



A.S.L. TO4

Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea

Spuntini e altri spunti...

AGLIE' - 07 SETTEMBRE 2021

**Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
Sorveglianza e Prevenzione Nutrizionale**

Giuseppe Barone
Simone Depau - Sara Richeda - Manuela Sciancalepore



**Progetto Formativo
(cod S.O.F.I.A.
ID 61439
Edizione 89046)**

ANNO SCOLASTICO 2021/22

**“UN MIGLIO AL GIORNO
INTORNO ALLA SCUOLA”**



Sessione di presentazione e avvio della
formazione

Martedì 7 settembre 2021

Salone F. Paglia (ex Alladium)
Strada per Bairo 2
Aglie (TO)

**“Costruire percorsi esperienziali
per la promozione del benessere a
scuola”**

Spuntini e altri spunti....

La prima indagine Okkio alla salute, condotta nel 2008, ha identificato lo spuntino di metà mattina come consumo critico emergente.

L'82% dei bambini in Italia ed il 78% in Piemonte, infatti, consumava una quota calorica eccessiva nel break di metà mattina.

Analizzando i dati regionali le scelte più frequenti dei bambini per lo spuntino a scuola ricadevano sui prodotti confezionati progressivo arricchimento del tenore di zuccheri, grassi e sale ed un incremento della porzionatura di molti alimenti confezionati destinati al consumo come snack.

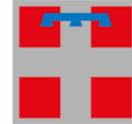
La Regione Piemonte ha ritenuto pertanto importante avviare un sistema di sorveglianza che affiancasse, alla rilevazione a scuola ("OKKIO alla salute"), anche un monitoraggio sulle caratteristiche nutrizionali dei prodotti confezionati più consumati a casa, abbinando, a questo sistema, dei programmi di formazione degli operatori dei SIAN affinché potessero essere promotori di iniziative presso le proprie ASL.





A.S.L. TO4

Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea



REGIONE
PIEMONTE

Per soddisfare questi obiettivi, si è pensato di:

- strutturare una banca dati regionale sui prodotti confezionati di più largo consumo tra i bambini, che consentisse di storicizzare i dati acquisiti e di monitorarli nel tempo;
- avviare un progetto pilota per la formazione degli educatori e dei pediatri di libera scelta, con strutturazione di pacchetti formativi riproducibili, da rendere disponibili agli operatori dei SIAN.



Spuntini e altri spunti....

CON FORMAZIONE RIPRODUCIBILE A CASCATA PER INSEGNANTI E GENITORI



I dati aggiornati...

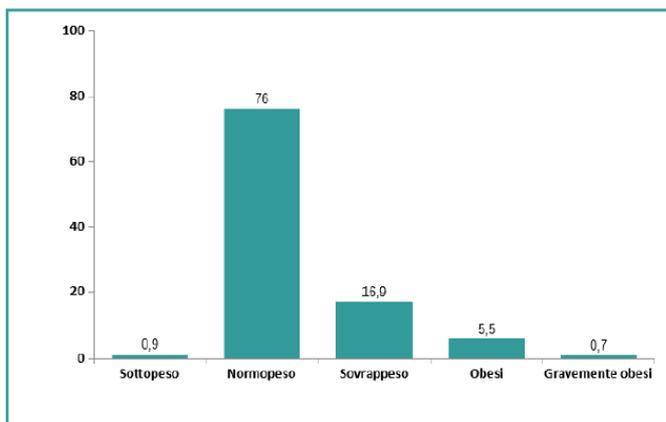
REPORT ASLTO4 OKKIO ALLA SALUTE –
INDAGINE 2019



Lo stato ponderale

L'obesità ed il sovrappeso in età evolutiva possono favorire lo sviluppo di gravi patologie quali le malattie cardio-cerebro-vascolari, diabete tipo 2 ed alcuni tumori. Negli ultimi 30 anni la prevalenza dell'obesità nei bambini è drasticamente aumentata e, sebbene da qualche anno in alcuni Paesi si assiste ad una fase di plateau, i valori sono ancora molto elevati.

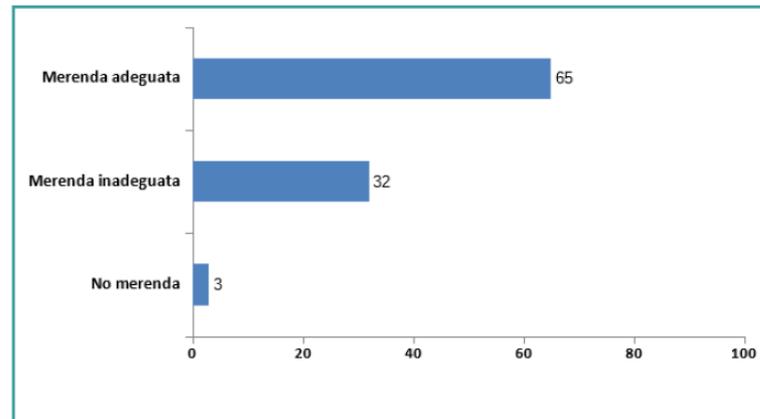
Quanti sono i bambini in sovrappeso o obesi?



