

*VALUTAZIONE DELL'IMPATTO
DELLE ATTIVITA' DI PROMOZIONE DI SANE ABITUDINI ALIMENTARI*

RILEVAZIONE DEI CONSUMI DI META' MATTINA

Ogni anno viene proposto a tutte le scuole che collaborano o hanno collaborato con il SIAN ad attività di promozione di corrette abitudini alimentari, una scheda di rilevazione dei consumi di emtà mattina, per valutare l'impatto delle iniziative portate avanti con la scuola sul tema.

La rilevazione avviene in 3 tempi ad opera degli insegnanti addestrati: a novembre, febbraio e aprile sia per un giorno casuale che per un giorno della frutta (vedi scheda rilevazione allegata).

In tutte le classi che hanno compilato la scheda, le insegnanti hanno effettuato attività didattiche sulla corretta alimentazione, più o meno continuative o articolate. Tutte hanno almeno promosso il giorno della frutta o fatto qualche azione di sensibilizzazione al consumo di frutta.

In molte scuole è stato adottato il giorno della frutta. Molte insegnanti propongono ai loro allievi attività di educazione alla corretta alimentazione (tema presente nel curriculum scolastico), ma non aderiscono alla rilevazione, fatta su base volontaristica.

Qui di seguito la sintesi dei risultati della rilevazione negli ultimi 5 anni scolastici.

ANNO SCOLASTICO 07-08

N° scuole: 29

N° classi: 143, di cui 119 delle elementari (83.2%) e 24 delle medie (16.8%)

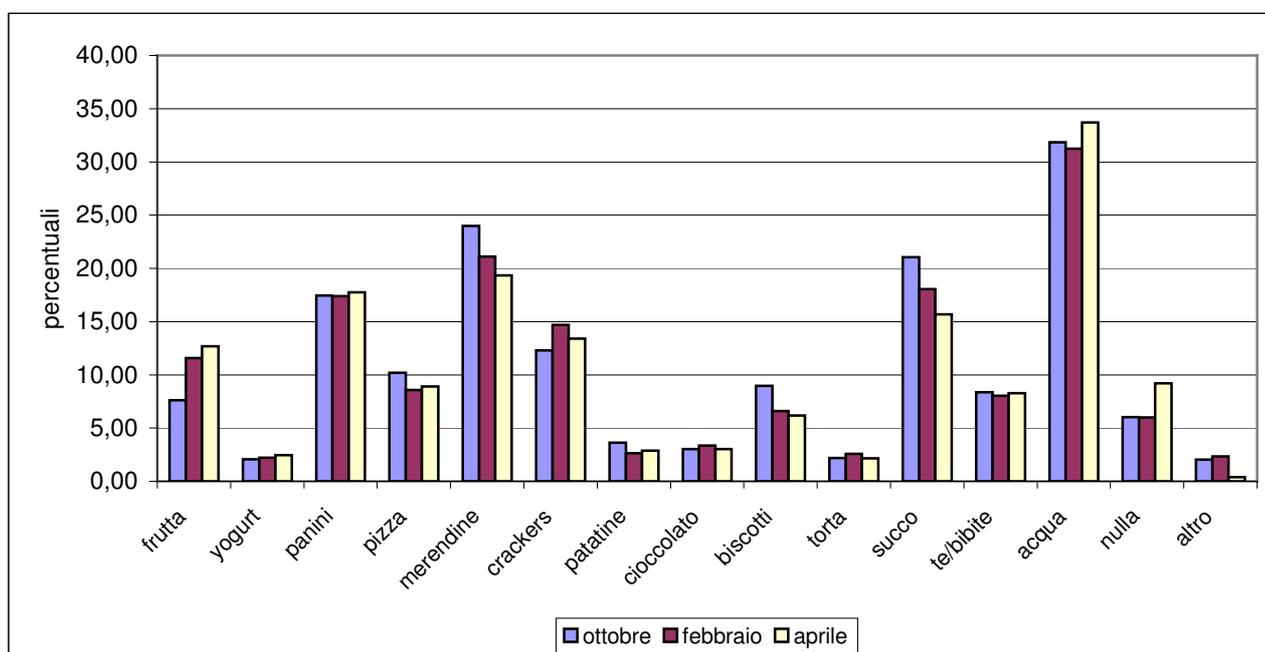
N° bambini: 2628

Per ogni classe sono state calcolate frequenza e percentuale di consumo di un dato alimento.

