

A "SCUOLA DI SALUTE" NEL PIANO DELLA PREVENZIONE DELLA REGIONE ABRUZZO

Evento di lancio del percorso formativo integrato per
“Una sana alimentazione per una scuola in salute”

***LE ATTIVITÀ DEI SIAN PER UNA SANA
ALIMENTAZIONE DEI BAMBINI IN ETÀ SCOLARE***

Dott.ssa Maria Maddalena Marconi

Dipartimento di Prevenzione ASL Teramo

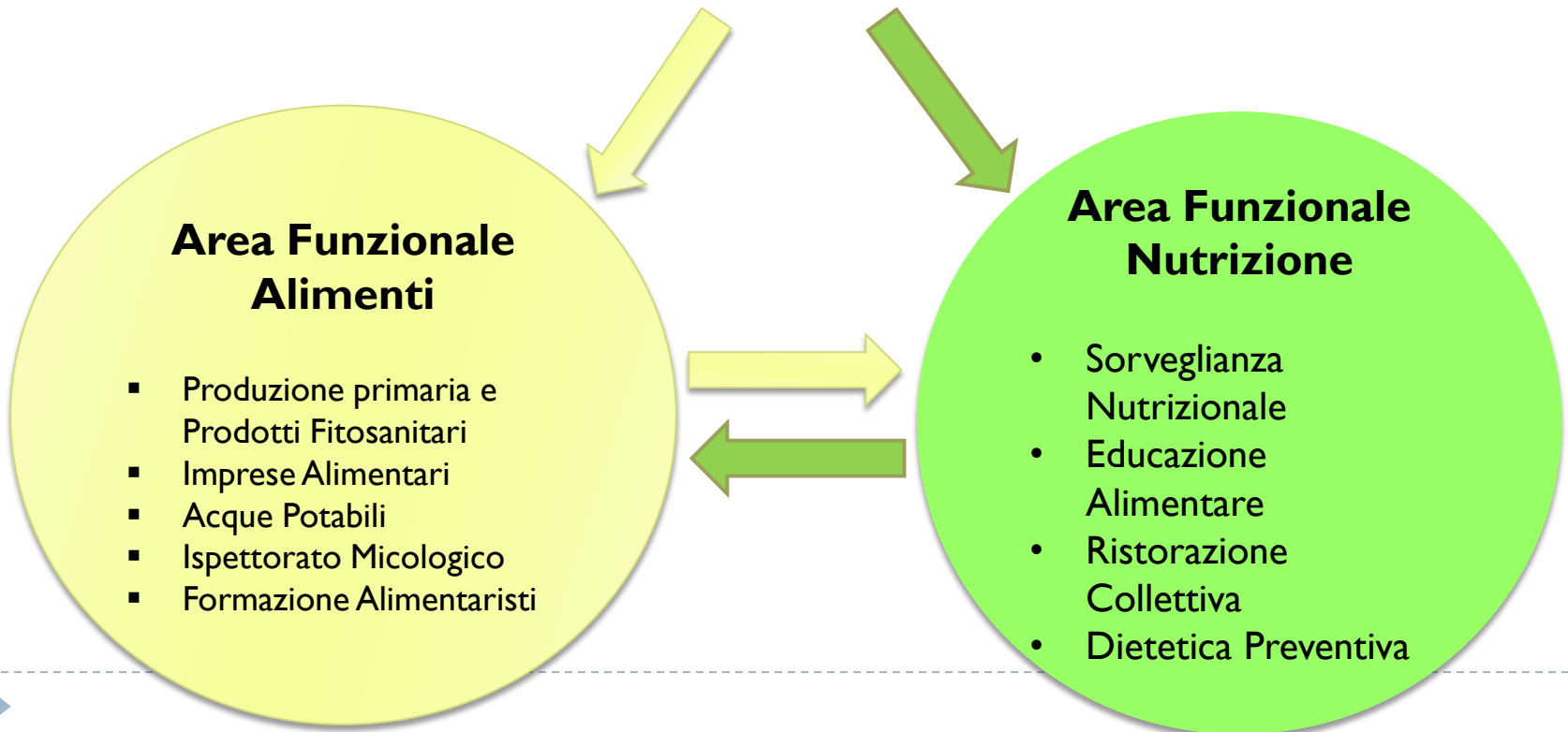
U.O. SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE

*Auditorium Petruzzi
Pescara, 30 maggio 2016*

Cos'è il SIAN?