I nostri bambini, durante la merenda di metà mattina, mangiano in maniera adeguata?

Oggi giorno si raccomanda che venga consumata a metà mattina una merenda contenente circa 100 calorie, che corrispondono in pratica a uno yogurt o a un frutto o a un succo di frutta senza zuccheri aggiunti. La merenda fornita dalla scuola agli alunni è stata considerata adeguata.

Adeguatezza della merenda di metà mattina consumata dai bambini (%)



- Tra i bambini della nostra Asl neanche l'1% (IC95% 0,16%-2,78%) risulta in condizioni di obesità grave, il 5,5% risulta obeso (IC95% 3,88%-7,9%), il 16,9% sovrappeso (IC95% 14%-20,3%), il 76% normopeso (IC95% 71,7%-79,8%) e meno dell'1% sottopeso (IC95% 0,36%-2,18%).

- Complessivamente il 23% dei bambini presenta un eccesso ponderale che comprende sia sovrappeso che obesità.

- Una buona parte di bambini (65%) consuma una merenda adeguata di metà mattina.
- Ancora 1/3 dei bambini fa una merenda inadeguata (32%) o non la fa per niente (3%).
- Sono emerse differenze per sesso del bambino (le femmine sono più "virtuose" dei maschi) e per livello di istruzione* della madre (merenda meno adeguata tra i figli di genitori con più elevato livello culturale (laurea/master/dottorato).

* Differenza statisticamente non significativa ($p > 0,05$)

I dati aggiornati...

REPORT ASLTO4 OKKIO ALLA SALUTE –
INDAGINE 2019



Per un confronto

	Valori aziendali (%)						VALORE REGIONALE 2019 (%)	VALORE NAZIONALE 2019 (%)
	2008	2010	2012	2014	2016	2019		
[§] hanno assunto la colazione al mattino dell'indagine	93%	96%	95%	93%	94%	94%	93%	91,3%
[§] hanno assunto una colazione adeguata il mattino dell'indagine	63%	64%	64%	58%	61%	60%	58%	55,7%
hanno assunto una merenda adeguata a metà mattina	23%	18%	51%	58%	70%	66%	52%	41,2%
assumono 5 porzioni di frutta e/o verdura giornaliere	2%	11%	12%	10%	15%	10%	9%	8,5%
assumono bibite zuccherate e/o gassate almeno una volta al giorno	41%	40%	42%	34%	37%	19%	24%	25,4%



Spuntini e altri spunti....

Progetto inserito nel "Catalogo" dell'ASL TO4, inviato ai Comuni ed alle scuole di tutta l'ASLTO4 e pubblicato sul ns sito aziendale

DESTINATARI:

Insegnanti e genitori e, come destinatari finali, alunni delle scuole dell'infanzia, primaria e secondaria

OBIETTIVI:

- fornire informazioni sulla corretta alimentazione, con particolare riguardo agli spuntini, al consumo di frutta e verdura ed alla riduzione del consumo di sale (obiettivi dei Piani nazionale, regionale e locale della Prevenzione)
- creare spazi di riflessione sui messaggi pubblicitari
- concordare con le scuole, in accordo con insegnanti, genitori e alunni, alcune merende sane da portare a scuola

Si è chiesto di provare a progettare /attuare entro la fine dell'anno scolastico almeno un piccolo cambiamento

Strutturazione del progetto...

3 step progressivi

- Valutazione della proposta di step nelle scuole in base alle adesioni
- Ogni step tratta tematiche differenti inerenti lo spuntino
- Collegamento con stili di vita e abitudini dei bambini
- progetto formativo interattivo con materiale illustrativo e video

1

2

3

Spuntini e altri spunti....



 A.S.L. TO4
Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea



Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
Sorveglianza e Prevenzione nutrizionale

Spuntini sani: come e perchè dal punto di vista nutrizionale



S.C. Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
S.S. Sorveglianza e Prevenzione Nutrizionale

 A.S.L. TO4
Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea

Spuntini e altri spunti.... l'influenza della pubblicità e l'importanza del movimento!!



 A.S.L. TO4
Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
Sorveglianza e Prevenzione nutrizionale

Strutturazione del progetto...1° STEP

- Problemi multifattoriali (sovrappeso e obesità, inattività fisica, destrutturazione dei pasti, porzioni)



- Fenomeno overeating condizionato (consistenza e sazietà, multisensorialità degli stimoli)



- Influenza della pubblicità marketing e mass media



- Viaggio nel mondo degli spuntini, esempi pratici e materiali illustrativi



Strutturazione del progetto...2° STEP

- Etichettatura degli alimenti e normativa



- Dichiarazione nutrizionale

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI				
(VALORI MEDI)		Per 100 g	Per pezzo 13 g	% AR* per pezzo
VALORE ENERGETICO	kcal	483	63	3%
	kJ	2027	263	3%
PROTEINE	g	6,0	0,8	2%
CARBOIDRATI di cui: ZUCCHERI	g	68,5	8,9	3%
	g	19,0	2,5	3%
GRASSI di cui: SATURI	g	20,0	2,6	4%
	g	10,8	1,4	7%
SALE	g	0,825	0,107	2%

- Fattori influenzanti le scelte di acquisto



- Claims nutrizionali e salutistici



Strutturazione del progetto...3° STEP

- Prodotti confezionati vs prodotti casalinghi



- Merende confezionate composte



- Influenza video pubblicità



- Attività fisica



- Catalogo progetti aslto4

Punti di forza...

