PROGETTO

Dieta Mediterranea

Regione Lombardia ATS Pavia

Progetto avviato nell'anno 2017 - Ultimo anno di attività : 2019

Abstract

Obiettivo generale

Promozione, in ambito scolastico, di uno stile di vita detto mediterraneo ovvero l'apprendimento da parte di docenti e studenti del modello della dieta mediterranea e lo sviluppo della consapevolezza dei suoi indiscussi benefici in campo preventivo e di promozione della salute globale.

Analisi di contesto

In Lombardia le patologie croniche (diabete, malattie cardiovascolari, BPCO, malattie neurodegenerative etc.) coinvolgono il 33-35% della popolazione (più di 3 milioni di abitanti e di questi 300.000 sono fragili) ed impegnano il 30-33% della spesa sanitaria. I fattori esogeni riconosciuti come fattori favorenti le patologie croniche sono il fumo, l'alcool, i pesticidi, la dieta, la sedentarietà etc. La dieta inadeguata e la sedentarietà sono fattori che provocano l'obesità che a sua volta è implicata nella evolutività delle patologie croniche. La percentuale di soggetti obesi in età adulta è rimasta invariata negli ultimi anni mentre è aumentata in età giovanile ma soprattutto è preoccupante l'aumento in età pediatrica. E' comunemente accettato sul piano scientifico che l'alimentazione rappresenti uno dei più importanti determinanti della salute. Il ruolo dell'alimentazione sembra connesso alle possibili conseguenze e sviluppo di malattie croniche degenerative e tumori. Il regime mediterraneo fornisce una dieta equilibrata adatta a tutte le età e si pensa possa ridurre il rischio di malattie croniche. La dieta mediterranea facilita il fenomeno antiossidante che agisce sullo stato infiammatorio che sullo stress ossidativo. Le ultime ricerche hanno dimostrato che soggetti sani, in regime alimentare mediterraneo, presentano un aumento della capacità antiossidante associati a una diminuzione di indicatori dello stato infiammatorio e quindi è un modello alimentare che riduce la morbilità . Resta una risorsa sottoesplorata per la biodiversità. La sostenibilità della dieta mediterranea diventa utile in particolare per le giovani generazioni.

Metodi e strumenti

Il processo di diffusione e sviluppo della dieta mediterranea è sostenuto dalle attività di orientamento metodologico e organizzativo da parte degli operatori ATS, che si è concretizzato in:

- Creazione (marzo 2017) gruppo di lavoro tra ufficio scolastico provinciale, capofila provinciale Rete SPS e SIDME
- Ampliamento (maggio 2017) gruppo di lavoro coinvolgendo altre scuole delle rete SPS (IC Villanterio, IC Chignolo Po, IC Cava Manra, Istituto Superiore Faravelli) e l'IPSIA Cossa che non fa parte della rete SPS
- Sulla base dello sviluppo delle competenze individuali (life skills) definizione (settembre 2017) del tipo di formazione che gli esperti SIDME attueranno in collaborazione con gli opertaori ATS sul corpo docenti di ogni ordine e grado delle scuole coinvolte e su un campione di studenti di 3°-4°-5° superiore degi istituti coinvolti che a loro volta realizzeranno interventi di peer education nelle scuole della rete SPS coinvolte
- Formazione a novembre-dicembre 2017 dei docenti e degli studenti di scuola secondaria di 2° grado
- Definizione (a gennaio 2018) con i docenti di unità di apprendimento, incentrate sui principi della dieta mediterranea, che gli stessi realizzeranno in classe (a febbraio-maggio 2018) utlizzando una metodologia life skills

- Definizione (a febbraio/marzo 2018) con i ragazzi di 3°-4°-5° superiore formati, di attività esperienziali incentrate sui principi della dieta mediterranea che attueranno in modalità peer to peer in un campione di studenti di scuola primaria e secondaria di 1° grado degli IC formati (da marzo a maggio 2018).
A maggio 2018 è stato organizzato un convegno finale nel quale i ragazzi coinvolti hanno illustrato direttamente la loro esperienza all'interno di questo percorso.
In seguito a questo percorso l'IPSIA COSSA si è iscritto alla rete SPS.