- ▶ Nascita con il Dlgs 502/92
- ▶ Assetto organizzativo e Competenze DM 185/98

SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE



Il contesto della nascita dei SIAN

Le malattie croniche sono la causa principale di morte e di disabilità nel mondo. La lotta alle malattie croniche rappresenta una priorità di salute pubblica. Da qui la necessità di **investire nella prevenzione** e nel controllo di queste malattie, da una parte riducendo i fattori di rischio a livello individuale, dall'altra agendo in **maniera interdisciplinare e integrata** per rimuovere le cause delle cause.

Cause delle malattie croniche



Fonte: Oms

Il ruolo del SIAN nella sana alimentazione in età scolare

- ✓ **Sorveglianza nutrizionale:**

 - Okkio alla salute 8-9 anni (scuola primaria)

 - HBSC 11-15 anni (scuola secondaria)

 - RILEVAZIONE ABITUDINI ALIMENTARI, STILE DI VITA

 - DATI ANTROPOMETRICI (solo in okkio alla salute)

- ✓ **Progetti di educazione nutrizionale e promozione della salute:**

 - Guadagnare Salute

 - Piano della Prevenzione

 - PROMOZIONE STILI DI VITA SALUTARI, PREVENZIONE OBESITÀ

- ✓ **Ristorazione scolastica:**

 - MENÙ SCOLASTICI

 - ELABORAZIONE DIETE SPECIALI

 - SCHEDE MERCEOLOGICHE E CAPITOLATI D'APPALTO

 - SOPRALLUOGHI/CONTROLLI NELLE MENSE



Il Sian come "*facilitatore*" per lo sviluppo delle progettazioni centrali

PRESENZA
SUL
TERRITORIO

INTERVENTI
SU INDIVIDUI
E COMUNITA'

PUNTO
D'INCONTRO
TRA GLI
STAKEHOLDER

ACCORDI CON
AMMINISTRATORI
LOCALI

SVILUPPO AZIONI
INTERSETTORIALI



PIANO REGIONALE DELLA PREVENZIONE

Azione 4: Sana alimentazione per
una scuola in salute

PROGRAMMA 2 "A SCUOLA DI SALUTE"

Il progetto “ Sana alimentazione per una scuola in salute ”: motivazioni



- ▶ Il progetto “ Sana alimentazione per una scuola in salute” è integrato con gli altri progetti di promozione della salute orientati al contrasto dei principali fattori di rischio delle malattie croniche
- ▶ Si basa su interventi **multisetoriali** in cui sono coinvolti non solo bambini e ragazzi, ma anche docenti, genitori e addetti al servizio di refezione scolastica
- ▶ Una dieta adeguata, bilanciata e variegata, insieme alla pratica quotidiana di attività fisica è un elemento basilare per uno stile di vita sano oltre che valido strumento di prevenzione per alcune patologie



Popolazione target

È coinvolta tutta la popolazione scolastica
con interventi differenziati



Scuola dell'infanzia



Scuola primaria



**Scuola secondaria
di 1° grado**




**Scuola secondaria
di 2° grado**



Azioni nelle classi

1) Promozione del potenziamento dei fattori di protezione (life skill dei bambini ed empowerment individuale e familiare)

MODALITÀ

- ▶ Formazione FAD rivolta agli insegnanti
 - ▶ Formazione FAD rivolta ai pediatri
 - ▶ Formazione operatori SIAN (ruolo di interlocutori e coordinatori a livello locale delle diverse iniziative ed interventi multicomponenti)
 - ▶ Materiale informativo multimediale per genitori
 - ▶ Incontri in presenza di insegnanti e genitori
- 



Azioni nelle classi

2) *Promozione di comportamenti alimentari sani con attività nelle classi, nel contesto familiare e ambientale*



colazione adeguata



*consumo di frutta giornaliero
consumo di verdura giornaliero
riduzione del consumo di sale
riduzione del consumo di bevande zuccherate*



merenda adeguata

MODALITÀ

- ▶ Produzione di materiale didattico anche multimediale, laboratori pratici (laboratori di cucina, percorsi di spesa salutare, integrazione culturale alimentare, orti didattici, aumento dell'accessibilità al consumo di frutta e verdura)

Azioni nelle classi

3) *Riduzione del consumo di sale e promozione dell'utilizzo di sale iodato nella ristorazione collettiva*

MODALITÀ

- ▶ Elaborazione e divulgazione di capitolati di appalto per la refezione scolastica con inclusione del sale iodato.
- ▶ Raccolta dati da parte dei SIAN tramite scheda sull'utilizzo del sale iodato presso le mense scolastiche (I e II verifica).