Molto interesse e partecipazione, modalità interattiva

Presentazioni accattivanti e pacchetto formativo pratico ed interessante (esempi pratici, video, opuscoli, materiale e kit informativi)

Gradimento elevato rilevato con questionario

Criticità emerse...

Non facile concretizzare cambiamenti, mancato rimando dell'attuato

Coinvolgimento genitori

Incrocio con normativa igienico-sanitaria (manipolazioni, assaggi)

Come iscriversi?

Scheda progetto: Spuntini e altri spunti



Destinatari: insegnanti e genitori; destinatari finali: alunni delle scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di I grado.
Tema di salute: benessere psico-fisico e prevenzione dell'obesità mediante una corretta alimentazione e l'equilibrio dei pasti.

Obiettivi: migliorare le conoscenze sulla corretta alimentazione, con particolare riguardo agli spuntini, al consumo di frutta e verdura ed alla riduzione del consumo di sale; creare spazi di riflessione sui messaggi pubblicitari e sulla lettura delle etichette dei prodotti alimentari; realizzare miglioramenti nell'alimentazione a scuola (ad esempio per

merende portate da casa, mensa scolastica), incentivare lo stile di vita attivo sottolineando i benefici dell'attività fisica.

Sintesi dell'iniziativa: Il progetto nell'ASLTO4 è stato attivato nell'anno scolastico 2015-16 ed è proseguito negli anni successivi. In base all'andamento degli anni scorsi, l'edizione 2021-22 sarà proposta allo scopo di dare continuità al lavoro svolto ed ottimizzare le risorse.

L'adesione al progetto comporta:

- partecipazione degli insegnanti ad un incontro formativo iniziale di circa due ore, da effettuare entro il mese di marzo 2022
- progettazione obbligatoria, da parte degli insegnanti, di un'attività/cambiamento da effettuare nel contesto scolastico, coerente con i contenuti del progetto, che dovrà essere proposta al SIAN entro il mese di giugno 2022 ed almeno iniziata nel corso dell'anno scolastico
- eventuali incontri del SIAN con i genitori, a supporto dell'attività
- rendicontazione anche sintetica di quanto effettuato, da parte degli insegnanti coinvolti.

Per facilitare la partecipazione, gli incontri formativi potranno essere organizzati presso ogni Istituto Comprensivo/Direzione Didattica, a condizione che sia garantita la presenza di almeno 10 insegnanti.

Si valuterà l'eventuale possibilità di un percorso effettuato in modalità interattiva a distanza.

I contenuti potranno essere concordati anche in base al fatto di aver già partecipato o meno al progetto.

Negli incontri verrà stimolata la partecipazione attiva, anche attraverso la condivisione di esperienze già effettuate, e la ricerca della strategia più adatta nella propria realtà.

In caso di adesione contemporanea ad altri progetti del catalogo con contenuti correlati all'alimentazione è auspicabile cercare forme di integrazione fra le varie azioni.

Riferimenti: dottoressa Manuela Sciancalepore, Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione ASL TO4, tel. 011-8212365 o 0125/414791 o 0125/414772

E-mail: sian.settimo@aslto4.piemonte.it

Riferimenti e adesioni

La partecipazione è completamente gratuita. Per esigenze di programmazione si richiede una pre-iscrizione entro il 30 novembre 2021. Le richieste verranno accolte tenendo conto dell'ordine di pre-iscrizione e nei limiti del tempo e delle risorse disponibili.

Referente progetto: dr. Barone Giuseppe e collaboratori Dietisti, dr. Depau, dr. Richeda, dr. Sciancalepore
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione ASL TO4, tel. 0125/414712 o 011-8212365

E-mail nutrizione.ivrea@aslto4.piemonte.it

**Iscrizioni entro il
30/11/2021**

**Catalogo della Promozione della Salute
MODULO DI ADESIONE PROGETTI**

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

DELL' ISTITUTO

SEDE/ INDIRIZZO

RECAPITO TELEFONICO/E-MAIL

richiede per l'anno scolastico 2021/2022 l'attivazione del seguente progetto dell'ASL TO4:
(titolo progetto)

per le seguenti sedi:

Scuola (ordine, grado)	Plesso	Classe	N°alunni	Insegnante di riferimento e recapito (Nome, indirizzo, telefono, e-mail)

Data: _____

Firma e timbro del Dirigente Scolastico

SPORT + ALIMENTAZIONE = PREVENZIONE



GRAZIE PER L'ATTENZIONE!



A.S.L. TO4

*Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea*

**Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
Sorveglianza e Prevenzione Nutrizionale**

Responsabile: Giuseppe Barone

Dietisti: Simone Depau - Sara Richeda - Manuela Sciancalepore

Tel. 0125/414712 - 011/8212363