

PRIMI 1000 GIORNI ...A TAVOLA

TEMA DI SALUTE: Alimentazione

DESTINATARI: Asili nido comunali e privati, Baby parking e Servizi per l'infanzia

AREA: tutti i distretti scolastici

SERVIZIO RESPONSABILE SC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

REFERENTE DI PROGETTO: dr. Pietro Luigi Devalle

Razionale

I primi mille giorni di vita sono un periodo cruciale per la salute del bambino e dell'adulto che diventerà. Creare un ambiente che favorisca uno sviluppo armonico e sano in questa fase della vita è quindi un potente investimento in salute pubblica, come viene anche sostenuto nel Documento dell'ISS "Investire precocemente in salute: azioni e strategie nei primi mille giorni di vita".

L'instaurarsi delle abitudini alimentari avviene molto precocemente ed è quindi importante, partire con "il piede giusto": è infatti più facile proporre fin da subito abitudini corrette, magari cogliendo l'occasione per modificare anche quelle famigliari in senso più salutare, piuttosto che dover correggere in futuro comportamenti ormai radicati.

Per quanto riguarda l'educazione alimentare, in questa fase della vita riguarda l'importanza dell'allattamento al seno, le modalità di un corretto avvio all'alimentazione complementare e i principi per una sana alimentazione basata sul modello mediterraneo.

Supportare i genitori nel nutrire al meglio i propri figli è un compito delicato, da portare avanti destreggiandosi in un contesto di infodemia, che spesso porta (paradossalmente) a disinformazione. Un punto di riferimento importante per le famiglie è la figura dell'insegnante/ educatore di nido o dei servizi per la prima infanzia. Formare adeguatamente questa figura a rispondere ai dubbi dei genitori in materia di alimentazione del bambino è un'azione chiave per combattere la disinformazione e favorire lo sviluppo in salute

OBIETTIVI

- Trasmettere informazioni corrette ai genitori in merito all'alimentazione nei primi mille giorni, valorizzando il ruolo delle figure educative di quella fascia di età
- Aumento delle conoscenze dei professionisti coinvolti in merito all'alimentazione nei primi mille giorni di vita, al termine dell'evento formativo previsto

METODOLOGIA

Si prevede un evento formativo in modalità online il **19 gennaio 2023**, della durata di circa 2 ore in **orario 16.30-18.30**, rivolto a insegnanti ed educatori operanti nei nidi e servizi per la prima infanzia. Durante l'incontro, a cura del personale ASL, si affronteranno i seguenti temi:

- Alimentazione nella prima infanzia: falsi miti e fonti attendibili di informazioni
- Come orientarsi nella scelta: strumenti a disposizione dei genitori
- Taglio sicuro degli alimenti

Ci si propone di fornire agli operatori gli strumenti necessari a individuare le informazioni corrette, attraverso competenze chiave quali la lettura delle etichette, l'interpretazione delle linee guida, la familiarizzazione con le porzioni consigliate e con le indicazioni delle società scientifiche nazionali e internazionali in merito a sana alimentazione nella prima infanzia e all'attività fisica.

Varrà dedicato uno spazio anche al confronto e al dibattito, con risposte alle domande dei partecipanti e raccolta di eventuali bisogni formativi.

MODALITA' E TEMPI di ADESIONE della SCUOLA

Compilare il modulo reperibile alla pagina <http://www2.aslcn1.it/prevenzione/educazione-alla-salute/scuole/>

RECAPITI CONTATTI

Maria Elena Sacchi, dietista

tel. 0172 699263

email mariaelena.sacchi@aslcn1.it

Paola Rapalino, dietista

tel. 0174 676148

email paola.rapalino@aslcn1.it