



COMUNE DI SONA

PROVINCIA DI VERONA
REGIONE VENETO



ASSESSORATO ALLA COMUNICAZIONE

Sona, 3 dicembre 2019

COMUNICATO STAMPA

OGGETTO: L'educazione alimentare è una risorsa che mira alla cura di sé e al benessere psicofisico di bambini e adulti. Il via del progetto agli inizi del 2020 nelle scuole sonesi.

Il Comune di Sona, in collaborazione con la Dott.ssa Debora Viviani del Dipartimento di Scienze Umane dell'Università degli Studi di Verona, inizierà un percorso di educazione alimentare nelle Scuole che coinvolgerà davvero tutti: le famiglie, gli insegnanti, il personale addetto alla mensa, e ovviamente i bambini che, spesso disinteressati a quello che hanno nel piatto, sono i primi a pagare le conseguenze di una scorretta alimentazione.

A livello mondiale e nazionale i dati infatti parlano chiaro: dal 1975 ad oggi, l'obesità è quasi triplicata. Nel 2016, l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha stimato la presenza di oltre 340 milioni di bambini e adolescenti (5-19 anni) in eccesso di peso.

A tale proposito, i dati presentati nell'ultima relazione "Health at a Glance: Europe 2018", mostrano che l'Italia è tra i paesi dell'UE che presentano i valori più alti di obesità tra i bambini (18%), superata solo da Cipro (con una percentuale del 20%).

Secondo i dati ISTAT (ottobre 2019) presentati nel recente rapporto sugli stili di vita, si registra un'alta percentuale di bambini e adolescenti italiani (con età compresa tra i 3 e i 17 anni) con una situazione corporea di eccesso di peso. Nonostante questo, sia un fenomeno che registra fortunatamente un trend decrescente, in Italia circa 2 milioni 130 mila bambini e adolescenti sono in eccesso di peso ovvero il 25,2% della popolazione italiana tra i 3 e i 17 anni, con una diffusione maggiore tra i maschi (27,8% contro il 22,4% delle femmine).

Secondo quanto emerge dai dati Istat, è interessante segnalare e riflettere sulle seguenti abitudini di consumo:

- il 28,3% consuma quotidianamente dolci;
- il 24,9% consuma quotidianamente bevande gassate;
- il 13,8% consuma quotidianamente snack salati.

Se il 74,2% consuma giornalmente frutta e verdura, solo il 12,6% ne consuma quattro o più porzioni.

L'eccesso di peso appare più frequente tra i bambini di 3-10 anni (30,4%), con una diminuzione della percentuale registrata con l'aumento dell'età. Il valore minimo di giovani in eccesso di peso si registra, infatti, tra i ragazzi di 14-17 anni (14,6%).

Oltre agli stili e alle abitudini alimentari non salutari diffusi tra i bambini/ragazzi, emerge, inoltre che, il 22,7% non pratica sport né attività fisica (un milione e 925 mila della



COMUNE DI SONA

PROVINCIA DI VERONA

REGIONE VENETO



ASSESSORATO ALLA COMUNICAZIONE

popolazione di 3-17 anni). Una quota particolarmente elevata tra i bambini con 3-5 anni (46,1%).

Anche il contesto familiare e le sue abitudini incidono fortemente. In particolare, rispetto alla situazione economica familiare e al livello di istruzione dei genitori, i dati dell'Istat evidenziano che una dieta non salutare e inattività sportiva dei bambini/ragazzi sono più diffuse in un contesto familiare che presenta una condizione economica scarsa (o insufficiente) e un livello di istruzione dei genitori più basso. Infatti, la percentuale di bambini in eccesso di peso è pari al 19% tra coloro che vivono in famiglie con genitori laureati e raggiunge il 30,1% nel caso di genitori con livello di istruzione basso (non oltre la scuola dell'obbligo). Lo stesso vale per l'inattività sportiva e la vita sedentaria. Non pratica sport né attività fisica il 32,1% di quanti vivono in famiglie con genitori che presentano un livello di istruzione che non supera la scuola dell'obbligo e la percentuale diventa del 12,9% nelle famiglie in cui almeno un genitore è laureato.

Insomma la ricerca non risparmia praticamente nessuno.

Ecco il motivo per cui all'inizio del 2020, il Comune di Sona intende promuovere uno studio per cogliere una rappresentazione degli stili alimentari e delle abitudini correlate al consumo di cibo attuati dalle famiglie residenti nel territorio sonese analizzando le dinamiche e le scelte alimentari interne alle famiglie con uno o più bambini di età scolare (scuola primaria e scuola secondaria).

In particolare, la finalità dello studio consiste in:

- cogliere quali abitudini siano adottate all'interno della famiglia nel consumo alimentare (cene/pranzi fuori casa; consumo di pasti associato a usi di dispositivi tablet o tv, etc);
- rilevare quali sono i cibi più consumati dai bambini presenti in famiglia, e dalla famiglia stessa;
- capire se, con quale frequenza, all'interno della famiglia si consumano cibi di altre culture alimentari;
- quali sono i comportamenti legati al cibo (cibo come punizione/premio, spreco del cibo, preparazione dei pasti, etc) attuati dalla famiglia e/o che la famiglia ritiene di dover modificare.

Il progetto si articolerà in due fasi.

La prima fase, che consiste nella raccolta dati, si effettuerà attraverso la somministrazione di questionari con la tecnica CAWI (Computer Assisted Web Interviewing) alle famiglie degli studenti iscritti per l'anno scolastico 2019-2020 alle scuole primarie e secondarie di primo grado di entrambi gli istituti comprensivi.

Attraverso i risultati raccolti e analizzati, sarà possibile tratteggiare quali sono gli stili alimentari e le abitudini delle famiglie del nostro Comune. Questo permetterà di cogliere quanto tali abitudini si avvicinano ad atteggiamenti salutari di consumo e quanto, invece, rivelano, scelte sbagliate, o parzialmente sbagliate, in una ottica di miglioramento e di educazione alimentare.



COMUNE DI SONA

PROVINCIA DI VERONA
REGIONE VENETO



ASSESSORATO ALLA COMUNICAZIONE

La seconda fase, infine, mirerà a coinvolgere chi usufruisce della mensa. L'Amministrazione si avvarrà dell'aiuto dell'Università attraverso medici, nutrizionisti e psicologi per dare un taglio diverso e motivante.

“Sappiamo che entrare nelle abitudini alimentari delle famiglie è difficile, ma i genitori che abbiamo coinvolto nel momento esplorativo durato qualche mese, sono stati contenti anche se sappiamo che portare i cambiamenti nel quotidiano è difficilissimo.” – dichiara l'Assessora alla Scuola e alle Politiche Familiari Monia Cimichella. *“I bambini che si alimentano male, hanno frequenti cali del livello di attenzione, non fare colazione li porta ad avere molta fame a mezzogiorno, insomma una serie di cose su cui vogliamo lavorare. Abbiamo in questi mesi apportato molte modifiche al menù cercando un compromesso tra palatabilità e buona abitudine alimentare, ancora non siamo a regime ma ci stiamo lavorando, siamo fiduciosi, spesso i bambini sono più bravi di noi adulti.”*