comunale Arenzano Sagita Bozic
Dietista Comunale Cogoleto Ivana Manfellotto

COMUNE DI ARENZANO
**Assessorato alle Politiche attive nel
campo sociale**
tel 010 9138231

COMUNE DI COGOLETO
**Assessorato alla Pubblica Istruzione
e Servizi Sociali**
Tel. 010 9170254

Tipologia/obiettivo dell'intervento

Sensibilizzazione e prevenzione dei disturbi del comportamento alimentare. Supporto ai minori, alle famiglie e alle insegnanti nel caso di situazioni a rischio o di disagio conclamato

Operatori professionali coinvolti

Dott. Alberto Badano Psicologo

Dott. Sergio Sabatini Psicologo

Scuola Primaria

Descrizione dell'attività

- sostegno al minore e alla famiglia in situazioni di rischio di disturbo del comportamento alimentare o in situazioni di disturbo già evidenziato attraverso colloqui individuali presso il Distretto Sociale
- eventuali colloqui con il personale insegnante relativi a minori in situazioni di disagio

Destinatari: alunni delle classi 3[^] -4[^] -5[^]

Durata del singolo intervento: 1 ora circa

Descrizione dell'attività

- incontri pubblici presso la scuola sulla tematica dei disturbi del comportamento alimentare

Destinatari: le famiglie degli alunni

Durata del singolo intervento: 2 ore circa

Scuola Secondaria

Descrizione dell'attività

- sostegno al minore e alla famiglia in situazioni di rischio di disturbo del comportamento alimentare o in situazioni di disturbo già evidenziato attraverso colloqui individuali presso il Distretto Sociale
- eventuali colloqui con il personale insegnante relativi a minori in situazioni di disagio

Destinatari alunni delle classi 1[^] -2[^] -3[^]

Durata del singolo intervento: 1 ora circa

Descrizione dell'attività

- incontri pubblici presso la scuola sulla tematica dei disturbi del comportamento alimentare

Destinatari le famiglie degli alunni

Durata del singolo intervento: 2 ore circa

**Struttura Semplice di
Dietologia e Nutrizione Clinica**

Tel 010-6448581/ 6448597

**U.O Assistenza Consultoriale
Distretto Sanitario 8-
Medicina Preventiva di Comunità
e dell'età evolutiva**
Tel. 010- 6447912

Tipologia di intervento

Intervento sui ragazzi

Screening auxologico, monitoraggio delle abitudini alimentari e motorie di una popolazione scolare dei Comuni di Arenzano e Cogoleto

L'osservazione delle abitudini alimentari e dell'attività fisica, della familiarità per malattie metaboliche unitamente al rilevamento dei principali parametri antropometrici permettono il riconoscimento di situazioni a rischio di disturbi nutrizionali in una popolazione di ragazzi che in questo delicato momento dello sviluppo psicofisico risultano ampiamente esposti e recettivi ai messaggi consumistici dei media e tendono ad identificarsi in alcuni stereotipi della pubblicità

Operatori professionali coinvolti

per S.S. di Dietologia e Nutrizione Clinica

Dott.ssa Cinzia Salani

per il Servizio di U.O.Assistenza Consultoriale
Distr.Sanitario 8- Medicina Preventiva di
Comunità e dell'età Evolutiva
Scuole di Cogoleto

Dott.ssa Grazia Cavallero
Dott.ssa M. Antonietta Ghidoni
Assist. Sanit. Roberta Incerti

per il Servizio di U.O.Assistenza Consultoriale
Distr.Sanitario 8- Medicina Preventiva di
Comunità e dell'età Evolutiva
Scuole di Arenzano

Dott.ssa Lucia Berta
Dott.ssa M. Antonietta Ghidoni
Assist. Sanit. Francesca Parrotta

Descrizione dell' attività

- In una scheda progettata e condivisa dal team vengono rilevati da parte del Medico Scolastico e dell'Assistente Sanitaria dati riguardanti la composizione familiare , l'attività lavorativa genitoriale, l'individuazione delle persone responsabili delle scelte alimentari all'interno del nucleo domestico, la familiarità per patologie metaboliche seguita dalla raccolta dei principali parametri antropometrici
- Le notizie di carattere comportamentale come la composizione dei singoli pasti e fuoripasto, indicazioni generiche sull' attività motoria praticata, spontanea od organizzata, le ore trascorse davanti alla TV o dedicate ad attività ludiche sedentarie vengono raccolte nell'area questionario che lo scolaro compila insieme ai famigliari a inizio e fine progetto
Questi elaborati, oltre che costituire spunti di riflessione e discussione con i docenti, diventano strumento conoscitivo per organizzare interventi mirati da parte degli specialisti (nutrizionista, medico sportivo, medico scolastico, psicologo, dietisti). Alla fine del progetto la disamina dei dati consentirà di valutare se gli interventi mirati a ridurre i comportamenti sedentari e a migliorare l'alimentazione dei ragazzi, osservati nel triennio, abbiano mostrato una certa efficacia

