



#crescere**atavola**

CRESCERE A TAVOLA

INCONTRO DI APPROFONDIMENTO DEI RISULTATI
DELLA CAMPAGNA PER LA PREVENZIONE DELL'OBESITÀ INFANTILE.

Il Giornale del Cibo
CONOSCERE • SCOPRIRE • GUSTARE

CIRFOOD
Feed the future



#crescere**atavola**

PRESENTAZIONE DEI DATI DELLA CAMPAGNA

Silvia Trigilio

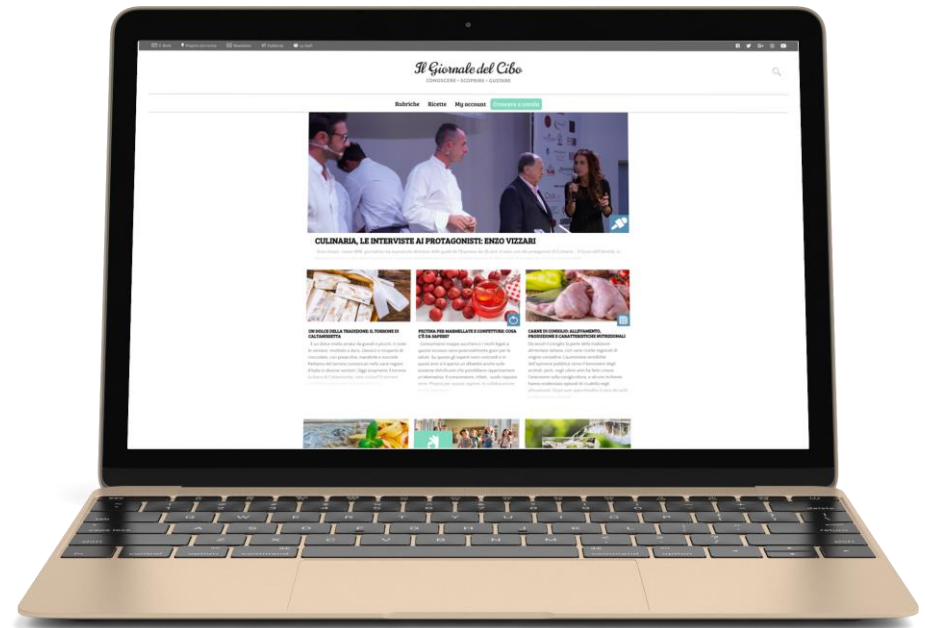
Direttore Responsabile de Il Giornale del Cibo

Il Giornale del Cibo in numeri

→ Nasce **11 anni** fa da un'idea di **CIRFOOD**, che ne è editore, con l'obiettivo di diventare un punto di riferimento sulle tematiche gastronomia, alimentazione e ristorazione

→ Accoglie al suo interno più di **5.200 articoli** (oltre a quasi **6.000 ricette** inviate dai lettori) per un totale di **13.000 contenuti** indicizzati

→ Pubblica una media di **65 articoli** al mese



#crescereatavola

Il Giornale del Cibo

Il mondo del food, a 360 gradi

19 rubriche, 11 macro-aree:

- attualità
- sana alimentazione
- alimentazione infantile
- sicurezza alimentare
- legalità alimentare
- consigli per operatori Ho.Re.Ca
- turismo enogastronomico
- eccellenze enogastronomiche italiane
- ricette e consigli di cucina
- stagionalità degli alimenti
- cucina vegetariana e vegana

Il Giornale del Cibo

CONOSCERE • SCOPRIRE • GUSTARE

Rubriche Ricette My account **Crescere a tavola**



COSA MANGIANO I BAMBINI A SCUOLA: INTERVISTA A UNA MAESTRA DELLA PROVINCIA DI CATANIA

La scuola ha il compito di promuovere la cultura, ma anche di contribuire a 360° all'educazione di bambini e ragazzi, attraverso iniziative che promuovono l'educazione alimentare, ad esempio. Dopo aver intervistato un'insegnante della provincia di Udine e una di Macerata, abbiamo dato voce alla provincia di Catania, per scoprire cosa mangiano i bambini e