I consumi percentuali sono stati calcolati sul numero di presenti in classe nel giorno della rilevazione. Sono riportati in tabella e grafico 1.:

	frutta	yogurt	panini	pizza	merendine	crackers	patatine	cioccolato	biscotti	torta	succo	te/ bibite	acqua	nulla	altro
ottobre	7,63	2,06	17,44	10,20	23,98	12,30	3,62	3,04	8,95	2,18	21,06	8,37	31,84	6,03	2,02
febbraio	11,56	2,21	17,38	8,57	21,12	14,68	2,62	3,36	6,60	2,58	18,04	8,04	31,24	5,99	2,34
aprile	12,69	2,47	17,76	8,90	19,35	13,40	2,86	3,04	6,17	2,16	15,69	8,29	33,72	9,21	0,40

Tabella e grafico1: percentuali medie di consumo nelle tre rilevazioni (A.S. 2007-08)



ANNO SCOLASTICO 08-09

N° scuole: 18
 N° classi: 81, di cui 65 delle elementari (80%) e 16 delle medie (20%)
 N° studenti: 1178

A parte tre scuole elementari e una scuola media (16 classi su 81 = circa 350 bambini) che l'anno precedente non avevano aderito ai progetti proposti, tutte le altre scuole avevano già rilevato i consumi delle merende di metà mattina l'anno precedente.

Per ogni alimento sono state calcolate frequenza e percentuale di consumo sul totale delle classi.

I consumi percentuali sono stati calcolati sul numero di presenti in classe nel giorno della rilevazione. Sono riportati in tabella e grafico 2.