- Il rilevamento di peso, altezza, BMI e pressione arteriosa unitamente alle abitudini alimentari del questionario servono a individuare negli alunni situazioni a rischio da sottoporre all'attenzione del Nutrizionista Ospedaliero. Questi può organizzare attività di counselling o approccio dietoterapico mirato e nel caso l'alunno fruisca della mensa scolastica, affidarlo all'attenzione del dietista responsabile della refezione scolastica
Per indicazioni individuali relative all'attività motoria viene consultato il Medico dello Sport che procede con la presa in carico del pz.; analogamente per i disturbi del comportamento alimentare viene attivato un percorso che coinvolge gli Specialisti di quella disciplina

Per patologia complessa o quando si intravedano condizioni che necessitino di accertamenti particolari viene inoltrata segnalazione al Medico di famiglia che valuterà il percorso più adatto per il proprio pz.

Ogni accertamento sanitario viene effettuato tramite consenso e coinvolgimento della famiglia e del curante, precedentemente informati sulla descrizione del progetto

Destinatari:	alunni delle classi terze della Scuola Primaria	a.s. 2006/07
	alunni delle classi quarte della Scuola Primaria	a.s. 2007/08
	alunni delle classi quinte della Scuola Primaria	a.s. 2008/09
	alunni delle classi prime della Scuola Secondaria	a.s. 2006/07
	alunni delle classi seconde della Scuola Secondaria	a.s. 2007/08
	alunni delle classi terze della Scuola Secondaria	a.s. 2008/09

Tipologia di intervento

Intervento sulla famiglia

“Sportello – centro d’ascolto per la prevenzione dell’obesità e dei disturbi alimentari”
allargato ai genitori di tutta la popolazione scolastica, anche quella non compresa nel progetto, organizzato mensilmente a rotazione nelle diverse scuole di ciascun Comune, ove è possibile incontrare il Nutrizionista Ospedaliero e il Dietista del Comune di appartenenza per consulti nutrizionali

Destinatari tutti i genitori degli alunni degli Istituti Comprensivi di Arenzano e Cogoleto

Durata del singolo intervento: un’ora e mezzo circa

Tipologia dell’intervento

Intervento sulla popolazione

Incontri informativi per rendere il cittadino responsabile delle proprie scelte e indurlo a modifiche comportamentali favorevoli per la salute, in collaborazione con i Dietisti del Comune di Arenzano e Cogoleto

Durata del singolo intervento: due ore circa

ASL 3 Genovese - U.O. Assistenza Consultoriale Distretto 8 Medicina Preventivadi Comunità e dell'età Evolutiva	ASL 3 Genovese - Struttura Semplice di Dietologia e Nutrizione Clinica
--	--

Il Servizio di Medicina Scolastica e di Dietologia e Nutrizione Clinica dell'ASL 3 Genovese organizzano uno screening rivolto ai bambini delle scuole elementari e medie

Per attuare lo screening e rendere gli interventi degli operatori più mirati è indispensabile la collaborazione della famiglia e una certa precisione nella compilazione dei dati richiesti.

(I dati raccolti saranno utilizzati per uso clinico ed educativo e protetti dalla legge sulla privacy n° 196 del 30/06/2003)

SCHEDA DI ANAMNESI FAMILIARE, PERSONALE, PATOLOGICA E ALIMENTARE

NOME _____ COGNOME _____ ETA' _____
M _____ F _____ SCUOLA _____ CLASSE _____
ABITAZIONE / VIA – PIAZZA _____
LOCALITA' _____ TELEFONO _____

Da compilarsi a cura della Medicina Scolastica

H cm _____ Peso Kg _____ P. A. _____
Centili _____ Centili _____

INTOLLERANZE ALIMENTARI DIAGNOSTICATE _____

N° COMPONENTI FAMIGLIA _____

ATTIVITA' LAVORATIVA PADRE _____ MADRE _____

FAMILIARITA' PER MALATTIE METABOLICHE:

OBESITA' _____ IPERTENSIONE _____ DIABETE _____ DISLIPIDEMIE _____ M. CARDIOVASCOLARI _____

RESPONSABILE SCELTE ALIMENTARI:

MAMMA _____ PAPA' _____ ALTRI _____
ORE/DIE DAVANTI ALLA TV _____ COMPUTER _____ GAME BOY _____

SPORT PRATICATO _____ ORE SETTIMAN. _____
PRATICHI SPORT CON PIACERE _____ SI' _____ NO _____

COMPOSIZIONE DEI PASTI PRINCIPALI:

La mattina fai colazione?