CARNE DI CONIGLIO: ALLEVAMENTO, PRODUZIONE E CARATTERISTICHE NUTRIZIONALI

Da secoli il coniglio fa parte della tradizione alimentare italiana, con varie ricette regionali di origine contadina. L'aumentata sensibilità dell'opinione pubblica verso il benessere degli animali, però, negli ultimi anni ha fatto crescere



COME FARE LE SCORZE D'ARANCIA CANDITE: LA RICETTA ORIGINALE SICILIANA

Forma tonda, color arancio, profumo inebriante, facilmente digeribile, ricca di vitamina C. È un toccasana utile nel periodo invernale. Ottima per le spremute, per le torte, per le tisane. Sapete di cosa stiamo parlando? Dell'arancia, un agrume molto



È VERO CHE BERE ACQUA FRIZZANTE FA MALE?

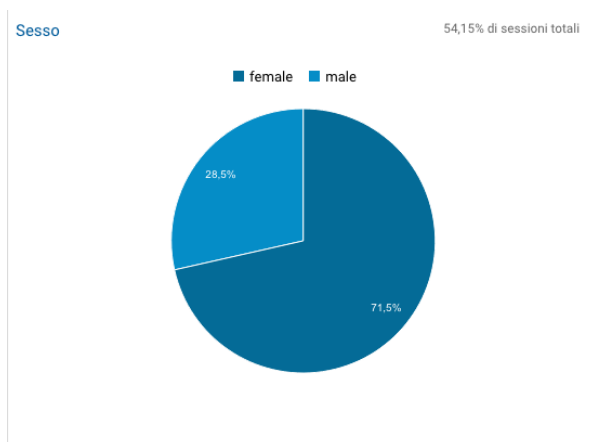
Bere acqua può sembrare un'attività neutra, tuttavia, come abbiamo visto parlando di acqua fredda, alcuni accorgimenti sono fondamentali per poter essere sicuri di consumarla nella quantità e nelle modalità corrette. Per esempio, sono in molti a preferire quella frizzante, fresca o a temperatura



#crescereatavola

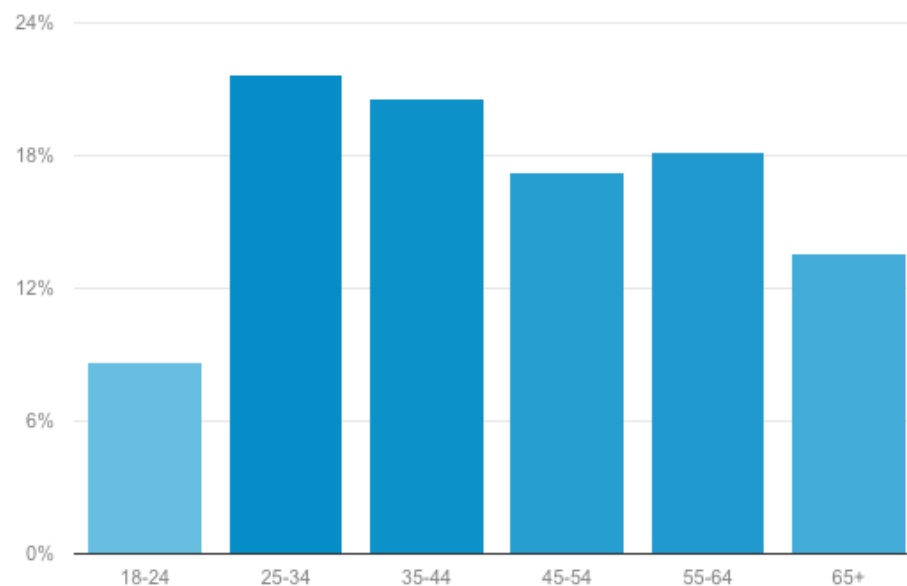
Chi sono i lettori de Il Giornale del Cibo?