grafico2: percentuali di consumo nelle tre rilevazioni

consumi 3 rilevazioni

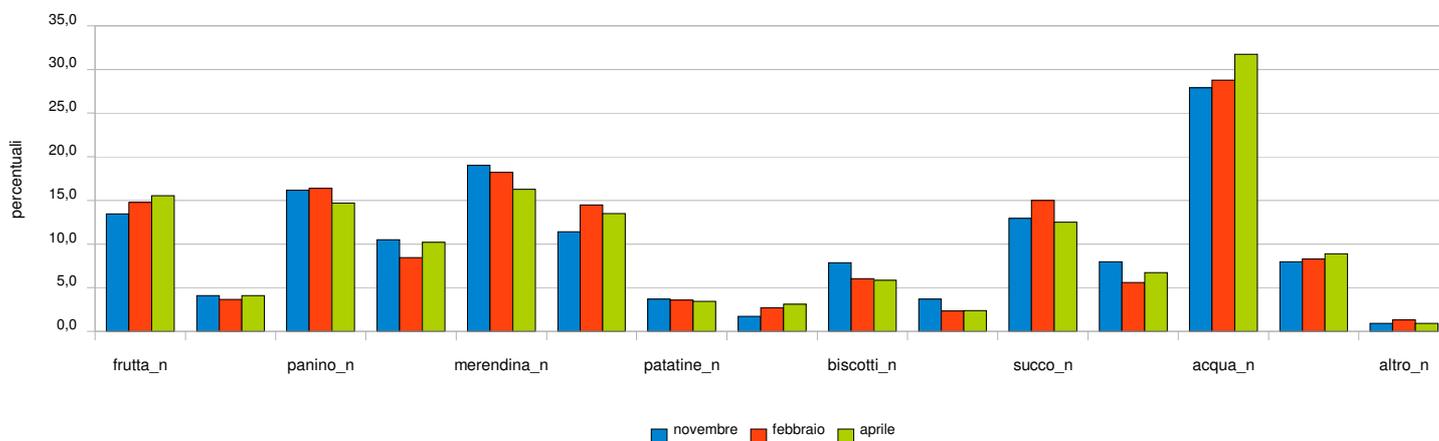


Tabella 1: percentuali di consumo nelle tre rilevazioni

	frutta	yogurt	panini	pizza	Meren dine	Crack ers	Patati ne	Ciocco lato	Biscot ti	torta	succo	te/ bibite	acqua	nulla	altro
novembre	13,5	4,1	16,2	10,5	19,0	11,4	3,7	1,7	7,9	3,7	13,0	8,0	27,9	8,0	0,9
febbraio	14,8	3,6	16,4	8,4	18,2	14,5	3,6	2,7	6,0	2,3	15,0	5,6	28,8	8,3	1,3
aprile	15,5	4,1	14,7	10,2	16,3	13,5	3,4	3,1	5,9	2,4	12,5	6,7	31,8	8,9	0,9

Fra i risultati ci sembra importante sottolineare l'aumento del consumo di frutta nel corso dell'anno scolastico (+2,1%), mentre merende confezionate (-2,8%), biscotti/snack (-2%) e bevande dolci (-1,2%) sono diminuiti, probabilmente a favore di crackers e schiacciatine.

Sono rimasti pressoché costanti nell'anno i consumi di yogurt, pizza e focaccia e succo di frutta.

Tabella 1: percentuali di consumo nelle tre rilevazioni

	frutta	yogurt	panini	pizza	Meren dine	Crack ers	Patati ne	Ciocco lato	Biscot ti	torta	succo	te/ bibite	acqua	nulla	altro
novembre	13,5	4,1	16,2	10,5	19,0	11,4	3,7	1,7	7,9	3,7	13,0	8,0	27,9	8,0	0,9
febbraio	14,8	3,6	16,4	8,4	18,2	14,5	3,6	2,7	6,0	2,3	15,0	5,6	28,8	8,3	1,3
aprile	15,5	4,1	14,7	10,2	16,3	13,5	3,4	3,1	5,9	2,4	12,5	6,7	31,8	8,9	0,9

Fra i risultati ci sembra importante sottolineare l'aumento del consumo di frutta nel corso dell'anno scolastico (+2,1%), mentre merende confezionate (-2,8%), biscotti/snack (-2%) e bevande dolci (-1,2%) sono diminuiti, probabilmente a favore di crackers e schiacciatine.