- No Si A casa
 Al bar
 A scuola
 Per strada

Che tipo di colazione consumi la mattina?

- Latte o thè e cereali, pane, biscotti
 Merendina, focaccia, ecc.
 Poco o nulla ma seguita da abbondante spuntino a metà mattino
 Altro

Quale spuntino assumi a metà mattina?

- Panino merendina
 Focaccia frutta
 Brioches altro

Dove mangi a pranzo?

- A mensa, quante volte? _____
 A casa

Solitamente cosa mangi a pranzo?

- Primo piatto
 Pietanza
 . carne, n° volte a settimana ___
 . pesce “ ___
 . salumi e insaccati “ ___
 . frittate sformati tortini “ ___
 . uova “ ___
 . formaggi “ ___
 Contorno
 . verdura, n° volte a settimana ___
 . patate ___
 Frutta n° volte a settimana ___
 Pane
 Altro

Solitamente cosa mangi a cena?

- Primo piatto
 Pietanza
 . carne, n° volte a settimana ___
 . pesce “ ___
 . salumi e insaccati “ ___
 . frittate sformati tortini “ ___
 . uova “ ___
 . formaggi “ ___
 Contorno
 . verdura, n° volte a settimana ___
 . patate “ ___
 Frutta “ ___
 Pane “ ___
 Altro “ ___

Che spuntino consumi più spesso di pomeriggio?

- Panino
 Brioche
 Focaccia
 Frutta
 Merendina
 Altro

Consumi bibite nella giornata?

- SI quante volte? ___
 No
 Saltuariamente (1-2-volte/settimana)

Per il genitore**Secondo lei qual è la merenda ideale per suo figlio?**

- Merendine Yogurt
 Frutta Torte fatte in casa
 Latte e biscotti Focaccia
 Panino Altro

Qual è la merenda più richiesta da suo figlio?

- Merendine Yogurt
 Frutta Torte fatte in casa
 Latte e biscotti Focaccia
 Panino Altro

Con quali criteri sceglie i pasti per suo figlio?

- Guardo con attenzione la data di scadenza dei prodotti
 Controllo le etichette con i valori nutrizionali
 Non controllo nulla, ma cerco di preparare pranzi e cene sani
 Cerco di preparare tutto in casa
 Mi affido alla pubblicità

Secondo lei la pubblicità influisce sulle scelte alimentari di suo figlio

- Si No A volte

Autorizzo lo screening e l'utilizzo dei dati personali in base alla legge sulla privacy n° 196 del 30/06/2003) SI NO

firma del genitore o di chi ne fa le veci

Grazie per l'attenzione

ASL3
U.O. MEDICINA DELLO SPORT
 Tel.010 3446-430/427/444

Tipologia obiettivo dell'intervento

Gli incontri hanno la finalità di indurre i ragazzi ad incrementare l'attività fisica e a facilitare lo svolgimento di attività sportive, di trattare il rapporto che ci deve essere tra lo sport e l'alimentazione, le eventuali correzioni qualitative e quantitative.

Riscontro indiretto successivo sull'esito della formazione per eventuali interventi mirati

Operatori professionali coinvolti

Dott. Mauro Ferrari

Dott. Pasquale Greco

Descrizione dell'attività

- **“Incontro con il campione”**

Incontro con un atleta di interesse nazionale “il Campione” per meglio far comprendere ai ragazzi cosa questo comporti effettivamente relativamente allo stile di vita

Destinatari: alunni delle classi prime, seconde e terze della Scuola Secondaria, a.s. 2006/07

Durata del singolo intervento: due ore circa

- **Consulenze mediche**

Destinatari: alunni delle classi prime (a.s. 2006/07), delle classi seconde (a.s. 2007/08), delle classi terze (a.s. 2008/09) della Scuola Secondaria
operatori interessati e coinvolti nell'educazione sportiva degli alunni

