



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 2012-013 2013-014 2014-015)

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.

Secondo lo studio "Okkio alla salute" In Italia nel 2008 il 24% dei bambini di 8-9 anni è sovrappeso e il 12% è obeso con punte più elevate nel sud del Paese (in Campania il 28% è sovrappeso e il 21% è obeso). L'indagine del 2010 conferma i dati di prevalenza del 2008, con una percentuale di sovrappeso e obesità rispettivamente del 23% e 11%. 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 in cui i ragazzi delle quinte della Scuola Primaria sono stati coinvolti per un intero anno scolastico (a.s. 2000-01 e a.s. 2001-02) gli operatori hanno voluto superare la temporaneità degli interventi organizzando un programma longitudinale della durata di tre anni sugli stessi bambini in modo da operare continui rinforzi da più parti. Conseguentemente i percorsi attivati sono stati:

➤ triennio 2002-03 2003-04 2004-05:

- bambini dell'ultimo anno delle scuole materne pubbliche e private (a.s. 2002-03), seguiti negli a.s. 2003-04 e 04-05 rispettivamente in prima e seconda della Primaria
- alunni della terza della Primaria (a.s. 2002-03) seguiti negli anni 2003-04 e 04-05 rispettivamente in quarta e quinta

Il progetto è stato inserito nel Piano Regionale di Prevenzione

➤ triennio 2006-07 2007-08 2008-09:

- alunni delle terze classi della Scuola Primaria seguiti negli a.s. 2007-08 e 2008-09 in quarta e quinta
- alunni delle prime classi della Scuola Secondaria seguiti negli a.s. 2007-08 e 2008-09 in seconda e terza

Il progetto è stato inserito tra le “Esperienze intersettoriali delle Comunità locali per Guadagnare salute” affidato al Foromez dal CCM (Centro Nazionale per la Prevenzione e il Controllo delle Malattie) del Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali ed ha vinto il premio “Buone pratiche per guadagnare salute” assegnato a Roma il 12 maggio 2009 al convegno dell'innovazione nella Pubblica Amministrazione e nei sistemi territoriali “Forum PA 2009”

I dati raccolti sono stati confrontati con un gruppo controllo di ragazzi non sottoposti al programma educativo e descritti nel “report di attività per gli anni scolastici 2006-07, 2007-08, 2008-09”

➤ triennio 2009-10 2010-11 2011-12 :

- alunni delle terze classi della Scuola Primaria seguiti dall'a.s. 2010-11 e 2011-12 in quarta e quinta
- alunni delle prime classi della Scuola Secondaria seguiti negli a.s. 2010-11 e 2011-12 in seconda e terza (già aderenti al programma nel triennio precedente quando frequentavano la Scuola Primaria **SEI anni di percorso educativo**)

➤ triennio 2012-13 2013-14 2014-15 :

Il team dei tecnici, sostenuti dall'alta valenza educativa riconosciuta al Progetto, vagliati e discussi i dati emersi dalle esperienze, le proposte e le osservazioni, ha ritenuto opportuno, passare dalla “fase di sperimentazione” a quella di “consolidamento”.

Essendo il Progetto inserito nei POF d'Istituto, da quest'anno, si è deciso di proporlo all'attenzione delle insegnanti di tutte le classi TERZE PRIMARIA E PRIME SECONDARIA, alle quali sono stati esplicitati le tematiche, gli interventi e le attività dei laboratori e così sarà per i prossimi due anni scolastici.

I docenti che hanno aderito al Progetto inseriranno il Progetto nella Programmazione di classe, svilupperanno il percorso per tre anni, con il supporto e l'interazione degli esperti.

SCHEMA anni scolastici/classi partecipanti			
ANNO	2012/2013	2013/2014	2014/2015
CLASSI	3 primaria I / II / III secondaria	3 / 4 primaria I / II / III secondaria	3 / 4 / 5 primaria I / II / III secondaria

I ragazzi della Scuola Secondaria erano già aderenti al programma educativo nel triennio precedente quando frequentavano la scuola Primaria (**SEI anni di percorso educativo**)

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.

La Coop Liguria e il Muvita Science Center 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 preconcetto 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. Il Sert interviene su famiglie e operatori del team per diffondere proposte finalizzate alla prevenzione del consumo di alcool negli adolescenti che sempre di più tendono ad attribuire al bere un valore comportamentale in funzione degli effetti che esso è in grado di esercitare sulle performance personali

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 , 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.

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 o un sostituto designato dal Comune

Comune di Cogoleto- Settore Pubblica Istruzione e Servizi Sociali

Dietista Ivana Manfellotto
Psicologo Dr. Sergio Sabatini

ASL 3 Genovese

S.S. di Dietologia e Nutrizione Clinica

Dr. Cinzia Salani

S.C. Area 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

S.C. SERT PONENTE
SERT Voltri

Dr. Paolo Drocchi
Assist Sociale: Damiana Priano

Scuole degli Istituti Comprensivi di Arenzano

Preside e Corpo docente;
Ref alla salute: Insegn. A. Clelia Ferrando

Scuole degli Istituti Comprensivi di Cogoleto

Preside e Corpo docente;
Ref alla salute: Insegn. Angelina Paolucci
Insegn. Claudia Isidori

Muvita Science Center

Dr. Paola Roba

Coop Liguria
Centro Orientamento ai consumi

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 010-849 8581/8597

dietista Ivana Manfellotto tel 010-9170254

dietista Sagita Bozic tel 010-9138234

aggiornato febbraio 2013