



**NUTRIZIONE, STILI DI VITA, RISTORAZIONE SCOLASTICA:
ISTITUZIONI A CONFRONTO PER PROMUOVERE BENESSERE**

20 Maggio 2006

LA SCUOLA E LA RISTORAZIONE SCOLASTICA



S. Bernasconi , L. Garini

Clinica Pediatrica
Dipartimento Materno-Infantile
Azienda Ospedaliero-Universitaria
PARMA



Prevenzione dell'obesità

1. aumentare le conoscenze in campo nutrizionale e modificare le abitudini alimentari scorrette (interventi nella scuola)
2. incrementare l'attività fisica
3. introdurre modificazioni del comportamento (stile di vita)

Obesity in children and young people: a crisis in public health

T. Lobstein, L. Baur and R. Uauy for the IASO International Obesity TaskForce

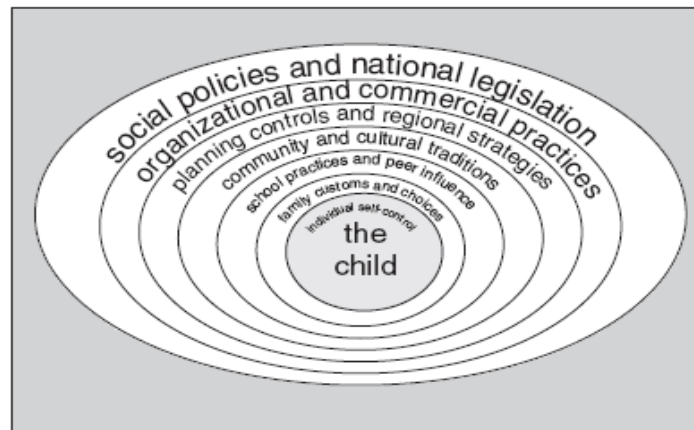


Figure 2 The opportunities for influencing a child's environment.

A common sense approach to prevention and treatment of childhood obesity (Lancet 2002) (1)

CASA

alimentazione corretta

attività fisica

limitazione nell'uso della televisione

A common sense approach to prevention and treatment of childhood obesity (Lancet 2002) (2)

URBANISTICA

proteggere gli spazi liberi e aperti
costruire marciapiedi, piste ciclabili, parchi, campi
gioco e zone pedonali

MARKETING E MEDIA

tasse aggiuntive su fast food e soft drinks
sostegno ai cibi validi (frutta e verdura)
etichetta nutrizionale sui cibi impacchettati
proibizione di pubblicità di cibi diretta ai bambini
aumento dei fondi per le campagne per la
prevenzione dell'obesità

A common sense approach to prevention and treatment of childhood obesity (Lancet 2002) (3)

SCUOLA

attività fisica obbligatoria

standard precisi per i pasti

eliminazione di snacks e bibite nutrizionalmente scorrette dai distributori automatici e sostituzione con alimenti adeguati

Healthy school nutrition environment: *COMPONENTS*

1. A commitment to nutrition and physical activity
2. Quality school meals
3. Other healthy food options
4. Pleasant eating experience
5. Nutrition education

1. A commitment to nutrition and physical activity

Inserimento nei programmi scolastici di educazione alimentare ed educazione fisica

Supporto delle autorità amministrative

Collaborazione tra insegnanti, studenti e famiglie

Coinvolgimento diretto dei servizi di ristorazione



2. Quality school meals

Offerta a scuola di pranzo, colazione e spuntini

- accessibili a tutti gli studenti
- gradevoli
- preparati con materie prime sicure
- da personale addestrato
- conformemente alle linee guida per una sana alimentazione
- nel rispetto delle stagioni, delle tradizioni locali e delle diversità
- integrantisi con i pasti consumati a casa

3. Other healthy food options

Attenzione ai cibi e alle bevande vendute o consumate a scuola al di fuori dei pasti: competendo con i pasti corretti dal punto di vista nutrizionale serviti a scuola, minano i contenuti dell'educazione nutrizionale.



4. Pleasant eating experience

Il pasto a scuola: non solo modello di corretta alimentazione ma anche momento di educazione al gusto ed opportunità di comunicazione e socializzazione



5. Nutrition education

Integrazione di lezioni teoriche ed esperienze pratiche per determinare il comportamento alimentare:

- Coinvolgimento di diverse discipline scolastiche
- Percorsi educativi nelle fattorie didattiche
- Percorsi conoscitivi nelle fattorie aperte
- Laboratori del gusto e di cucina
- Occasioni di consumo a scuola

Prevenzione dell'obesità

There is no evidence about the detail of *how, when and what behaviour modification approaches* should be used for childhood and adolescent obesity.