Descrizione dell'attività

Incontro annuale con i ragazzi per trattare tematiche relative alle singole attività sportive, ai sistemi energetici, all'alimentazione nelle specifiche discipline sportive, all'utilizzo proprio e improprio di integratori e ai rischi connessi con il “doping” inteso come cultura stile di vita “dipendenza”

- **“Il cibo e lo sport”**

Destinatari: alunni delle classi prime della Scuola Secondaria; a. s. 2006/07

Durata del singolo intervento: un'ora circa

- **“Gli integratori nello sport”**

Destinatari:alunni delle classi seconde della Scuola Secondaria; a.s. 2007/08

Durata del singolo intervento: un'ora circa

- **“Doping e sport”**

Destinatari: alunni delle classi terze della Scuola Secondaria; a.s. 2008/09

Durata del singolo intervento: un'ora circa

MUVITA srl –Agenzia Provinciale per l’Ambiente, l’Energia e l’Innovazione

Tel. 010 910001

Tipologia dell’intervento o obiettivo dell’intervento

Il percorso didattico proposto, tra attività pratiche ed esperienze di laboratorio, offre una vasta ed interessante panoramica sul tema a partire dalla chimica degli alimenti, dalla loro certificazione, dall’individuazione delle frodi e delle adulterazioni per giungere alla definizione delle metodologie agricole ed industriali in campo alimentare con particolare riferimento agli alimenti geneticamente modificati. I segreti e le proprietà degli alimenti diventeranno occasione di divertimento a favore di una maggiore consapevolezza futura.

Operatori professionali coinvolti

Barbara Delucchi – collaboratrice Muvita
Carmen Giordano – collaboratrice Muvita
Paola Roba – collaboratrice Muvita
Tatiana Parodi – collaboratrice Muvita

Descrizione dell’attività

- Osservazione al microscopio di cellule vegetali e lieviti ed esecuzione di un test colorimetrico per la determinazione della presenza di amido in alcuni alimenti

Destinatari: alunni delle classi terze della Scuola Primaria e delle classi prime della Scuola Secondaria; a.s. 2006/07

Durata del singolo laboratorio: un’ora

Descrizione dell’attività

- Ricerca della presenza di coloranti artificiali in bevande analcoliche attraverso una metodologia semplice ed efficace ed esecuzione di un test colorimetrico per la determinazione della presenza di vitamina C in succhi di frutta, bevande gasate e simili

Destinatari: alunni delle classi quarte della Scuola Primaria e delle classi seconde della Scuola Secondaria; a. s. 2007/08

Durata del singolo laboratorio: un’ora

Descrizione dell’attività

- Esecuzione di un test colorimetrico per la determinazione della presenza di proteine nel latte ed esecuzione di un test per la determinazione della presenza degli zuccheri su reattivi puri e su alimenti

Destinatari: alunni delle classi quinte della Scuola Primaria; a. s. 2008/09

Durata del singolo laboratorio: un’ora

Descrizione dell’attività

- Estrazione del DNA della cipolla e del pomodoro mediante l’impiego di reattivi che non presentano alcun grado di pericolosità

Destinatari: alunni delle classi terze della Scuola Secondaria; a. s. 2008/09

Durata del singolo laboratorio: un’ora

COOP LIGURIA- Centro Orientamento Consumi (1)

Tel. 010 6531848

Tipologia dell'intervento

Percorso didattico pratico-teorico, per accrescere una maggiore consapevolezza nelle scelte alimentari, dare valore alla propria tradizione culinaria, vivere il pasto come momento importante ove il cibo è apportatore di salute e piacere

Operatori professionali coinvolti

Giulietta Spadafora – dietista

Interventi sui ragazzi

Descrizione dell'attività

- **“Buon Campo non mente”**

Attività incentrata sul rapporto dell'uomo con la natura per conoscere i cicli biologici alla base della produzione di frutta e verdura

Accoglienza, descrizione dei vari paesaggi agricoli nei vari periodi della storia, visita guidata nel supermercato per osservare e riconoscere prodotti da agricoltura biologica da prodotti da agricoltura intensiva

Destinatari alunni delle classi terze della Scuola Primaria; a.s. 2006/07

Durata del singolo laboratorio: un'ora e mezza circa

Descrizione dell'attività

- **“Caccia alla merenda”**

Pubblicità, immagini, stereotipi e appetibilità viaggiano paralleli al consumo di snack, stimolando negli adolescenti un uso/abuso dei fuori pasto