Azioni nelle classi

4) *Adozione di linee guida regionali per la ristorazione scolastica*

MODALITÀ

- ▶ Stesura e divulgazione di linee guida regionali per la refezione scolastica in: asili nido, scuola dell'infanzia, scuola primaria, scuola secondaria di primo grado
- ▶ Le linee guida includeranno anche delle indicazioni sulla fornitura della merenda a scuola (spuntino di metà mattina) sia per le ditte di ristorazione che per esterni
- ▶ Linee guida per la famiglia sull'alimentazione a casa



Azioni nelle classi

1. *Adozione di linee guida regionali per distribuzione automatica di alimenti e bevande nelle scuole*

MODALITÀ

- Stesura e divulgazione linee guida regionali per la distribuzione automatica di alimenti e bevande nelle scuole



Il ruolo del SIAN nella sana alimentazione in età scolare

- ✓ **Sorveglianza nutrizionale:**

 - Okkio alla salute 8-9 anni (scuola primaria)

 - HBSC 11-15 anni (scuola secondaria)

 - RILEVAZIONE ABITUDINI ALIMENTARI, STILE DI VITA

 - DATI ANTROPOMETRICI (solo in okkio alla salute)

- ✓ **Progetti di educazione nutrizionale e promozione della salute:**

 - Guadagnare Salute

 - Piano della Prevenzione

 - PROMOZIONE STILI DI VITA SALUTARI, PREVENZIONE OBESITÀ

- ✓ **Ristorazione scolastica:**

 - MENÙ SCOLASTICI

 - ELABORAZIONE DIETE SPECIALI

 - SCHEDE MERCEOLOGICHE E CAPITOLATI D'APPALTO

 - SOPRALLUOGHI/CONTROLLI NELLE MENSE

LINEE DI INDIRIZZO PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA

- ▶ La ristorazione scolastica rappresenta per i piccoli utenti un momento prezioso di **apprendimento** ed un'**opportunità** per promuovere sane abitudini alimentari, coinvolgendo non solo i bambini, ma anche famiglie e docenti, con l'intento di mantenere nel tempo corretti stili di vita, al fine di prevenire le malattie cronico-degenerative.



- ▶ L'elaborazione delle “**Linee guida per la ristorazione scolastica**” nasce dalla necessità di elevare il livello qualitativo dei pasti, sia nutrizionale che sensoriale, mantenendo saldi i principi di sicurezza alimentare.
-



LINEE DI INDIRIZZO PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA

- ✓ ELABORAZIONE MENÙ:
ASILO NIDO
INFANZIA, PRIMARIA, MEDIE
COLONIE ESTIVE
- ✓ SCHEDE MERCEOLOGICHE
- ✓ LINEE GUIDA SPUNTINI E MERENDE
- ✓ LINEE GUIDA PER DISTRIBUTORI
AUTOMATICI
- ✓ LINEE GUIDA INDICAZIONI PER LA
FAMIGLIA
- ✓ PROCEDURA DIETE SPECIALI PER
PATOLOGIE, ALLERGIE,
MOTIVAZIONI ETICO/RELIGIOSE

ASPETTI QUALITATIVI

- ✓ Revisione tabelle dietetiche LARN 2014
(riduzione apporto proteico, migliore
composizione menù nido)
- ✓ Menù a rotazione stagionale 8 settimane
autunno-inverno / primavera estate
- ✓ Distribuzione settimanale degli alimenti
secondo linee guida ministero e con
particolare attenzione alla non ripetitività
nelle diverse settimane
- ✓ Introduzione di nuove ricette con
attenzione alla valorizzazione del
territorio
- ✓ Promozione al consumo del contorno di
verdure (anche come assaggio)
- ✓ No alla seconda porzione soprattutto del
primo piatto

Esempio menù scuola dell'infanzia

► Menù autunno-inverno

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta al pomodoro e basilico	Tagliolini o sagnette con legumi	Pasta in bianco olio e parmigiano	Pasta con broccoli o cime di rapa	Risotto alla zucca
Rollè di tacchino	Frittata al forno con mozzarella	Polpettine al pomodoro	Parmigiano a tocchetti o in scaglie	Palombo in umido
Bieta lessa olio e limone	Carote alla julienne	Finocchi gratinati	Insalata lattuga, carote e finocchi	Lattuga a striscioline
FRUTTA FRESCA: A ROTAZIONE E SECONDO STAGIONE				
PANE COMUNE O CASERECCIO				



