## PROGETTO

# S.O.S. Sviluppiamo OpportunitÃ  di Salute - MOVIMENTO Ã¨ SALUTE (Catalogo)

Regione Piemonte ASL Cuneo 1

Progetto avviato nell'anno 2017 - Ultimo anno di attività : 2018

## Abstract

**Obiettivo generale**

La riduzione della prevalenza dell'obesità e della diffusione delle malattie croniche passa attraverso il miglioramento delle abitudini alimentari della popolazione. In particolare, sembrano svolgere un ruolo importante come fattori protettivi rispetto all'insorgenza dell'obesità infantile il consumo di frutta e verdura, la riduzione del consumo di zuccheri, sale e alimenti ad alta densità energetica (vedi PRP 2014-18 e PRISA 2016).

Vengono qui delineati gli obiettivi generali, fra i quali ogni scuola/classe potrà scegliere di applicarsi in modo specifico per l'anno corrente, considerando la possibilità di prevedere percorsi educativi strutturati su più anni, in modo da trattare via via la maggior parte degli argomenti.

Attività Fisica:

? Incremento delle occasioni di attività fisica fuori e dentro la scuola

Stili di Vita:

? Favorire una maggior consapevolezza delle famiglie circa la salubrità degli stili di vita dei figli e il problema del sovrappeso/ obesità in età pediatrica

? Incremento delle capacità critiche nella scelta di uno stile alimentare; consumo consapevole

? Favorire la diffusione di una cultura della salute nella consapevolezza che le nostre scelte alimentari e di stile di vita, hanno ricadute sulla salute sia direttamente che indirettamente (ambiente, socialità, ecc?)

Alimentazione:

? Ridurre il numero di bambini che non fanno la colazione o che la fanno inadeguata

? Riduzione consumo snack e cibi spazzatura, anche attraverso una maggior conoscenza dei cibi salutari e l'ampliamento della gamma gustativa

? Riduzione consumo di bibite e promozione del consumo di acqua del rubinetto

? Incremento consumo di frutta e verdura

? Riduzione del consumo di sale

**Analisi di contesto**

Le azioni di promozione di stili di vita sani partono dalla constatazione della stretta correlazione fra salute, alimentazione e attività fisica: ad oggi le statistiche confermano che il 75% dei problemi di salute sono causati da scorrette abitudini di vita e cattiva alimentazione. Il problema sussiste anche nella popolazione infantile: i risultati delle sorveglianze relative al territorio dell'ASL CN1 delineano un quadro preoccupante per la diffusione di obesità e sovrappeso nella popolazione infantile e per la diffusione di comportamenti e stili di vita non salutare fra la popolazione infantile e giovanile (HBSC Piemonte 2014; OKkio ASL CN1 2014).

La strategia per la promozione di stili di vita salutari deve essere globale; la scuola, in quanto contesto di vita e relazionale fondamentale per i giovani, può rivestire un ruolo primario nel favorire la salute.

La Formazione agli insegnanti è uno strumento per trasmettere competenze, cultura (gli insegnanti sono anche modelli di vita), per favorire lo sviluppo di progettualità finalizzate a generare cambiamenti nel contesto scolastico. Gli insegnanti sono il ponte necessario per il coinvolgimento attivo degli

studenti. La formazione agli insegnanti rappresenta inoltre un utile momento di confronto e dialogo fra scuola e sistema sanitario, in un'ottica di co-costruzione di interventi efficaci di promozione di sane abitudini.
Riferimento bibliografico: "Rete Regionale Piemontese delle Scuole che promuovono salute. Raccolta di documenti ufficiali per una scuola che promuove salute";
http://www.dors.it/alleg/newcms/201411/DocumentiScuolaSalute_completo.pdf

**Metodi e strumenti**

L'adesione al progetto prevede:
1) Adozione di uno o più giorni della frutta nella settimana. Le classi aderenti si impegnano ad istituire uno o più giorni della frutta in cui gli studenti sono invitati a consumare la frutta come merenda di metà mattina; l'attività prevede la rilevazione dei consumi tre volte nell'anno scolastico, tramite apposita scheda.
2) formazione agli insegnanti attraverso Laboratori tematici finalizzata alla realizzazione pratica delle attività in classe nel corso dell'anno scolastico.
3) Supporto alla realizzazione delle attività a scuola programmate durante i laboratori
4) Realizzazione di interventi in classe o con le famiglie a completamento di eventuali altre o diverse specifiche progettualità realizzate dalle scuole.

