

PROGETTO

ALIMENTAZIONE COME VEICOLO DI BENESSERE

Regione Umbria

Progetto avviato nell'anno 2006 - Ultimo anno di attività : 2007

Abstract

Il disagio psicologico degli adolescenti, che si trovano ad affrontare gli impegnativi compiti dell'accettazione del corpo che cambia e dell'integrazione con una nuova visione del sé, può giocare un ruolo importante nell'adozione di uno stile alimentare non corretto e favorire l'insorgenza di disturbi nutrizionali, come il sovrappeso e l'obesità.

Tali disturbi, tra i più diffusi dell'età evolutiva, sono ascrivibili a molteplici fattori tra cui, oltre all'alimentazione eccessiva e poco bilanciata, vanno inclusi la predisposizione genetica e la ridotta attività fisica.

Partendo da queste premesse, il progetto - di carattere annuale e rivolto a tutti gli studenti delle classi I della Scuola Media Statale Dante Alighieri di Città di Castello - ha incentrato l'attenzione sul cibo come veicolo di benessere.

Il progetto è stato realizzato dal personale del Servizio di Educazione Sanitaria, da una dietista dell'ASL1 Umbria insieme agli studenti del 3° anno del Corso di Laurea in Assistenza Sanitaria.

OBIETTIVI: Il progetto, come obiettivo generale, ha voluto promuovere le abitudini alimentari mediterranee favorendo l'individuazione di personali strategie di cambiamento del proprio stile alimentare (soprattutto sui fuori pasto e le merende).

Specificamente il progetto ha promosso la conoscenza dei valori qualitativi dell'alimentazione così come quella dei comportamenti e delle scelte consapevoli in merito agli alimenti da consumare durante gli spuntini a distanza dai pasti principali.

Lo scopo del progetto è stato infatti quello di favorire nei ragazzi una gestione autonoma di scelte alimentari equilibrate.

METODOLOGIA: L'intervento ha visto il pieno coinvolgimento dei ragazzi tramite l'autosservazione (i ragazzi hanno liberamente espresso le loro preferenze rispetto ai fuori pasto) e tramite la discussione interattiva dei risultati con gli operatori sanitari volta a sviluppare le loro capacità decisionali ed orientarle verso uno stile alimentare personale e sano.

ATTIVITÀ: Il percorso educativo si è articolato in tre fasi: rilevazione delle preferenze dei ragazzi (prima fase); valutazione dei risultati della rilevazione a cura degli operatori sanitari (seconda fase); incontri degli operatori sanitari con ciascuna delle classi partecipanti al progetto (per i dettagli vd. scheda "intervento associato").

VALUTAZIONE: La valutazione di processo è stata effettuata dagli operatori sanitari tramite l'analisi della rilevazione realizzata sugli studenti.

Quella di risultato è stata effettuata dagli stessi operatori sanitari sulla base di quanto emerso dagli incontri con i ragazzi.

Tema di salute prevalente : ALIMENTAZIONE

Temi secondari :

Setting : Ambiente scolastico

Destinatari finali : Scuola secondaria di primo grado

Mandati : Piani locali / Aziendali di prevenzione e promozione della salute

Finanziamenti : Attività corrente istituzionale

Responsabili e gruppo di lavoro

GIOVANNONI MARISA (responsabile)

Psicologa

Responsabile della S.S. Educazione Sanitaria - ASL1 dell'Umbria

Struttura Semplice (S.S.) Educazione Sanitaria - ASL1 dell'Umbria

e-mail : ed.sanitaria@asl1.umbria.it

Tel. : 075/8509364 - 8509347

MINCIOTTI MARIA (responsabile)

Insegnante Responsabile del Progetto

Scuola Media Statale Dante Alighieri

e-mail : pgmm17900d@istruzione.it - info@scuolamediadantealighieri.it

Tel. : 075/8553170 Fax: 075/8553170

BARZOTTI MARISA

Operatrice sanitaria

Struttura Semplice (S.S.) Educazione Sanitaria - ASL1 dell'Umbria

e-mail : ed.sanitaria@asl1.umbria.it

Tel. : 075/8509364 - 8509347

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Azienda Sanitaria

ASL1 dell'Umbria (Alto Tevere, Alto Chiascio)

Come promotore; In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

Categoria ente : Scuola

Scuola Media Statale Dante Alighieri - Città di Castello

In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

Documentazione del progetto

1. Documentazione progettuale - Documento progettuale

Il progetto relativo all'anno scolastico 2007/08

2. Documentazione progettuale - Documento progettuale

Link alla pagina del sito web della Scuola Media Statale Dante Alighieri dedicata ai progetti di

Educazione alla Salute in cui è presentato il progetto "Alimentazione come veicolo di benessere" per l'anno scolastico 2006/07.

OBIETTIVI

Obiettivo EDUCATIVO

L'intervento è consistito nella rilevazione delle preferenze alimentari dei ragazzi rispetto ai fuori pasto.

Tale rilevazione è stata effettuata dagli operatori sanitari evitando qualsiasi interferenza.

Successivamente, dopo aver analizzato i dati raccolti, si sono svolti gli incontri tra gli operatori sanitari (personale del Servizio di Educazione Sanitaria e la dietista Cinzia Cancellieri dell'ASL1 Umbria insieme agli studenti del 3° anno del Corso di Laurea in Assistenza Sanitaria) e ciascuna delle 7 classi coinvolte nel progetto.

Negli incontri, svoltisi con la modalità della discussione interattiva, le preferenze alimentari dei ragazzi sono state confrontate con le raccomandazioni nutrizionali per i soggetti della loro età.

INTERVENTO AZIONE #1 - 01/11/2007 - 30/04/2008

01/11/2007 - 30/04/2008

Numero edizioni : 1

Totale persone raggiunte : 151

Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :

Città di Castello;

Metodi non specificati