→ Donne, tra i 25 e i 64 anni



Età

53,21% di sessioni totali



#crescereatavola

Chi sono i lettori de Il Giornale del Cibo?



#crescereatavola

Crescere a tavola



*La campagna di sensibilizzazione per la
prevenzione dell'obesità infantile*



#crescere**atavola**

Gli obiettivi della campagna

1. Analizzare cause e conseguenze del sovrappeso nei bambini e conoscere le abitudini alimentari dei bambini italiani



2. Sensibilizzare i genitori di bambini in età scolare sulle tematiche della sana alimentazione e dei corretti stili di vita per l'infanzia

3. Diffondere le buone pratiche utili alla prevenzione dell'obesità infantile



COLAZIONE PER BAMBINI: I CONSIGLI DELLA NUTRIZIONISTA

La prima colazione rappresenta un momento fondamentale da cui dipende l'equilibrio nutrizionale dell'intera giornata, in particolare, per i bambini e gli adolescenti. Poiché si tratta di individui in fase di crescita, il loro organismo necessita di energia e nutrienti in misura molto maggiore rispetto ad un individuo adulto. E questo non solo per



#crescereatavola

Crescere a tavola



Aprile - Novembre 2018

La campagna in numeri



#crescere**atavola**

Crescere a tavola: la campagna in numeri



20 articoli (53 mila visualizzazioni)



30 post Facebook (30 mila interazioni)



circa 60 Tweet (29 mila interazioni)



2 Sondaggi (310 interazioni)



1 Test rivolto ai genitori (3.225 risposte)



3 Video (51 mila visualizzazioni)



#crescereatavola

Crescere a tavola: la campagna in numeri



Facebook +



Twitter +



Test =

63.000 utenti

hanno interagito con i
canali de
Il Giornale del Cibo



#crescere**atavola**

Crescere a tavola: la campagna in numeri

- I numeri del fenomeno
- Rischi e prevenzione
- Corrette abitudini alimentari
- Educazione alimentare in famiglia e a scuola
- Obesità e ragioni economiche

01

02

03

04

05



#crescere**atavola**

Le fonti utilizzate

- Dati OMS
- Dati “Okkio alla Salute” (sistema di sorveglianza nazionale del Ministero della Salute per monitorare l’obesità infantile)
- Informazioni tratte dal sito del Ministero della Salute
- Dati e informazioni tratte dal sito dell’Istituto Superiore di Sanità
- Dati ADI - Associazione italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica
- Dati FAO
- *“Associations Between Early Family Meal Environment Quality and Later Well-Being in School-Age Children”* - Studio dell’Università di Montreal



#crescereatavola

Le fonti utilizzate

- *“Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: a pooled analysis of 2416 population-based measurement studies in 128·9 million children, adolescents, and adults”* -
Studio Imperial College di Londra
- Rapporto Osservasalute 2017 - progetto dell'Università Cattolica del Sacro Cuore



#crescereatavola

Le interviste

- Dottoressa Nadia Zeoli, dietista e curatrice del progetto Dieta di Gusto (CIRFOOD)
- Dottoressa Francesca Evangelisti, biologa nutrizionista
- Dott. Francesco Arcidiacono, dietista
- Claudio Maffeis, pediatra, professore ordinario di Pediatria all'Università di Verona, membro della Società Italiana Pediatria
- 3 insegnanti di scuola primaria, casualmente selezionate
- Lisa Casali, scienziata ambientale, blogger e scrittrice, autrice del libro "Quanto Basta"
- Erica Liverani, Chef, vincitrice della quinta edizione di MasterChef Italia