Esempio menù scuola dell'infanzia

► Menù primavera-estate

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta all'ortolana o Insalata di pasta mediterranea	Tagliatelle al pomodoro e basilico	Risotto piselli e zafferano	Pasta con zucchine	Pasta in bianco olio e parmigiano
Frittata al forno con spinaci	Scaloppine o spezzatino di vitello	CilieGINE di mozzarella o caciottina	Bocconcini di pollo croccanti	Crocchette di pesce
Carote e finocchi alla julienne	Verdure in teglia (tiella teramana)	Insalata mista con pomodorini	Fagiolini	Carote alla julienne
FRUTTA FRESCA: A ROTAZIONE E SECONDO STAGIONE				
PANE COMUNE O CASERECCIO				





Spuntini e distributori automatici

- ▶ Fornire precise indicazioni per una corretta rotazione delle alternative di spuntini, differenziate per fasce d'età dal punto di vista qualitativo e quantitativo, sia se lo spuntino è fornito dal servizio di ristorazione sia da una ditta esterna.
- ▶ Vista la diffusa presenza di distributori automatici per alimenti in diversi contesti scolastici, spesso dedicati al personale scolastico ma di fatto accessibili anche agli alunni, è necessario fornire alcune indicazioni al fine di garantire un'offerta sistematica di alimenti “salutari”.
- ▶ Tali alimenti devono rispondere a precisi criteri per ciascun tipo di prodotto e rappresentare almeno il 30% dell'offerta di prodotti esposti.



Esempio linee guida distributori automatici

	RACCOMANDATO	SCONSIGLIATO	Note
PRODOTTI DA FORNO E SNACK	<ul style="list-style-type: none"> • Pane comune / integrale / multi cereale / con semi / con uvetta /con gocce di cioccolato: porzioni da massimo 50 g • Fette biscottate comuni • Fette biscottate integrali / multicereali • Cracker comuni • Cracker integrali / multicereali • Gallette di riso e/o di mais e/o di farro • Biscotti privi di farcitura (es. biscotti secchi, cantucci) • Merendine da forno (es. plumcake, crostatine alla frutta) • Prodotti da forno salati (es. tarallini all'olio d'oliva) • Barrette di cereali e/o frutta secca • Prodotti da forno privi di glutine con marchio spiga barrata e/o marchio alimento senza glutine ministero della salute. • Tavolette di cioccolato al latte/fondente/con frutta secca: monoporzioni da 30g 	<ul style="list-style-type: none"> • Prodotti da forno dolci o salati con alto contenuto di sale ($> 1-1,2$ g /100 g) o sodio ($> 0,4-0,5$g /100g) ; con margarine, oli/grassi idrogenati o parzialmente idrogenati, oli/grassi di palma o cocco; 	<p>Prodotti con contenuto calorico per porzione non superiore alle 150-200 Kcal; con apporto di zuccheri semplici ≤ 20g/100 g; con contenuto di sale $\leq 0,3$ e non superiore a 1,2 g /100g ; con grassi non superiori ai 5-10 g/porzione; senza grassi vegetali raffinati (oli/grassi di palma o cocco) e grassi idrogenati.</p> <p>Da preferire prodotti che contengono come grassi aggiunti: olio extra vergine di oliva; olio monoseme di arachide, mais, girasole, sesamo.</p> <p>Porzioni LARN consigliate:</p> <ul style="list-style-type: none"> • snack-barrette-cioccolato : 30g • sostituti del pane (fette biscottate, cracker, grissini, friselle, tarallini) 30g • prodotti da forno dolci (brioche) 50g • biscotti 30g

Schede merceologiche

- ▶ Garantire la fornitura di prodotti:
 - di elevata qualità igienica, nutrizionale, sensoriale, merceologica
 - locali
 - vicini alle tradizioni del territorio
 - preferibilmente provenienti da agricoltura biologica



Esempi miglioramento nutrizionale schede merceologiche degli alimenti



- Pane a basso contenuto di sale (quantità di sale pari all' 1,8% riferito alla farina).



- Olio extra vergine di oliva proveniente da agricoltura biologica con acidità totale non superiore allo 0,8%, ottenuto dalle olive dell'ultima annata.



- Pomodori pelati e polpa di pomodoro provenienti preferibilmente da coltivazioni biologiche di origine nazionale ottenuti dall'ultimo raccolto, confezionati in tetrapak o in vetro, con almeno 2 anni di conservazione alla consegna.



- I bastoncini di merluzzo impanati devono corrispondere ad una pezzatura di 25/30 gr. Il prodotto dovrà avere la seguente composizione: Pesce minimo 65%, impanatura inferiore al 35%.



- E' ammessa e consigliata anche l'introduzione di pasta integrale o semintegrale, fatta eccezione per i nidi d'infanzia.