ANNO SCOLASTICO 2009-10

n° scuole: 14 elem, 1 medie

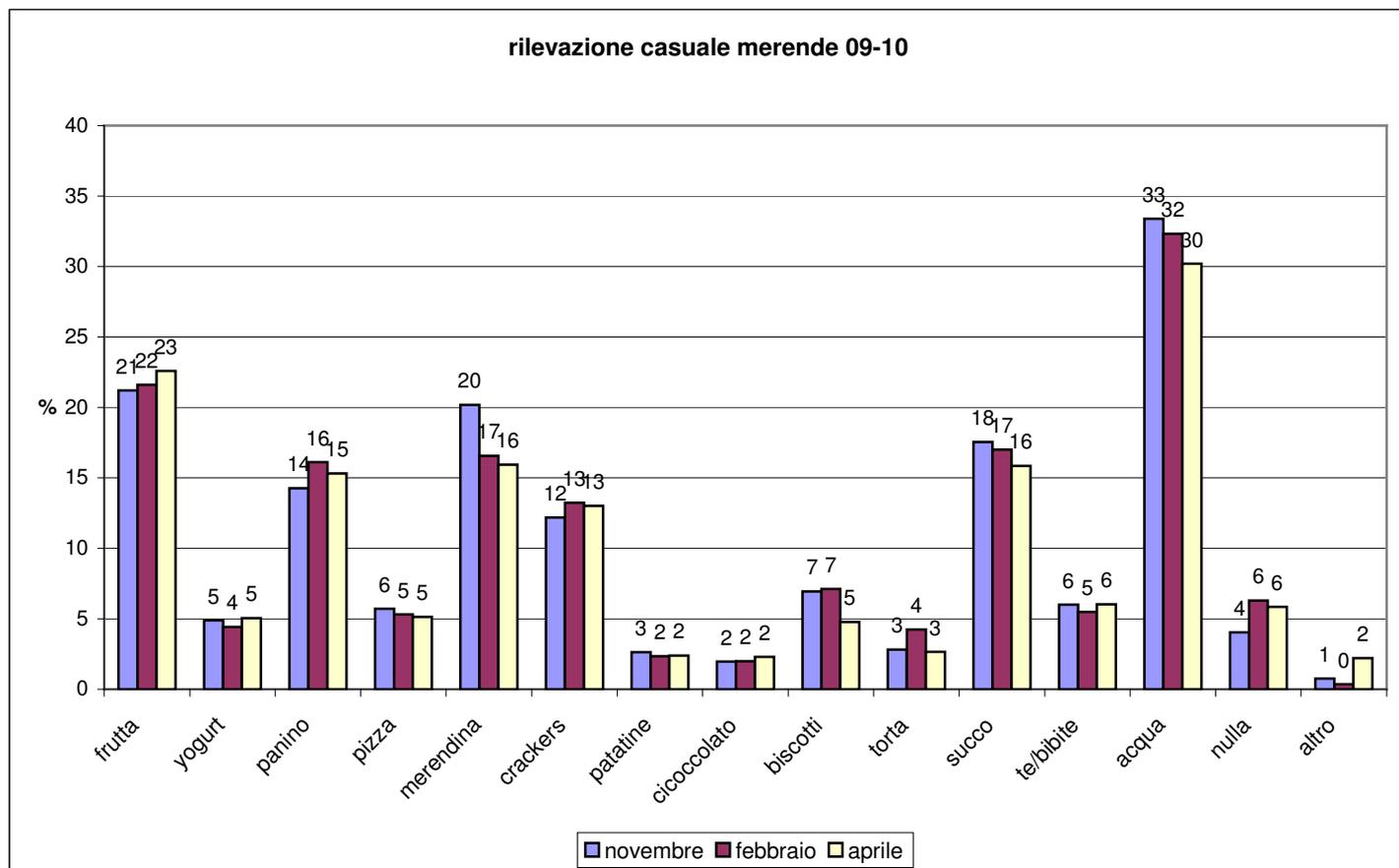
N° classi: 64 elem, 2 medie

N° studenti: 1918

Tutte le scuole avevano già rilevato i consumi delle merende di metà mattina l'anno precedente; 5 scuole (11 classi su 66= circa 200 bambini) hanno inviato i dati per la prima volta.

I consumi percentuali sono stati calcolati sul numero di presenti in classe nel giorno della rilevazione. Sono riportati in tabella e grafico 3.

grafico3: percentuali di consumo nelle tre rilevazioni



	frutta	yogurt	panino	pizza	Merendina	Crackers	Patatine	Cioccolato	biscotti	torta	succo	te/bibite	acqua	nulla	altro
novembre	21,2	4,9	14,3	5,7	20,2	12,2	2,6	2,0	6,9	2,8	17,5	6,0	33,4	4,0	0,8
febbraio	21,6	4,4	16,1	5,3	16,6	13,2	2,3	2,0	7,1	4,2	17,0	5,5	32,3	6,3	0,4
aprile	22,6	5,0	15,3	5,1	15,9	13,0	2,4	2,3	4,8	2,7	15,9	6,0	30,2	5,8	2,2

Rilevante l'aumento del consumo di frutta rispetto all'anno precedente già alla prima rilevazione.