Giugno 2018:
con il team progettuale revisione del percorso, considerandolo biennale con un 1° livello ed un 2° livello
Settembre 2018:
1° livello= hanno aderito ex novo , IC Garlasco (rete SPS), IC Siziano, IC. Viale Libertà di Vigevano (rete SPS), Istituto San Giuseppe di Vigevano (rete SPS). Continuano IC Villanterio (rete SPS) Istituto Faravelli di Stradella (rete SPS), IPSIA COSSA di Pavia (rete SPS).
2° livello= continuano il percorso le insegnanti ed i ragazzi formate nel 1° livello dell' IC Belgioioso, IC Villanterio, Istituto Faravelli di Stradella, IPSIA COSSA di Pavia.
Nel 2019:
gli Istituti che hanno aderito al 1° livello hanno effettuato il percorso con convegno finale a pavia e uno a vigevano.

Valutazione prevista/effettuata
Impatto

indicatore: totale ic-scuole secondarie di 2° grado partecipanti/ totale ic-scuole secondarie di 2° grado aderenti

indicatore: totale docenti-studenti formati/totale docenti-studenti iscritti

Efficacia
indicatore:risposte esatte test in uscita docenti> % risposte esatte test in entrata docenti

indicatore:risposte esatte test in uscita studenti di 3°-4°-5° secondaria di 2° grado> % risposte esatte test in entrata studenti di 3°-4°-5° secondaria di 2° grado

Tema di salute prevalente :	ALIMENTAZIONE
Temi secondari :	Sovrappeso e obesità Dieta / aspetti nutrizionali Diabete Neoplasie Patologie cardiovascolari LIFESKILLS
Setting :	Ambiente scolastico
Destinatari finali :	Minori Scuola dell'infanzia

Scuola primaria
Scuola secondaria di primo grado
Scuola secondaria di secondo grado

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

Finanziamenti :

Responsabili e gruppo di lavoro

LORELLA VICARI (responsabile)
ATS PAVIA
e-mail : lorella_vicari@ats-pavia.it

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Associazione
SIDME (Scuola Italiana Dieta Mediterranea)
Come promotore; In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

Categoria ente : Scuola
IC Villanterio quale capofila della rete provinciale SPS
In fase progettuale;

Categoria ente : Scuola
UFFICIO SCOLASTICO PROVINCIALE
Come promotore;

Categoria ente : Altro ente
Ordine dei Medici e Chirurghi della Provincia di Pavia
In fase progettuale; In fase di realizzazione;

Documentazione del progetto

1. Documentazione progettuale

OBIETTIVI

geolocalizzazione

Aumentare le conoscenze dei docenti di ogni ordine e grado e di studenti di 3°-4°-5° superiore sul concetto di dieta mediterranea e relativi benefici in termini di salute.

Attraverso l'apprendimento di nuove conoscenze sullo stile di vita mediterraneo viene rafforzata la loro competenza e consapevolezza nell'ambito preventivo e di promozione della salute.

INTERVENTO AZIONE #1 - 01/01/2017

geolocalizzazione 2017

Numero edizioni : 2
Setting : Ambiente scolastico

Scuole coinvolte nell'intervento :

Albuzzano
Plesso : ALBUZZANO - Istituto : IC DI BELGIOIOSO
Scuola primaria

Belgioioso
Plesso : BELGIOIOSO - Istituto : IC DI BELGIOIOSO
Scuola infanzia

Belgioioso
Plesso : BELGIOIOSO LAURENTI - Istituto : IC DI BELGIOIOSO
Scuola primaria

Belgioioso
Plesso : A NEGRI BELGIOIOSO - Istituto : IC DI BELGIOIOSO
Scuola Secondaria di primo grado

Chignolo Po
Plesso : CHIGNOLO PO - Istituto : IC DI CHIGNOLO PO
Scuola primaria

Copiano
Plesso : COPIANO - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola infanzia