**Valutazione prevista/effettuata**

L'attività di formazione verrà valutata attraverso:
- Numero di attività specifiche attivate nelle scuole a seguito dei laboratori/ numero di scuole aderenti ai laboratori S.O.S.
- Rilevazione delle attività svolte in classe dagli insegnanti a seguito della partecipazione ai laboratori

Il miglioramento degli spuntini di metà mattina e il consumo di frutta e verdura verrà valutato attraverso
- Numero di classi che aderiscono al giorno della frutta
- monitoraggio dei consumi a metà mattina (rilevazione merende)

| | |
|---|---|
| **Tema di salute prevalente :** | ATTIVITA' FISICA |
| **Temi secondari :** | ALIMENTAZIONE |
| **Setting :** | Ambiente scolastico |
| **Destinatari finali :** | Scuola<br>Scuola primaria<br>Scuola secondaria di primo grado<br>Scuola secondaria di secondo grado |
| **Mandati :** | Piano Regionale di Prevenzione (PRP)<br>Piani locali / Aziendali di prevenzione e promozione della salute |
| **Finanziamenti :** | Attività corrente istituzionale |

## Responsabili e gruppo di lavoro

PELLEGRINO ANGELO (responsabile)
ASL CN1 SIAN
e-mail : angelo.pellegrino@aslcn1.it

Dott.ssa CARDETTI Silvia
Psicologa
ASL CN1 - SSD Promozione salute
e-mail : silvia.cardetti@aslcn1.it

Tel. : 0172 240687

Dr. CONVERSA PASQUALE
Medico
ASL CN1 - Medicina sportiva
e-mail : pasquale.conversa@aslcn1.it

POLONI VALA
ASL CN1 - Medicina Sportiva
e-mail : vala.poloni@aslcn1.it

## Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Scuola
Scuole ambito territoriale ASL CN1
In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

## OBIETTIVI

**Aumento delle occasioni di attività fisica a scuola**

## INTERVENTO AZIONE #1 - /09/2017 - /12/2017

### Azioni svolte nell' a.s. 2017/2018

Numero edizioni : 2
Ore singola edizione : 6
Totale persone raggiunte : 30
Setting : Ambiente scolastico

**Scuole coinvolte nell'intervento :**

Bene Vagienna
Plesso : BENE VAGIENNA CAPOLUOGO - Istituto : BENE VAGIENNA
Scuola primaria

Caramagna Piemonte
Plesso : CARAMAGNA P TE CAPOLUOGO - Istituto : CAVALLERMAGGIORE
Scuola infanzia

Casalgrasso
Plesso : CASALGRASSO CAPOLUOGO - Istituto : MORETTA
Scuola infanzia

Centallo
Plesso : CENTALLO CAPOLUOGO - Istituto : CENTALLO VILLAFALLETTO
Scuola primaria

Cervasca
Plesso : CERVASCA CAPOLUOGO - Istituto : CERVASCA
Scuola primaria

Cervasca
Plesso : CERVASCA G MARCONI - Istituto : CERVASCA
Scuola Secondaria di primo grado

Ceva
Plesso : CEVA CAPOLUOGO - Istituto : CEVA A MOMIGLIANO
Scuola primaria

Cuneo
Plesso : CUNEO V LE ANGELI NUTO REVELLI - Istituto : CUNEO VIALE ANGELI
Scuola primaria

Cuneo
Plesso : CUNEO V LE ANGELI LIDIA ROLFI - Istituto : CUNEO VIALE ANGELI
Scuola primaria

Cuneo
Plesso : CUNEO VIA SOBRERO L EINAUDI - Istituto : CUNEO VIA SOBRERO
Scuola primaria

Dronero
Plesso : DRONERO CAP PIETRO ALLEMANDI - Istituto : DRONERO G GIOLITTI
Scuola primaria

Fossano
Plesso : FOSSANO A PAGLIERI - Istituto : FOSSANO A
Scuola Secondaria di primo grado

Mondovì

Plesso : MONDOVI G BARUFFI - Istituto : MONDOVI CIGNA BARUFFI GARELLI
Scuola Secondaria di secondo grado

Mondovì
Plesso : MONDOVI G CIGNA - Istituto : MONDOVI CIGNA BARUFFI GARELLI
Scuola Secondaria di secondo grado

Revello
Plesso : REVELLO CAPOLUOGO - Istituto : REVELLO
Scuola primaria

Saluzzo
Plesso : SALUZZO CAPOL PIVANO - Istituto : SALUZZO
Scuola primaria

Sanfront
Plesso : SANFRONT CAP ADA NEGRI - Istituto : SANFRONT PAESANA
Scuola primaria