ANNO SCOLASTICO 2010-11

n° scuole: 16 elem, 4 medie
 N° classi: 83 elem, 12 medie
 N° studenti: 1389

Delle 20 scuole, solo 12 avevano già rilevato i consumi delle merende di metà mattina l'anno precedente, mentre le restanti hanno inviato i dati per la prima volta (34 classi su 95 = circa 540 bambini)

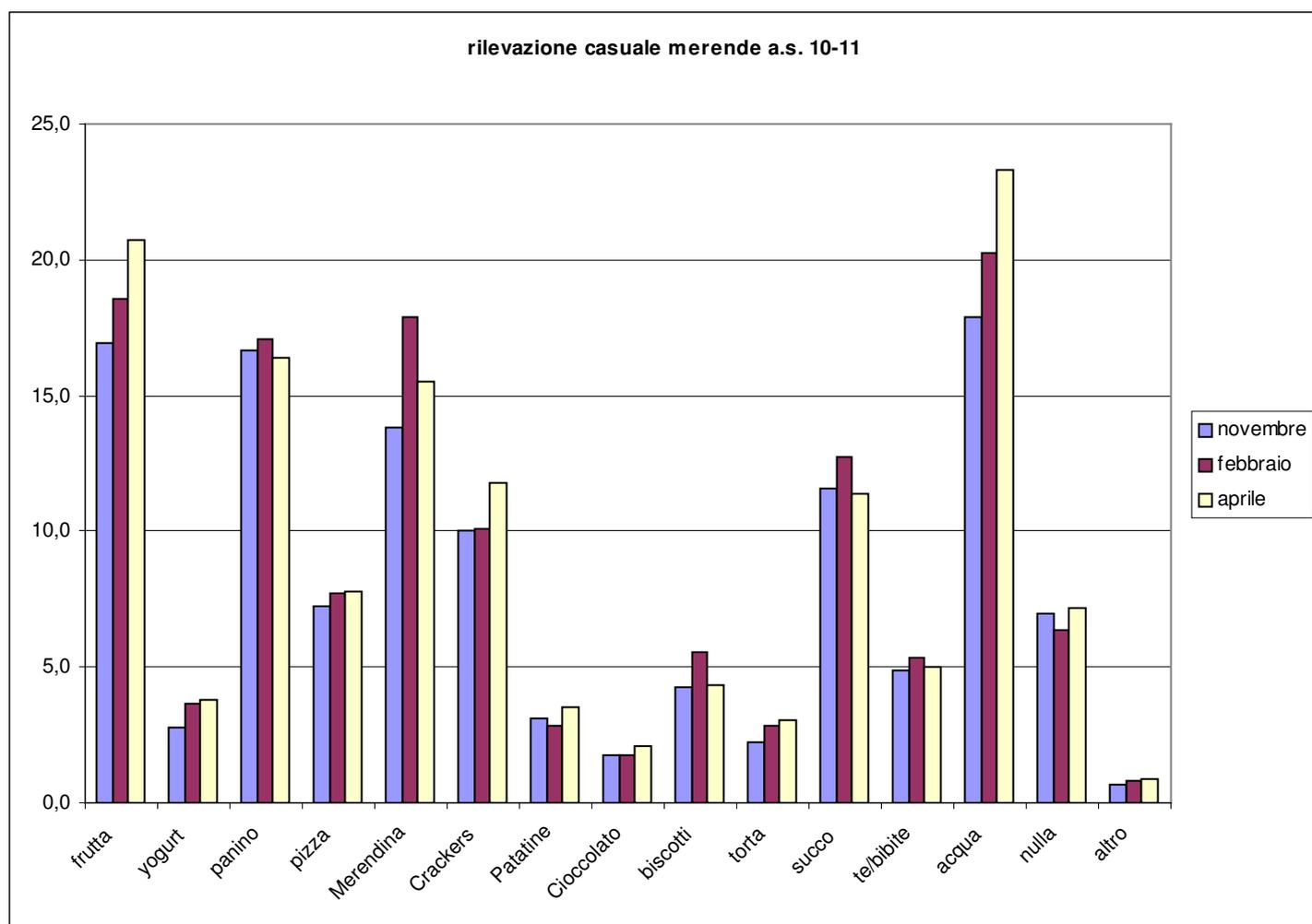
Fra le nuove adesioni, alcune del cuneese, dove l'attività di educazione alimentare era stata meno intensa negli ultimi anni. Da tenere in considerazione, inoltre, che nelle scuole medie (4) generalmente i consumi di frutta sono molto più bassi che alle elementari.