#crescereatavola

Crescere a tavola



I risultati della campagna



#crescere**atavola**

I dati rilevanti e i temi emersi



I 5 articoli più letti

Articoli	Visualizzazioni	Tempo di lettura
Colazione per bambini: i consigli della nutrizionista	10115	00:03:23
Obesità infantile: come curarla e come fare prevenzione	5991	00:02:47
Obesità e sovrappeso: l'epidemia del nuovo millennio	5382	00:03:07
Obesità infantile: quali sono i rischi per la salute dei bambini?	3726	00:03:00
Quanto è sana l'alimentazione di tuo figlio? Scoprilò con il nostro test	3198	00:03:13



#crescereatavola

I dati rilevanti e i temi emersi



I lettori hanno partecipato **attivamente al dibattito sulle cause del fenomeno** e le strategie finalizzate a prevenire l'obesità infantile, offrendo nuovi e interessanti spunti di riflessione



#crescere**atavola**

Le cause dell'obesità infantile secondo i nostri lettori

1. “Genitori distratti e poco responsabili”

Secondo molti lettori, la diffusione dell'obesità infantile in Italia è imputabile ai genitori, spesso distratti dalle moderne tecnologie e poco propensi ad educare i figli ad uno stile di vita attivo.



F [redacted] lo vedo genitori seduti sulle panchine a guardare il cellulare quando il figlio vorrebbe giocare a palla con lui. Siamo sempre a delegare le responsabilità ma la prima è sempre la nostra.

Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 11 s · Modificato



[redacted] a Hai scritto la cosa giusta il cellulare è il flagello del nostro tempo

Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 11 s



Il Giornale del Cibo E' vero **Fabiola**. Forse non tutti i genitori sono consapevoli di quanto sia importante il movimento, e quali conseguenze possono derivare dalla sua mancanza.

Mi piace · Rispondi · Commento di Silvia Trigilio [?] · 11 s



#crescereatavola

Le cause dell'obesità infantile secondo i nostri lettori

2. “Genitori poco informati e società poco attenta ai bisogni dei bambini”

Educatori sportivi, riportando la propria esperienza personale, osservano che i comportamenti orientati alla prevenzione dell'obesità infantile sono spesso incongruenti.

B Nei giardini condominiali guai non si può giocare, nei parchi niente pallone che da fastidio, in strada come na volta non se ne parla proprio ovviamente. Cosa resta? Si trovano in casa ad annoiarsi e si buttano sulle cose meno noiose, videogiochi pc e simili. Poi tt a lamentarsi che non sono più in grado di camminare e correre e sn tt rincoglioniti dai cellulari. Ma se gli adulti cominciano a non infastidirsi per ogni cavolata e cercare di capire che sentire giocare e ridere bimbi e ragazzi e la cosa più bella, forse loro cresceranno meno rincoglioniti e più in forma e salute.

Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 25 s

23

e Ci sono un sacco di corsi sportivi in alternativa: palestre, piscine. Quelle ci sono in ogni città e paese.

o lavoro in piscina, molti bimbi ciccioielli vengono portati al corso di nuoto per dimagrire... Poi all'uscita si vedono le nonne e le mamme che li rimpinzano di merendine e patatine... Siamo una società di contraddizioni..

Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 11 s

14

Il Giornale del Cibo Ilaria è proprio per questo che c'è bisogno di parlarne e di sensibilizzare genitori e opinione pubblica. Sei d'accordo? 😊

Mi piace · Rispondi · Commento di Silvia Trigilio (?) · 11 s

2

D'accordissimo!

Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 11 s






#crescereatavola


Le cause dell'obesità infantile secondo i nostri lettori

3. “La responsabilità è della scuola”

L'istituzione scolastica trascura l'educazione fisica e non nutre correttamente i bambini; le mense scolastiche concedono spesso il “bis” ai bambini in sovrappeso. È quanto sostengono alcuni genitori, scettici nei confronti del ruolo educativo della scuola.