Raccomandazioni

Occorrono ulteriori ricerche che approfondiscano:

- Le determinanti psicosociali per i cambiamenti delle abitudini familiari
- Le strategie per migliorare l'interazione medico-famiglia-paziente
- I costi effettivi dei programmi per la prevenzione primaria



**Prevenzione
primaria**

**Prevenzione
secondaria**

**Prevenzione
terziaria**

Periodi critici per l'insorgenza di obesità

Fetal life

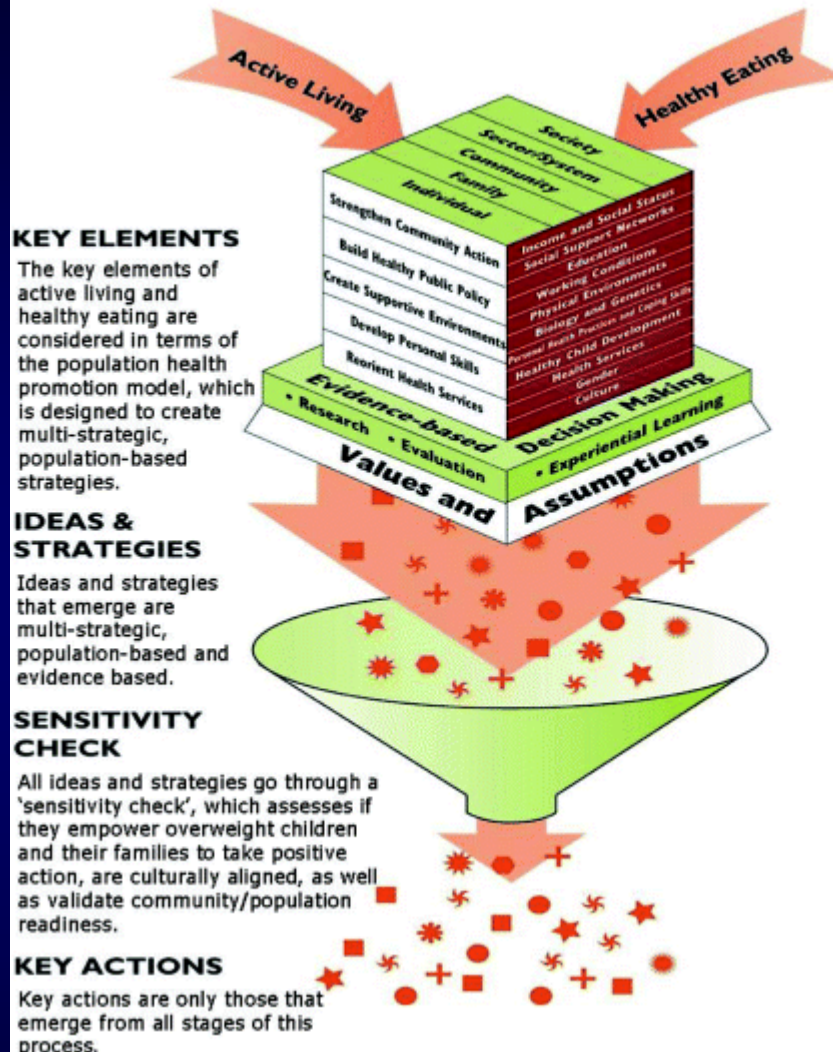
First year of life

Age of "adiposity rebound"