Copiano
Plesso : COPIANO DE AMICIS - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola primaria

Gerenzago
Plesso : GERENZAGO - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola primaria

Linarolo
Plesso : LINAROLO - Istituto : IC DI BELGIOIOSO
Scuola infanzia

Linarolo
Plesso : LINAROLO CORDONE - Istituto : IC DI BELGIOIOSO
Scuola primaria

Magherno
Plesso : MAGHERNO - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola primaria

Marzano
Plesso : MARZANO - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola primaria

Miradolo Terme
Plesso : MIRADOLO TERME - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola primaria

Monticelli Pavese
Plesso : MONTICELLI - Istituto : IC DI CHIGNOLO PO
Scuola primaria

Pavia
Plesso : IPSCT L COSSA PAVIA
Scuola Secondaria di secondo grado

Pieve Porto Morone
Plesso : PIEVE PORTO MORONE - Istituto : IC DI CHIGNOLO PO
Scuola primaria

Santa Cristina e Bissone
Plesso : SANTA CRISTINA E BISSONE - Istituto : IC DI CHIGNOLO PO
Scuola primaria

Stradella
Plesso : ITCG FARAVELLI STRADELLA - Istituto : FARAVELLI STRADELLA
Scuola Secondaria di secondo grado

Valle Salimbene
Plesso : VALLE SALIMBENE - Istituto : IC DI BELGIOIOSO
Scuola infanzia

Villanterio
Plesso : VILLANTERIO - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola primaria

Vistarino
Plesso : VISTARINO - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola primaria

CORTEOLONA E GENZONE
Plesso : CORTEOLONA E GENZONE - Istituto : IC DI CHIGNOLO PO
Scuola primaria

Metodi non specificati

INTERVENTO AZIONE #2 - 01/01/2017

Formazione docenti infanzia, primaria, secondaria di 1° e 2° grado e studenti di 3°-4°-5° di secondaria di 2° grado

Numero edizioni : 2
Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :

Metodi non specificati

INTERVENTO AZIONE #3 - 01/01/2019 - 31/12/2019

geolocalizzazione 2019

Setting : Ambiente scolastico

Scuole coinvolte nell'intervento :

Alagna
Plesso : ALAGNA - Istituto : IC DI GARLASCO
Scuola infanzia
Scuola Polo

Albuzzano
Plesso : ALBUZZANO - Istituto : IC DI BELGIOIOSO
Scuola primaria
Scuola Polo

Belgioioso
Plesso : BELGIOIOSO - Istituto : IC DI BELGIOIOSO
Scuola infanzia
Scuola Polo

Belgioioso
Plesso : BELGIOIOSO LAURENTI - Istituto : IC DI BELGIOIOSO
Scuola primaria
Scuola Polo

Belgioioso
Plesso : A NEGRI BELGIOIOSO - Istituto : IC DI BELGIOIOSO
Scuola Secondaria di primo grado
Scuola Polo

Chignolo Po
Plesso : CHIGNOLO PO - Istituto : IC DI CHIGNOLO PO
Scuola primaria

Copiano
Plesso : COPIANO - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola infanzia
Scuola Polo

Copiano
Plesso : COPIANO DE AMICIS - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola primaria
Scuola Polo

Dorno
Plesso : DORNO - Istituto : IC DI GARLASCO
Scuola infanzia
Scuola Polo

Dorno
Plesso : DORNO - Istituto : IC DI GARLASCO
Scuola primaria
Scuola Polo

Dorno

Plesso : L DI SAVOIA DORNO - Istituto : IC DI GARLASCO
Scuola Secondaria di primo grado
Scuola Polo

Garlasco
Plesso : GARLASCO - Istituto : IC DI GARLASCO
Scuola infanzia
Scuola Polo

Garlasco
Plesso : GARLASCO - Istituto : IC DI GARLASCO
Scuola primaria
Scuola Polo

Gerenzago
Plesso : GERENZAGO - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola primaria
Scuola Polo

