

PROGETTO

Il contratto della merenda

Regione Friuli Venezia Giulia

Progetto avviato nell'anno 2003 - Ultimo anno di attività : 2009

Abstract

Introduzione e Obiettivi

Osservazioni condotte nelle scuole della città di Udine ponevano in rilievo la tendenza, da parte dei bambini (6-11 anni) ad uno scarso consumo di frutta e di verdura, la predilezione per le bevande zuccherate a base di frutta, ed il consumo di una merenda del mattino eccessivamente calorica. Il primo obiettivo del progetto (2003-2005) è stato quindi l'identificazione di una strategia di intervento capace di modificare le abitudini alimentari dei bambini frequentanti le scuole primarie di Udine e allo stesso tempo di creare le condizioni che sostenessero questi comportamenti tramite cambiamenti ambientali permanenti.

Materiali e Metodi.

La strategia, basata sulla Social Learning Theory di Bandura, si è realizzata attraverso la partecipazione attiva dei bambini, dei genitori, del personale scolastico e sanitario, dell'Amministrazione Comunale e degli sponsor locali (panificatori etc). Il progetto, iniziato come intervento pilota nel 2004-05 nel 4° Circolo didattico (circa 700 alunni), è stato poi esteso, dato i buoni risultati, agli altri 3 circoli.

Azioni

- 1) Creazione di una Alleanza inter-istituzionale (protocollo d'intesa) allo scopo di attuare l'intervento, promuovere e istituzionalizzare i cambiamenti positivi ottenuti tramite l'intervento.
- 2) Creazione di un Gruppo di Progetto in ogni scuola composto da insegnanti, genitori e operatori sanitari, per individuare e promuovere la realizzazione delle principali strategie e azioni e fornire dare feedback.
- 3) Interventi diretti ai bambini e ai loro genitori allo scopo di modificare la merenda della mattina. La strategia principale adottata è stata il "Contratto della Merenda", cioè un patto volontario sottoscritto dai genitori disponibili a dare ai propri figli frutta/verdura come merenda per tre giorni la settimana, a non dar loro cibi alternativi o aggiuntivi rispetto a quelli concordati e a favorire l'accettazione, da parte loro, delle merende proposte dalla scuola negli altri giorni (yogurt alla frutta, pane speciale).

Un questionario sugli stili di vita dei bambini, compilato dai genitori, è stato somministrato nel marzo 2006 ad un campione di bambini di 1° e 3° . Alla fine dei due successive anni scolastici (maggio 2007, maggio 2008) i comportamenti relativi ai consumi giornalieri di bibite zuccherate, frutta e verdura dei bambini delle scuole in cui è stato attuato il Contratto sono stati comparati con quelli dei bambini non aderenti al Contratto (controlli). Durante questi anni è stato inoltre monitorato il gradimento delle merende da parte dei bambini.

Risultati

Con l'anno scolastico 2008-09, 13 scuole su 20 partecipano per un totale di circa 1400 alunni. L'indice di gradimento delle merende continua ad essere molto elevato, dal 96-97% della frutta e del pane all'89% dello yogurt. La stragrande maggioranza dei genitori rispetta fedelmente gli impegni presi firmando il Contratto.

I bambini aderenti al Contratto hanno modificato positivamente i loro consumi giornalieri di bevande zuccherate e di frutta e verdura e, con i loro comportamenti, stanno influenzando anche i non aderenti. Le iniziative di supporto (pubblicazione regolare di un foglietto informativo- Briciole?di merenda, il Blog

sui sito Fruts, le feste in Città, Cicli di conferenze a tema, favoriscono l'aggregazione fra genitori, insegnanti e l'identificazione con un messaggio educativo comune).

Conclusioni

Il Contratto si è dimostrato una strategia efficace nel cambiare i comportamenti alimentari dei bambini delle scuole primarie di Udine per quanto riguarda la merenda di metà mattina, con risultati che indicano miglioramenti sensibili nel consumo di frutta e verdura rispetto alla tendenza alla diminuzione che generalmente si manifesta con la crescita.

L'attenzione costante alle potenzialità dell'iniziativa ha contribuito molto all'accettazione, istituzionalizzazione e divulgazione del progetto non solo nella città di Udine, ma anche in altri comuni. Il successo e l'attendibilità del progetto ha attratto nuovi partners, fra cui l'Associazione dei Panificatori e la Coldiretti. Il progetto è stato anche incluso nel Piano di Prevenzione Regionale - Progetto di prevenzione dell'obesità, come Buona Pratica da seguire.

il progetto, ormai integrato nella routine giornaliera di molte scuole, continua ad espandersi. Vedi tab. in allegati per risultati

Tema di salute prevalente : ALIMENTAZIONE

Temi secondari :

Setting : Ambiente scolastico

Destinatari finali : Scuola primaria

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

Finanziamenti : Attività corrente istituzionale
Altro

Responsabili e gruppo di lavoro

Dr.ssa SAVONITTO CECILIA (responsabile)

medico -responsabile SIAN

Servizio Igiene degli Alimenti e Nutrizione Dipartimento di prevenzione ASS4

e-mail : cecilia.savonitto@ass4.sanita.fvg.it

Tel. : 0432-3222

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Amministrazione Locale

Comune di Udine " Ufficio Progetto Città sane

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

Categoria ente : Azienda Sanitaria

ASS4 Medio Friuli Dip. Prevenzione Servizio Igiene degli Alimenti e Nutrizione

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

Categoria ente : Scuola

Circoli didattici di Udine (4)

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

Categoria ente : Altro ente

Sponsor locali (panifici, supermarket)

In fase progettuale; In fase di realizzazione;

Documentazione del progetto

1. Altro - adesioni negli anni
 2. Relazione finale - Relazione finale -
 3. Materiale di comunicazione e informazione - festa della merenda
 4. Materiale di comunicazione e informazione - poster risultati per convegno
-

OBIETTIVI

Obiettivo INFORMATIVO

intervento Mangiar giusto con gusto.

In una serie di 3 incontri si è discusso su come avvicinare i più piccoli all'assaggio di nuovi alimenti, trasmettendo loro le regole per una dieta corretta senza imporre comportamenti, e su come gusti e atteggiamenti alimentari del bambino verso il cibo vengono influenzati dall'ambiente in cui vive. Gli incontri sono stati tenuti dalla psicologa del Consultorio familiare, dagli operatori sanitari del Dipartimento di Prevenzione e dagli insegnanti del gruppo di progetto "Il contratto della merenda".

INTERVENTO AZIONE #1 - 23/02/2009 - 30/04/2012

23/02/2009 - 30/04/2012

Numero edizioni : 1

Ore singola edizione : 3

Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :

Udine;

Metodi non specificati

Documentazione dell'intervento :

Materiale di comunicazione e informazione - Materiale di comunicazione e informazione -

Materiale di comunicazione e informazione - Materiale di comunicazione e informazione -

Materiale di comunicazione e informazione - articolo quotidiano