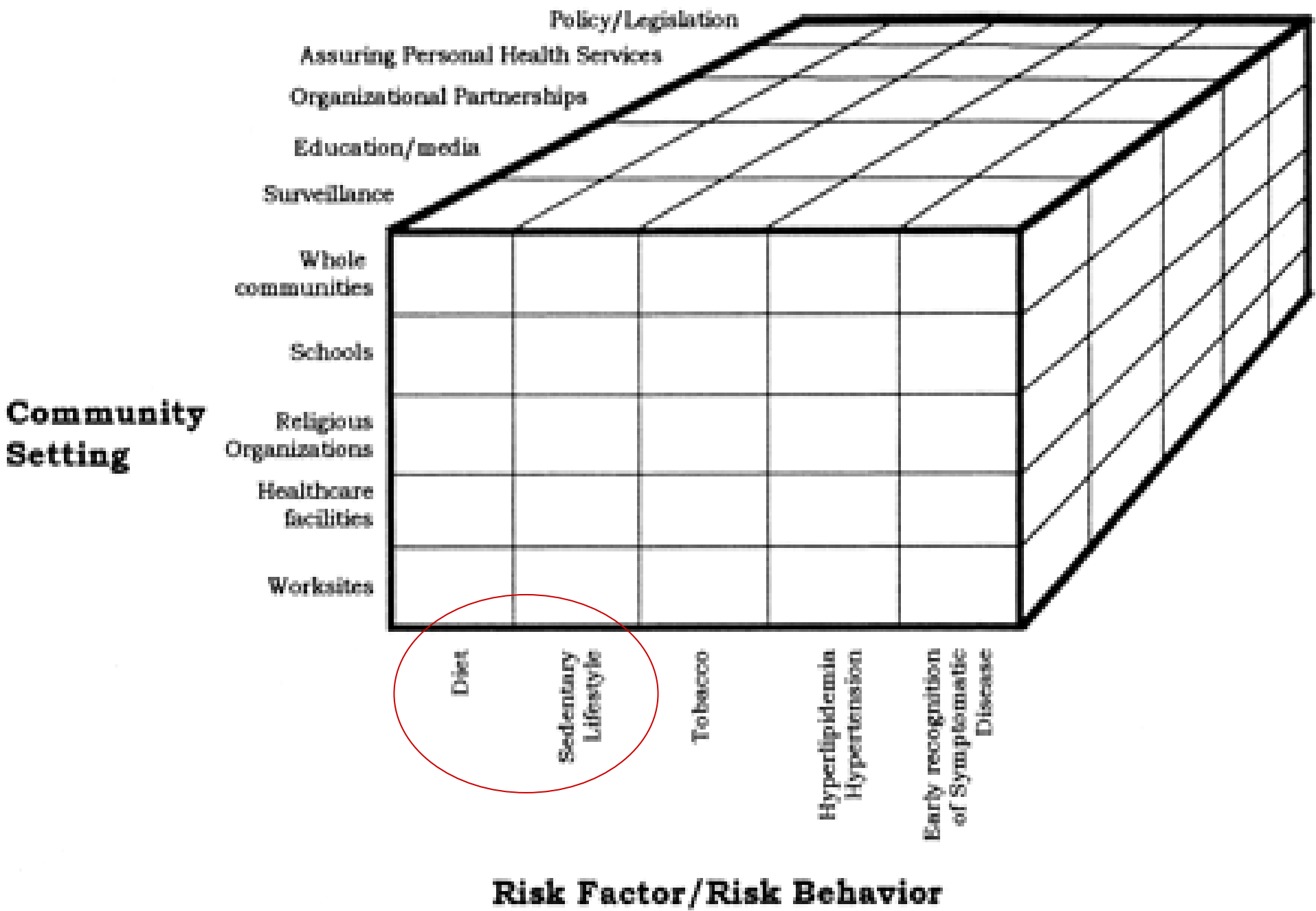
Puberty

Dietz W.H. (1994)

Community Prevention of Obesity



Essential Public Health Services





PREVENZIONE PRIMARIA: *Improving the school nutrition environment*

A healthy school nutrition environment gives student consistent, reliable health information and ample opportunity to use it.

For example, in a healthy environment:

The classroom, the school dining room, and other school activities provide *clear and consistent* messages that explain and reinforce healthy eating and physical habits

Students learn to make healthy lifestyle choices not only in the classroom and the school dining room, but also at class parties, sports events – wherever they are throughout the school day

Students have many opportunities to practice healthy habits. They can choose from an array of healthy food options, eat in relaxed and comfortable surroundings, and enjoy daily physical activity.

www.fns.usda.gov/tn,

Changing the Scene: Improving the School Nutrition Environment--A Guide to Local Action, 2000

The schools and the community have a shared responsibility to provide all students with access to high-quality foods and school-based nutrition services as an integral part of the total education program.

Educational goals should be supported and extended through school district wellness policies that create overall school environments that promote access to healthful school meals and physical activity and provide learning experiences that enable students to develop healthful eating habits.