Gropello Cairoli
Plesso : F LLI CAIROLI GROPELLO CAIROLI - Istituto : IC DI GARLASCO
Scuola Secondaria di primo grado
Scuola Polo

Siziano
Plesso : SIZIANO - Istituto : IC DI SIZIANO
Scuola infanzia
Scuola Polo

Siziano
Plesso : SIZIANO - Istituto : IC DI SIZIANO
Scuola primaria
Scuola Polo

Siziano
Plesso : VIA PAVIA SIZIANO - Istituto : IC DI SIZIANO
Scuola Secondaria di primo grado
Scuola Polo

Linarolo
Plesso : LINAROLO - Istituto : IC DI BELGIOIOSO
Scuola infanzia
Scuola Polo

Linarolo
Plesso : LINAROLO CORDONE - Istituto : IC DI BELGIOIOSO
Scuola primaria
Scuola Polo

Magherno
Plesso : MAGHERNO - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola primaria
Scuola Polo

Marzano
Plesso : MARZANO - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola primaria

Scuola Polo

Miradolo Terme
Plesso : MIRADOLO TERME - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola primaria
Scuola Polo

Monticelli Pavese
Plesso : MONTICELLI - Istituto : IC DI CHIGNOLO PO
Scuola primaria

Pavia
Plesso : IPSCT L COSSA PAVIA
Scuola Secondaria di secondo grado
Scuola Polo

Pieve Porto Morone
Plesso : PIEVE PORTO MORONE - Istituto : IC DI CHIGNOLO PO
Scuola primaria

Santa Cristina e Bissone
Plesso : SANTA CRISTINA E BISSONE - Istituto : IC DI CHIGNOLO PO
Scuola primaria

Stradella
Plesso : ITCG FARAVELLI STRADELLA - Istituto : FARAVELLI STRADELLA
Scuola Secondaria di secondo grado
Scuola Polo

Valle Salimbene
Plesso : VALLE SALIMBENE - Istituto : IC DI BELGIOIOSO
Scuola infanzia
Scuola Polo

Vigevano
Plesso : VIALE LIBERTA - Istituto : IC DI VIALE LIBERTA
Scuola infanzia
Scuola Polo

Vigevano
Plesso : SANTA MARIA DELLE VIGNE - Istituto : IC DI VIALE LIBERTA
Scuola infanzia
Scuola Polo

Vigevano
Plesso : DE AMICIS VIG VIALE LIBERTA - Istituto : IC DI VIALE LIBERTA
Scuola primaria
Scuola Polo

Vigevano
Plesso : BOTTO - Istituto : IC DI VIALE LIBERTA
Scuola primaria
Scuola Polo

Vigevano
Plesso : LICEO SCIENTIFICO SAN GIUSEPPESoc Coop Soc Santa Caterina da Siena a r l
Scuola Secondaria di secondo grado
Scuola Polo

Vigevano
Plesso : SCUOLA SEC 1Â° GRADOS GIUSEPPE Soc Coop Soc Santa Caterina da Siena a r l
Scuola Secondaria di primo grado
Scuola Polo

Vigevano
Plesso : SCUOLA DELLINFANZIA S GIUSEPPE Soc Coop Soc Santa Caterina da Siena a r l
Scuola infanzia
Scuola Polo

Vigevano
Plesso : SCUOLA PRIMARIA SAN GIUSEPPESoc Coop Soc Santa Caterina da Siena a r l
Scuola primaria
Scuola Polo

Villanterio
Plesso : VILLANTERIO - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola primaria
Scuola Polo

Vistarino
Plesso : VISTARINO - Istituto : IC DI VILLANTERIO
Scuola primaria
Scuola Polo

Zerbolò
Plesso : ZERBOLO - Istituto : IC DI GARLASCO
Scuola infanzia
Scuola Polo

CORTEOLONA E GENZONE
Plesso : CORTEOLONA E GENZONE - Istituto : IC DI CHIGNOLO PO
Scuola primaria

Metodi non specificati