Siamo comunque a consumi superiori medi ben più elevati di quelli rilevati nel 2007 (prima rilevazione: frutta = 7,6%)

I consumi percentuali sono stati calcolati sul numero di presenti in classe nel giorno della rilevazione. Sono riportati in tabella e grafico 4.

Tabella e Grafico4: percentuali di consumo nelle tre rilevazioni casuali

%	frutta	yogurt	panino	pizza	Meren dina	Crack ers	Pata tine	Ciocco lato	biscotti	torta	succo	te/bibite	acqua	nulla	altro
novembre	16,9	2,8	16,7	7,3	13,8	10,0	3,1	1,7	4,3	2,2	11,6	4,9	17,9	7,0	0,7
febbraio	18,5	3,7	17,1	7,7	17,9	10,1	2,9	1,7	5,6	2,9	12,7	5,4	20,3	6,4	0,8
aprile	20,7	3,8	16,4	7,8	15,5	11,8	3,6	2,1	4,3	3,0	11,4	5,0	23,3	7,2	0,9



ANNO SCOLASTICO 2011-12

n° scuole: 23

N° classi: 85 scuola primaria, 3 scuola secondaria di primo grado

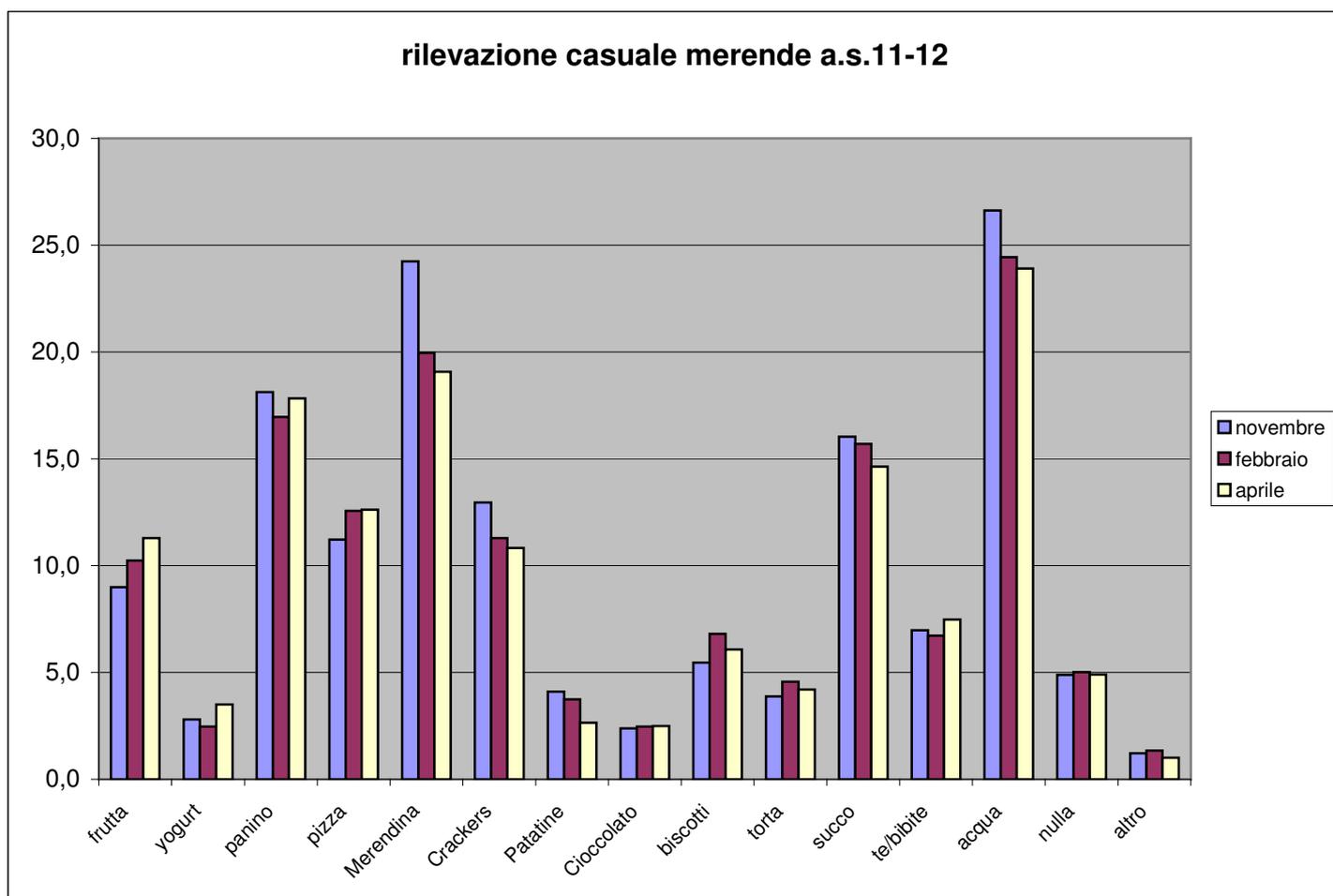
N° studenti: 1503