 **C** in A scuola zero moto, saltano spesso la misera ora di ginnastica, guai se corrono perché “ cadono”. E la mensa scolastica spesso è deleteria per i cicciottelli perché ai bambini concedono il bis o addirittura il tris di pasta.

Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 25 s · Modificato   7

 **[REDACTED]** Purtroppo continuo a vedere dei moniti ben conosciuti per le famiglie, ma poco o niente è detto rispetto alle scuole. I nostri bambini trascorrono gran parte della giornata a scuola dove pranzano. Le mense sono spesso non adeguate ai bambini che non mangiano affatto. Di conseguenza hanno un calo importante nella didattica nel pomeriggio e tornano a casa affamati. Tutto l'equilibrio a cui si punta viene distrutto. Inoltre il movimento è molto limitato nelle ore scolastiche e ginnastica viene svolta solo una volta a settimana per un'ora. I bambini per apprendere ed essere sereni devono avere lo sfogo anche fisico, ma noto con dispiacere che purtroppo che l'equilibrio complessivo del bambino che poi si ripercuote anche sul peso non sono una priorità. Ognuno nel proprio ambito cerca di massimizzare i risultati senza guardarsi intorno. Rimettere al centro il benessere complessivo a mio avviso ridarebbe maggiore serenità a tutti e coinvolgere i bambini con orti scolastici o altri progetti potrebbe essere di grande aiuto.


Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 5 s



 **S** Ci sono scuole che promuovono l'educazione alimentare e poi nei corridoio permettono che vengano installati dei distributori di schifezze talmente grandi che ve li vorrei far vedere...e non è giusto dire che la colpa è solo del genitore che da i soldi...ma di fronte alla tentazione di patatine merendine succhi e persino cocacola, quale bambino riesce a resistere???

Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 25 s



 **[REDACTED]** Il bambino che è educato a non mangiarne. Solo alcuni sono tentati, io ho notato la fatica fatta da alcuni quando abbiamo parlato di merenda sana! La frutta è durata una settimana.

Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 25 s



Le cause dell'obesità infantile secondo i nostri lettori

4. “La povertà economica incide sulla povertà alimentare”

Nel corso della campagna, Il Giornale del Cibo si è più volte interrogato sulla relazione tra la condizione economica delle famiglie italiane e le loro scelte alimentari, sia attraverso la pubblicazione di articoli che chiamando in causa i propri lettori, utilizzando l'espedito del sondaggio.

I dati a nostra disposizione, ad oggi, sembrano evidenziare il legame **tra disponibilità economica e alimentazione infantile**: il 63% degli “intervistati” sostiene che una spesa alimentare “low cost” non garantisce un corretto regime alimentare.



#crescereatavola

Le cause dell'obesità infantile secondo i nostri lettori

5. “Disagio economico delle famiglie? No, ignoranza e mancanza di tempo”

La relazione si fa meno diretta nel momento in cui gli utenti sono chiamati ad esprimere non il proprio “voto” ma ad argomentare la **propria personale opinione**.

Il quadro, a questo punto, si arricchisce di contraddizioni: per molti, seguire una sana alimentazione è possibile, a patto che si abbiano delle adeguate conoscenze in fatto di alimentazione e disponibilità di tempo, indispensabile per

“trasformare” le materie prime in piatti sani ed evitare il consumo di prodotti industriali e cibo da asporto.

Paradossalmente, fino al secondo conflitto mondiale, i meno abbienti, costretti a nutrirsi di vegetali, pochissimi grassi e proteine e tanti ortaggi, praticavano una dieta molto più sana e completa di quella iperproteica ed iperlipidica quale quella oggi in uso. L'avvento dei fastfood, prima negli U.S.A. e poi in tutto il mondo, e la vendita a basso costo di alimentari conservati, nonché l'utilizzo di ogni tipo di preparazione precotta, unitamente ad un apparente benessere, hanno di fatto provocato, in molti Paesi, gravi danni alla salute degli adulti e dei bambini, spesso vittime degli errori nella scelta dell'alimentazione fatta dai loro genitori. E questo fenomeno livella di fatto ogni differenza sociale, visto che l'obesità infantile sta rovinando, spesso, la vita dei più piccoli, senza alcuna discriminante.



zi Più che disagio economico pesa l'ignoranza, a mio parere. Non è che i gelati, gli snack, e le merende confezionate, o un pasto per tutta la famiglia da Mc D. costino meno di verdura, frutta, legumi e pasta.