Destinatari alunni delle classi prime della Scuola Secondaria; a.s. 2006/2007

Durata del singolo laboratorio: due ore

Descrizione dell'attività

- **“Occhio all'etichetta”**

Percorso sotto la guida di una dietista che permetterà di analizzare prodotti alimentari confezionati di varie tipologie, in particolare bevande e merendine. Accoglienza, descrizione dettagliata di un'etichetta, valutazione della chiarezza e completezza delle informazioni riportate, spesa simulata nel supermercato con consegne mirate

Destinatari alunni delle classi quarte della Scuola Primaria; a. s. 2007/08

alunni delle classi seconde della Scuola Secondaria; a. s.2007/08

Durata del singolo laboratorio: un'ora e mezza circa

Descrizione dell'attività

- **“Tutti i gusti sono giusti”**

I gusti alimentari sono il frutto dell'interazione di un popolo con il proprio ambiente, il risultato di tradizioni secolari, di culture, di religioni molto diverse tra di loro. L'iniziativa ha lo scopo di far conoscere queste differenze e abbattere alcuni pregiudizi

Destinatari alunni delle classi quinte della Scuola primaria; a.s. 2008/09

Durata del singolo laboratorio: un'ora e mezza circa

COOP LIGURIA- Centro Orientamento Consumi (2)

Tel. 010 6531848

Descrizione dell'attività

- **“Biotecnologie, geni in comune”**

La tecnologia genetica è oggetto di scontri di opinioni sempre più accesi, basati spesso su notizie scandalistiche piuttosto che su dati di fatto. L'incontro vuole fornire informazioni basi sulle biotecnologie e sulle loro applicazioni in campo agroalimentare, evidenziando i possibili vantaggi e gli eventuali rischi

Destinatari alunni delle classi terze della Scuola Secondaria; a. s. 2008/2009

Durata del singolo laboratorio: due ore

Interventi sulle famiglie

Descrizione dell'attività

- **Progetto “A TAVOLA”, corso per le famiglie articolato in 4 incontri teorici**

Vedere il cibo attraverso la conoscenza degli ingredienti, acquisire informazioni nutrizionali, leggere le etichette, scoprire i segreti del gusto in cucina, sono i temi che si andranno a sviluppare durante gli incontri

Destinatari: mamme, papà, nonni..

Durata del singolo laboratorio: due ore

UISP COMITATO PROVINCIALE DI GENOVA

Tipologia dell'intervento

In considerazione della complessità strutturale del progetto (temi, obiettivi e modalità) si prevede un piano di azione su base annuale, coincidente con l'anno scolastico 2008/2009, le cui linee di intervento si possono sintetizzare come segue:

- una, rivolta ai bambini ed alle loro principali agenzie educative (famiglia, scuola), tramite una campagna di comunicazione sociale volta a promuovere stili di vita attivi e consapevoli, coinvolgendo i bambini della scuola primaria di Arenzano e Cogoleto, le loro famiglie ed i loro insegnanti, attraverso laboratori, animazioni e percorsi didattici incentrati sull'educazione motoria (non disgiunta dalla corretta alimentazione, tema sviluppato in via principale da altri soggetti della rete), per dimostrare che il primo passo verso il benessere e la salute è combattere la sedentarietà e promuovere il movimento, il gioco, la creazione di spazi di attività fisica quotidiani; in questa fase verranno utilizzati i materiali interattivi del progetto "Diamoci una Mossa", diari, guide per genitori ed insegnanti e poster componibile da affiggere in ogni classe;

- l'altra, rivolta al tessuto delle associazioni sportive UISP dei due Comuni, in particolar modo a giovani, dirigenti e tecnici, tramite specifici percorsi formativi atti a rendere quest'ambito più accogliente, inclusivo e tecnicamente preparato rispetto ad una nuova modalità di praticare sport, più attenta al benessere psicofisico che alla prestazione, antepoendo la persona al risultato; un ambito sensibile agli aspetti di socialità, relazione ed inclusione;

Operatori professionali coinvolti

Coordinatore provinciale Area Infanzia UISP

Area Infanzia e Diritti Sociali

Coordinatore provinciale Leghe di Specialità

Operatori ed educatori sportivi dell'Area Infanzia UISP

Istruttori sportivi delle Associazioni UISP di Arenzano e Cogoleto

Fabrizio de Meo

Tommaso Ricci

Tommaso Bisio