Per l'anno scolastico 2011-12 sono state 9 le scuole che per la prima volta hanno effettuato la rilevazione (36 classi su 88= circa 640 bambini), quasi tutte da cuneese e monregalese; Le altre scuole avevano già rilevato i consumi delle merende di metà mattina l'anno o gli anni precedenti.

I consumi percentuali sono stati calcolati sul numero di presenti in classe nel giorno della rilevazione. Sono riportati in tabella e grafico 5.

Tabella e Grafico5: percentuali di consumo nelle tre rilevazioni casuali

%	frutta	yogurt	panino	pizza	Meren dina	Crack ers	Pata tine	Ciocco lato	biscotti	torta	succo	te/bibite	acqua	nulla	altro
novembre	9,0	2,8	18,1	11,2	24,2	12,9	4,1	2,4	5,5	3,9	16,0	7,0	26,6	4,9	1,2
febbraio	10,2	2,5	17,0	12,6	20,0	11,3	3,7	2,5	6,8	4,6	15,7	6,7	24,4	5,0	1,3
aprile	11,3	3,5	17,8	12,6	19,1	10,8	2,6	2,5	6,1	4,2	14,6	7,5	23,9	4,9	1,0



ANNO SCOLASTICO 2012-13

n° scuole: 25

N° classi: 2 scuola infanzia, 90 scuola primaria, 10 scuola secondaria di primo grado

