

PROGETTO

“CAMMINO”..LEGGERO•

Regione Piemonte ASL Asti

Progetto avviato nell'anno 2011 - Ultimo anno di attività : 2011

Abstract

Obiettivo generale

OBIETTIVO GENERALE DI SALUTE

Riduzione del numero degli adolescenti in sovrappeso

Essendo un obiettivo a lungo termine non sarà oggetto di valutazione nell'ambito di questo progetto, mentre saranno valutati i singoli obiettivi specifici (vedi schede obiettivi)

Analisi di contesto

Dai risultati piemontesi di HBSC emerge come decisamente elevata la quota di coloro che dichiarano di non fare mai colazione e in aumento progressivo con l'età (14,6% a 11 anni, 31,1%, più del doppio, a 15).

Bassa è la percentuale di coloro che seguono le linee guida per quello che riguarda i consumi di frutta e verdura: meno del 5% arriva a consumare le cinque porzioni giornaliere raccomandate.; circa un quarto dei ragazzi dichiara un consumo almeno quotidiano di dolci e il 16% di bevande zuccherate.

Basandosi sulle misurazioni auxologiche dichiarate nei questionari dei tredicenni e dei quindicenni, la percentuale di sovrappeso ed obesi è del 15% per entrambe le età.

Per quanto riguarda l'ammissione di seguire diete, stratificando i dati per sesso, si nota che la percentuale diminuisce con l'età nei maschi, mentre aumenta nelle femmine.

Da qualche anno, nelle Scuole Secondarie di I° e II° grado del territorio dell'ASL AT, è stato istituito uno sportello di consulenza nutrizionale a cura del SIAN dell'ASL stessa; nell'ultimo anno scolastico hanno aderito alla proposta 14 scuole secondarie di I° e II° grado presso le quali sono stati contattati 370 studenti.

Data la stretta correlazione tra i due stili di vita - alimentazione e attività fisica- si è formato un gruppo di lavoro specifico di co-progettazione degli interventi tra ASL e Istituzioni scolastiche, con il coordinamento dell'Ufficio Provinciale Educazione Fisica e del Gruppo Tecnico Provinciale per l'educazione alla salute per garantire la condivisione degli obiettivi, la pianificazione concordata delle varie fasi del progetto in entrambe le Istituzioni e la verifica congiunta per la validazione del progetto.

Metodi e strumenti

METODO

- Valutazione individualizzata dei soggetti inattivi prevalentemente durante le ore curricolari
- Tutoraggio da parte degli studenti attivi nei confronti di quelli inattivi
- Sportello nutrizionale a cura del SIAN

STRUMENTI

Questionari

Sondaggi d'aula rapidi anonimi (SARA)

Guida Ministero Salute

Valutazione prevista/effettuata

adozione di comportamenti alimentari corretti: da stabilire in base alle criticità rilevate

nei soggetti inattivi:

1) incremento dell'attività fisica durante le ore curricolari:

N° studenti partecipanti

N° studenti inattivi

Standard => 95%

2) partecipazione alle attività extracurricolari per almeno 1 ora la settimana

N° studenti partecipanti

N° studenti inattivi

Standard => 30%

3) Partecipazione ad almeno una delle manifestazioni proposte dalle Amministrazioni Locali o dalla Scuola

N° studenti partecipanti

N° studenti inattivi

Standard => 60%

4) Inserimento della disciplina della marcia tra le attività extracurricolari già presenti nella scuola:
presenza documentazione

5) Organizzazione di eventi inerenti l'attività fisica : almeno 1/anno

6) Introduzione di distributori automatici di alimenti salutarì promossi attraverso messaggi di marketing sociale:

=> 60% delle scuole in due anni

Tema di salute prevalente : Sovrappeso e obesità

Temì secondari :

Setting : Ambiente scolastico

Destinatari finali : Scuola secondaria di secondo grado

Mandati : Piano Regionale di Prevenzione (PRP)

Finanziamenti :

Responsabili e gruppo di lavoro

MIROGLIO TIZIANA (responsabile)

medico chirurgo

ASL AT - Asti - S.S. Promozione ed Educazione alla Salute -

e-mail : TMiroglio@asl.at.it

Tel. : 0141 484053

BACCHINI ETTORE

medico chirurgo

ASL AT Medicina dello Sport

e-mail : bacchini@asl.at.it

Dr.ssa BERRUTI RENZA

S.C. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

e-mail : Renza Berruti <rberruti@asl.at.it>

Tel. : 0141 484927 ;