Esempi miglioramento igienico-sanitario schede merceologiche degli alimenti

- Utilizzo di formati e confezioni di piccole dimensioni per agevolare l'immediato utilizzo/consumo, soprattutto per mense con numero limitato di pasti.
- La detenzione di confezioni aperte è sconsigliata, tuttavia qualora si rendesse necessaria è consentita solo se effettuata all'interno di contenitori chiusi, o garantendo l'opportuna risigillatura dell'imballo originale dopo l'uso e comunque prevedendo il consumo nel più breve tempo possibile, massimo una settimana, riportando la data di sconfezionamento su contenitore con apposita etichetta.
- L'utilizzo di uova fresche o a guscio è consentito solo in quelle realtà tali da poter garantire una corretta separazione dal resto della produzione, quindi dotate di spazi idonei e *ad hoc*.



L'educazione alimentare inizia a scuola ma finisce a casa!



La famiglia è chiamata ad una **partecipazione collaborativa** sui temi dell' **Educazione Alimentare**, poiché esercita un'influenza determinante sul comportamento alimentare di bambini e ragazzi.

Azioni:

- ▶ Consigli pratici per un'alimentazione equilibrata a casa
- ▶ Esempio settimanale di cena a casa in funzione del pranzo consumato a scuola
- ▶ Suggerimenti educativi per evitare il conflitto a tavola



Il contrasto alle diseguaglianze

Le attività dell'azione 4 saranno orientate alla prevenzione e al contrasto alle disuguaglianze, tenuto conto che il sovrappeso e l'obesità interessano strati socio-economici svantaggiati e che le famiglie a basso reddito consumano meno frutta e verdura.

Inoltre le famiglie svantaggiate rappresentano un punto debole in quanto talvolta difficilmente raggiungibili dalle azioni di collettività.



Il contrasto alle diseguaglianze

Azioni specifiche:

- ▶ formazione del personale sociale dei comuni e degli ambiti sociali mediante progetti educativi *ad hoc* per i soggetti a basso reddito
 - ▶ possibilità di prendere accordi da parte dei comuni con aziende di produttori agricoli per aumentare l'accessibilità al consumo di frutta e verdura da parte dei soggetti economicamente svantaggiati
 - ▶ valorizzazione della multiculturalità attraverso la conoscenza e la sperimentazione in classe delle culture alimentari dei paesi di origine dei bambini stranieri e/o con genitori stranieri
 - ▶ si terrà conto delle differenze culturali anche nelle linee guida regionali sulla ristorazione scolastica
 - ▶ stesura in più lingue di materiali informativi da distribuire ai genitori per facilitarne la fruizione agli stranieri
 - ▶ realizzazione di incontri e materiali informativi chiari e comprensibili a tutti i soggetti coinvolti per abbattere le differenze nel grado di istruzione
 - ▶ incontri presso i domicili delle famiglie svantaggiate, individuate tramite scuola e comuni
-



La sfida per i SIAN nel nuovo quadro socioeconomico generale



- ▶ L'Assemblea Mondiale della Salute e le Nazioni Unite sono concordi nel riconoscere il legame tra il carico di malattie non trasmissibili e lo sviluppo. Esse sono causate dalla povertà ma, nello stesso tempo, causano povertà; non ne sono immuni né i paesi sviluppati né quelli in via di sviluppo.
 - ▶ Un approccio globale alla società richiede di creare ambienti favorevoli alla salute e opportunità per fare scelte salutari, elementi essenziali della promozione della salute: sono necessari l'impegno e il coinvolgimento attivo dei settori non sanitari.
- ▶ Il ruolo dei SIAN in questo senso è quello di svolgere un'azione di collante tra i settori sanitari e non (scuola, comuni ecc..) attraverso lo studio del territorio e dei bisogni della collettività, rispondendo con progettazioni ad hoc di comprovata efficacia.

Occorre condividere un modello di azione di cui i SIAN devono farsi PROMOTORI



CRONOPROGRAMMA



- ▶ 30 maggio 2016 evento di lancio Regione – Scuola – ISS
 - ▶ entro il 15 settembre 2016 avvio FAD insegnanti
 - ▶ entro il 1 ottobre 2016 avvio FAD pediatri
 - ▶ entro 30 settembre 2016 formazione operatori SIAN
 - ▶ 1 ottobre 2016 avvio interventi nelle classi da parte degli operatori SIAN in collaborazione con ISS
 - ▶ dal 1 settembre 2016 disponibilità linee guida ristorazione scolastica (menù e capitoli) per comuni e gestori servizi refezione e Dirigenti scolastici
-





Grazie per l'attenzione

mariamaddalena.marconi@aslteramo.it