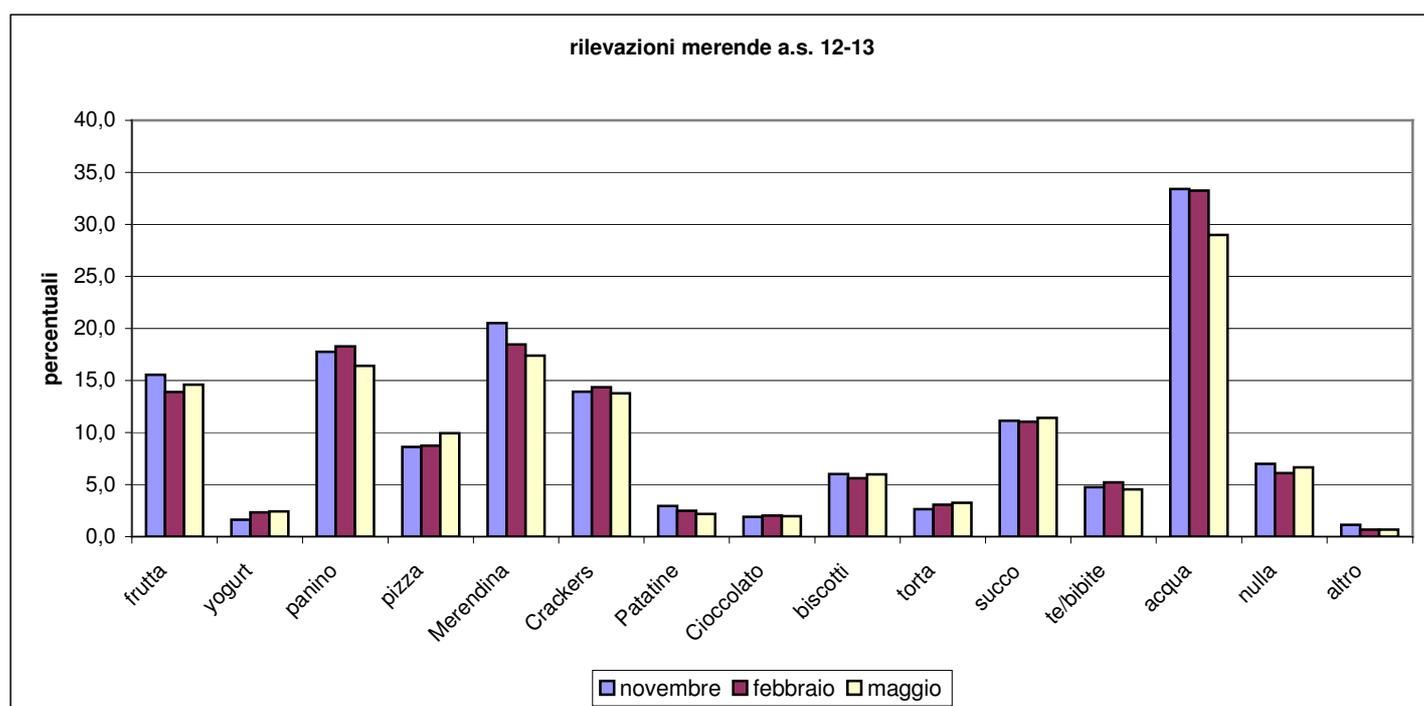
N° studenti: 2054

Per l'anno scolastico 2012-13 sono state 4 le scuole che per la prima volta hanno effettuato la rilevazione: due scuole secondarie di primo grado (Busca e Chiusa Pesio, per un totale di 10 classi) e due scuole dell'infanzia (Sampeyre e Torre Mondovì, per un totale di due classi). Le altre scuole avevano già rilevato i consumi delle merende di metà mattina l'anno o gli anni precedenti.

I consumi percentuali sono stati calcolati sul numero di presenti in classe nel giorno della rilevazione. Sono riportati in tabella e grafico 6.

Tabella e Grafico6: percentuali di consumo nelle tre rilevazioni casuali

%	frutta	yogurt	panino	pizza	Meren dina	Crack ers	Pata tine	Ciocco lato	biscotti	torta	succo	te/bibite	acqua	nulla	altro
novembre	15,6	1,6	17,8	8,6	20,5	13,9	3,0	1,9	6,0	2,7	11,1	4,7	33,4	7,0	1,1
Febbraio	13,9	2,3	18,3	8,7	18,5	14,4	2,5	2,0	5,6	3,1	11,0	5,2	33,3	6,1	0,7
Aprile	14,6	2,4	16,4	10,0	17,4	13,8	2,2	2,0	6,0	3,2	11,4	4,5	29,0	6,7	0,7



Si rileva un buon consumo di frutta rispetto agli anni precedenti.

Il consumo di merendine è diminuito nel corso dell'anno scolastico, mentre restano stabili i consumi di patatine e cioccolato.

Rilevante il consumo di succhi, the e bibite, che insieme raggiungono il 16% circa delle merende. Resta quindi una priorità il lavoro sulla riduzione del consumo di bevande dolci, uno fra i primi determinanti dell'obesità infantile.