San Michele Mondovì
Plesso : SAN MICHELE MONDOVI
Scuola primaria

Savigliano
Plesso : SAVIGLIANO SANTORRE SANTAROSA - Istituto : SAVIGLIANO S SANTAROSA
Scuola primaria

Venasca
Plesso : VENASCA - Istituto : VENASCA COSTIGLIOLE S
Scuola primaria

Villafalletto
Plesso : VILLAFALLETTO - Istituto : CENTALLO VILLAFALLETTO
Scuola primaria

Villanova Mondovì
Plesso : VILLANOVA MONDOVI CAPOLUOGO - Istituto : VILLANOVA MONDOVI
Scuola primaria

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 12 Psicologo - ore 1
- Num. 2 Operatore tecnico - ore 4
- Num. 3 Altra figura o professione - ore 2

Descrizione dell'intervento :
L'intervento è stato svolto anche presso CNOS FAP SALUZZO

Documentazione dell'intervento :

## INTERVENTO AZIONE #2 - /01/2018 - /06/2018

### Azioni svolte nell' a.s. 2017/2018 [duplicato 2018]

Numero edizioni : 2
Ore singola edizione : 6
Totale persone raggiunte : 35
Setting : Ambiente scolastico

**Scuole coinvolte nell'intervento :**

Bene Vagienna
Plesso : BENE VAGIENNA CAPOLUOGO - Istituto : BENE VAGIENNA
Scuola primaria

Caramagna Piemonte
Plesso : CARAMAGNA P TE CAPOLUOGO - Istituto : CAVALLERMAGGIORE
Scuola infanzia

Casalgrasso
Plesso : CASALGRASSO CAPOLUOGO - Istituto : MORETTA
Scuola infanzia

Centallo
Plesso : CENTALLO CAPOLUOGO - Istituto : CENTALLO VILLAFALLETTO
Scuola primaria

Cervasca
Plesso : CERVASCA CAPOLUOGO - Istituto : CERVASCA
Scuola primaria

Cervasca
Plesso : CERVASCA G MARCONI - Istituto : CERVASCA
Scuola Secondaria di primo grado

Ceva
Plesso : CEVA CAPOLUOGO - Istituto : CEVA A MOMIGLIANO
Scuola primaria

Cuneo
Plesso : CUNEO V LE ANGELI NUTO REVELLI - Istituto : CUNEO VIALE ANGELI
Scuola primaria

Cuneo
Plesso : CUNEO V LE ANGELI LIDIA ROLFI - Istituto : CUNEO VIALE ANGELI
Scuola primaria

Cuneo
Plesso : CUNEO VIA SOBRERO L EINAUDI - Istituto : CUNEO VIA SOBRERO
Scuola primaria

Dronero
Plesso : DRONERO CAP PIETRO ALLEMANDI - Istituto : DRONERO G GIOLITTI
Scuola primaria

Fossano
Plesso : FOSSANO A PAGLIERI - Istituto : FOSSANO A
Scuola Secondaria di primo grado

Mondovì

Plesso : MONDOVI G BARUFFI - Istituto : MONDOVI CIGNA BARUFFI GARELLI
Scuola Secondaria di secondo grado

Mondovì
Plesso : MONDOVI G CIGNA - Istituto : MONDOVI CIGNA BARUFFI GARELLI
Scuola Secondaria di secondo grado

Revello
Plesso : REVELLO CAPOLUOGO - Istituto : REVELLO
Scuola primaria

Saluzzo
Plesso : SALUZZO CAPOL PIVANO - Istituto : SALUZZO
Scuola primaria

Sanfront
Plesso : SANFRONT CAP ADA NEGRI - Istituto : SANFRONT PAESANA
Scuola primaria

San Michele Mondovì
Plesso : SAN MICHELE MONDOVI
Scuola primaria

Savigliano
Plesso : SAVIGLIANO SANTORRE SANTAROSA - Istituto : SAVIGLIANO S SANTAROSA
Scuola primaria

Venasca
Plesso : VENASCA - Istituto : VENASCA COSTIGLIOLE S
Scuola primaria

Villafalletto
Plesso : VILLAFALLETTO - Istituto : CENTALLO VILLAFALLETTO
Scuola primaria

Villanova Mondovì
Plesso : VILLANOVA MONDOVI CAPOLUOGO - Istituto : VILLANOVA MONDOVI
Scuola primaria

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 1 Psicologo - ore 13
- Num. 2 Medico - ore 4
- Num. 3 Volontario - ore 3

Descrizione dell'intervento :
L'intervento è stato svolto anche presso CNOS FAP SALUZZO

Documentazione dell'intervento :