

## PROGETTO SUGLI SPUNTINI

GRUPPO N. 2) Pediatri e insegnanti dei distretti di Susa e Collegno

### ADEGUATEZZA CALORICA DELLO SPUNTINO NELLA SCUOLA PRIMARIA ATTRAVERSO I BILANCI DI SALUTE 5-6 ANNI E 8-9 ANNI



#### 1) ANALISI DEI BISOGNI

- i bambini / ragazzi consumano uno spuntino di metà mattina inadeguato

Il tutto si può realizzare con un questionario conoscitivo distribuito nelle classi della scuola primaria e/o sull'offerta di frutta organizzata dalla scuola attraverso promozioni regionali. Valutare anche se fanno e come colazione.

#### 2) DEFINIZIONE DEGLI OBIETTIVI

##### Obiettivo generale

- Avvicinare le scelte alle raccomandazioni presentate con l'opuscolo " Viaggio nel mondo degli spuntini"

Con lo scopo ultimo di evitare l'instaurarsi di sovrappeso e obesità nei bambini, diffondere i messaggi inerenti la colazione e lo spuntino ideale.

##### Obiettivi specifici

Migliorare la frequenza e la qualità degli alimenti dello spuntino di metà mattina, proponendo alimenti idonei da accompagnare con l'acqua, evitando bevande zuccherate e/o gasate (succhi, tè, coca-cola, aranciata).

## 2) PROGETTAZIONE

### Contenuti:

Quelli illustrati nel corso di "OBIETTIVO SPUNTI NO" odierno.

### Strumenti e metodi

- questionari e poster per ambulatori e scuole.;
- incontri informativi gestiti dai SIAN;
- personale sanitario nelle scuole.

### Organizzazione

Risorse umane a disposizione: pediatri, insegnanti, genitori e operatori SIAN.

Risorse materiali a disposizione: PC e materiale cartaceo

Costo: 0

Sede: ognuno nel suo luogo di lavoro e un luogo di incontro da valutare.

Nella riunione di equipe pediatrica condividere l'eventuale progettualità (per chiedere aderenza dei pediatri); eventualmente valutare se attuare il progetto anche in un solo ambito se non tutti gli "attori" sono d'accordo.

## 4) VERIFICA

Questionario nelle scuole dopo un determinato tempo dall'inizio del progetto.

Modificazioni del peso attraverso i BS dei 5-6 anni e 8-9 anni.