

PROGETTO

Educazione nutrizionale: mangio sano

Regione Emilia Romagna AUSL Romagna - Cesena

Progetto avviato nell'anno 2015 - Ultimo anno di attività : 2015

Abstract

Obiettivo generale

Promuovere una corretta alimentazione attraverso la conoscenza della piramide alimentare mediterranea e la riflessione degli studenti sui propri comportamenti alimentari

Analisi di contesto

Dall'analisi dei dati regionali (Studio HBSC 2009-2010) riguardanti le abitudini nutrizionali e lo stato nutrizionale dei ragazzi nel periodo adolescenziale emergono alcune criticità su cui intervenire, tenendo conto che corretti stili di vita consentono di favorire il benessere e prevenire lo sviluppo di malattie cronico-degenerative. Un punto critico da evidenziare riguarda l'abitudine al consumo della colazione che va diminuendo con l'aumentare dell'età. Un altro punto critico è il consumo di frutta e verdura risultato nettamente inferiore alle raccomandazioni di almeno 5 porzioni al giorno. Solo il 19-20% dei ragazzi preso in esame nel campione ha dichiarato di consumare "più volte al giorno" la frutta e solamente il 13-14,5% la verdura. Il consumo di dolci e bevande zuccherate risulta eccessivo rispetto a quanto consigliato. I dati dimostrano che tale consumo "per più di una volta al giorno" aumenta con l'età, passando in media dal 13% negli 11enni a oltre il 15% nei 15enni.

Metodi e strumenti

Sono previsti due incontri formativi pomeridiani di tre ore ciascuno rivolti agli insegnanti. Nel primo è prevista la formazione sulla tematica, la presentazione del progetto e la discussione tra l'équipe di lavoro dell'AUSL e gli insegnanti. Nel secondo incontro si procederà alla verifica finale del progetto e al confronto sui possibili miglioramenti da introdurre nel prossimo anno scolastico.

Il progetto si articola in quattro attivazioni in classe di due ore ciascuna, che tramite metodi attivi, mirano a coinvolgere direttamente gli studenti e a farli lavorare in piccoli gruppi. Si propone come attività facoltativa l'incontro in classe con i professionisti sanitari per approfondire le conoscenze scientifiche sulle corrette abitudini alimentari.

Valutazione prevista/effettuata

Prevista una valutazione di gradimento tramite questionari per studenti ed insegnanti

Tema di salute prevalente : ALIMENTAZIONE

Temi secondari :

Setting : Ambiente scolastico

Destinatari finali : Scuola
Scuola secondaria di secondo grado
Sovracomunali (distretti, asl, consorzi socio-assistenziali, province, ecc.)

Mandati : Piano Regionale di Prevenzione (PRP)

Finanziamenti :

Responsabili e gruppo di lavoro

Dott.ssa LORENA QUARANTA (responsabile)

Infermiere

AUSL CESENA -Ufficio Educazione alla salute

e-mail : lorena.quaranta@auslromagna.it

Tel. : 0547 354216

Dott.ssa ANTONELLA BURNAZZI

Dietista

Ausl della Romagna

e-mail : antonella.burnazzi@auslromagna.it

Tel. : 0547 394295

Dott.ssa FRANCESCA CASTOLDI

psicologo

Ausl cesena - Dipartimento sanità pubblica

e-mail : piano.salute@ausl-cesena.emt.it

Tel. : 0547 352036

Dott. MAURIZIO IAIA

Pediatra

AUSL ROMAGNA

e-mail : maurizio.iaia@auslromagna.it

Tel. : 0547 394203

MELISSA PASINI

Dietista

Ausl della Romagna

e-mail : melissa.pasini@ausl-cesena.emr.it

Tel. : mar-gio-sab 0541/801839 lun-mer-ven0547/394208

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Azienda Sanitaria

AUSL della Romagna - Dipartimento di Sanità Pubblica - Dipartimento Cure Primarie

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

Categoria ente : Scuola

Scuole secondarie di II grado

OBIETTIVI

Formare gli insegnanti sulla tematica dell'alimentazione nell'età dell'adolescenza

Realizzazione di incontri formativi rivolti agli insegnanti sulla tematica dell'alimentazione nell'età dell'adolescenza e presentazione del progetto da svolgere con gli studenti.

Aumentare la consapevolezza degli studenti sui propri comportamenti alimentari

Realizzazione di incontri formativi rivolti agli insegnanti sulla tematica dell'alimentazione nell'età dell'adolescenza e presentazione del progetto da svolgere con gli studenti. Aumentare la consapevolezza degli studenti sui propri comportamenti alimentari e la valorizzazione, all'interno del gruppo dei coetanei, della capacità di prendere decisioni e di mettere in pratica obiettivi finalizzati ad una alimentazione equilibrata

INTERVENTO AZIONE #1 - /04/2015 - /11/2015

Incontri di formazione con insegnanti

Numero edizioni : 1

Ore singola edizione : 6

Totale persone raggiunte : 15

Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :

Savignano sul Rubicone; Cesena; Bagno di Romagna;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :

- Num. 1 Infermiere - ore 40

- Num. 2 Dietista - ore 9

- Num. 1 Psicologo - ore 18

Descrizione dell'intervento :

La formazione viene effettuata valutando sia i bisogni formativi degli insegnanti, sia delle problematiche adolescenziali che emergono nei vari contesti locali in riferimento all'alimentazione.

INTERVENTO AZIONE #2 - /01/2015 - /12/2015

Percorso educativo-didattico sull'alimentazione

Numero edizioni : 11

Ore singola edizione : 8

Totale persone raggiunte : 270

Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :

Savignano sul Rubicone; Cesena; Bagno di Romagna;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :

- Num. 1 Dietista - ore 10

Descrizione dell'intervento :

Il progetto si articola in quattro attivazioni in classe di due ore ciascuna, che tramite metodi attivi, mirano a coinvolgere direttamente gli studenti e a farli lavorare in piccoli gruppi. E' previsto un incontro facoltativo con professionisti sanitari per approfondire le conoscenze scientifiche sulle corrette abitudini alimentari.