GADO MARTINA

docente

Ufficio scolastico Provinciale ASTI

e-mail : martina.gado@istruzione.it

Tel. : 0141537917

Sig.ra GOBBO MANUELA

Assistente Sanitaria

ASL AT - Asti - S.S. Promozione ed Educazione alla Salute -

e-mail : MGobbo@asl.at.it

Tel. : 0141/484049

SARACCO LAVINIA

UFFICIO E.M.F.S. di Asti -Direzione Regionale

VALLE CRISTIAN

dietista

ASL AT Sian

e-mail : cvalle@asl.at.it

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Amministrazione Locale

UFFICIO SCOLASTICO PROVINCIALE

In fase progettuale;

Categoria ente : Azienda Sanitaria

ASL AT

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

Categoria ente : Regione

UFFICIO E.M.F.S. Direzione Regionale- SEDE DI ASTI

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

Categoria ente : Scuola

IPSIA Castigliano ASTI

Istituto "A. Monti" ASTI

Liceo Classico "V. Alfieri" ASTI

Liceo Scientifico "F. Vercelli" ASTI

Istituto "Gioberti" ASTI

Liceo Scientifico "G. Galilei" NIZZA MONFERRATO

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

Documentazione del progetto

1. Altro - Questionario

2. Altro

3. Documentazione progettuale

OBIETTIVI

educativo/organizzativo

- 1) adozione di comportamenti alimentari corretti
- 2) incremento dell'attività fisica durante le ore curriculari e partecipazione alle attività extracurricolari per almeno 1 ora la settimana, soprattutto da parte dei soggetti inattivi
- 3) inserimento della disciplina della marcia tra le attività extracurricolari già presenti nella scuola
- 4) partecipazione ad almeno una delle manifestazioni proposte dalle Amministrazioni Locali o dalla Scuola
- 5) organizzazione di eventi inerenti l'attività fisica
- 6) introduzione di distributori automatici di alimenti salutarì promossi attraverso messaggi di marketing sociale

organizzativo

- 1) adozione di comportamenti alimentari corretti
- 2) incremento dell'attività fisica durante le ore curriculari e partecipazione alle attività extracurricolari per almeno 1 ora la settimana, soprattutto da parte dei soggetti inattivi
- 3) inserimento della disciplina della marcia tra le attività extracurricolari già presenti nella scuola
- 4) partecipazione ad almeno una delle manifestazioni proposte dalle Amministrazioni Locali o dalla Scuola
- 5) organizzazione di eventi inerenti l'attività fisica
- 6) introduzione di distributori automatici di alimenti salutarì promossi attraverso messaggi di marketing sociale

Inserimento della disciplina della marcia tra le attività extracurricolari già presenti nella scuola

Organizzazione di eventi inerenti l'attività fisica

Introduzione di distributori automatici di alimenti salutarì promossi attraverso messaggi di marketing sociale

INTERVENTO AZIONE #1 - 01/11/2011

Titolo intervento da definire

Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :

Asti; Nizza Monferrato;

Metodi non specificati

Descrizione dell'intervento :

Presentazione del progetto rivisitato e riscritto in base alle indicazioni emerse nella riunione del 2-11-2011 ai D.S.ed al collegio Docenti per l'inserimento nel P.O.F.

Necessità importante :

- ottenere per gli studenti il credito scolastico /formativo per l'impegno profuso
- garantire ai docenti un riconoscimento (elaborazione di una pubblicazione -opuscolo che possa attribuire punteggio nelle graduatorie concorsuali)oppure altro riconoscimento da concordarsi con il gruppo di lavoro .

Orario Curricolare :

- Somministrazione questionari alle classi coinvolte
- Costituzione gruppo (studenti /insegnanti)di promozione attività pomeridiane
- Analisi dei bisogni formativi dei docenti operatori e co-progettazione con gli studenti

Orario Extracurricolare :

- Accoglienza , costituzione gruppo e analisi capacità di resistenza dei singoli allievi attraverso camminate di 1 ora su percorsi cittadini e parchi/cortile scuola

Orario Curricolare :

Raccolta e dati questionario e monitoraggio attività

Progettazione uscite sul territorio e promozione attività da parte del gruppo di lavoro

Orario Curricolare :

- Analisi risultati questionario con le classi coinvolte e approfondimento delle problematiche emerse
- Progettazione uscite
- Giochi di strada

Orario Extracurricolare :

- Organizzazione gruppi omogenei per capacità
- Camminate di un' ora finalizzate a incrementare le capacità di resistenza attraverso il graduale aumento delle distanze da percorrere
- Giochi di strada

Restituzione ai D.S.,ai media dei risultati conseguiti ed eventualmente possibilità di prosecuzione del progetto all'anno 2012-2013.

Orario Curricolare

- Raccolta dati (partecipazione alle lezioni e alle attività pomeridiane)

Orario Extracurricolare

- Prosecuzione attività avviate



- Analisi delle criticità emerse e ricerca di soluzioni per risolverle .
- Partecipazione alla Manifestazione STRAASTI. o altra
- Manifestazione finale con relazione in Power Point elaborata dal gruppo di lavoro .