[Mi piace](#) · [Rispondi](#) · [Invia messaggio](#) · 3 s



#crescereatavola

Le cause dell'obesità infantile secondo i nostri lettori

La **mancaza di tempo, da parte delle madri-lavoratrici**, è un tema che ricorre più volte e che offre ulteriori spunti di riflessione.

S██████████ Però pasta, legumi e verdure richiedono tempi di confezionamento che madri con lavori come la badante o la colf non hanno la forza fisica di eseguire. Ho un discount sotto casa e tante sono le volte che alle 19.50 vedo entrare donne devastate dalla fatica che comprano cibi confezionati di infima qualità. La disuguaglianza ha molte facce...

Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 2 s · Modificato



I██████████ Tra l'altro i ragazzi devono fare movimento E tanto Meglio fare movimento che stare tutta la vita a stecchetto Il lavoro delle mamme c entra perché a pranzo i ragazzi mangiano male o perché a casa non c è nessuno E una madre che torna alle 20 con la casa da pulire non ha tempo per fare sughi e bolliti Per cui si scalda roba già pronta

██████████ i Sonia Zuppa esistono i congelatori, si cucina quando c'è tempo e gli altri giorni si tira fuori il cibo e si riscalda. Questione di volontà...

Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 2 s



#crescereatavola

Le cause dell'obesità infantile secondo i nostri lettori

Più che una scelta, quella di **dedicare poco tempo alla sana alimentazione dei figli** e alla loro educazione alimentare sembra essere, per molti genitori, un'imposizione: la **conseguenza di uno stile di vita frenetico** che, purtroppo, rende ancor più difficile il ruolo di genitori.



[User] Bellissimo articolo.

Che parla della famiglia del Mulino Bianco. Perché se i tempi del lavoro (quando c'è) costringono uno o tutti e due i genitori ad essere fuori all'orario dei pasti, colpevolizzarli anche per l'influsso nocivo che questa assenza causa ai loro figli mi sembra abbastanza di cattivo gusto. Fotografare un dato di fatto anche abbastanza banale e scontato (vorrei sapere chi sostiene che è meglio mangiare un panino al bar in fretta e da soli invece che un buon piatto di spaghetti al pomodoro in famiglia) senza farsi domande sul perché molte famiglie si comportano in modo contrario alla logica mi sembra molto scorretto

[Mi piace](#) · [Rispondi](#) · [Invia messaggio](#) · 6 g



Il Giornale del Cibo Buongiorno **Sandra**, lo scopo dell'articolo non è colpevolizzare i genitori che, a causa di ritmi di vita intensi, non riescono a trascorrere molto tempo con i loro figli. Piuttosto espone un dato di fatto: mangiare tutti insieme fa bene, per svariati motivi, ed è dunque importante farlo ogni volta che è possibile. Siamo purtroppo consapevoli delle difficoltà dei genitori, e se stiamo portando avanti una campagna di sensibilizzazione a favore della sana alimentazione è non solo per informare mamme e papà sui rischi o i benefici di alcune abitudini, ma anche per sensibilizzare l'opinione pubblica su questi argomenti: catalizzare l'attenzione su queste tematiche secondo noi è molto importante.



#crescereatavola

I dati rilevanti e i temi emersi

Il primo dato significativo riguarda i risultati di un test elaborato da Il Giornale del Cibo con il contributo di una nutrizionista, dal titolo **“Quanto è sana l'alimentazione di tuo figlio? Scoprilolo con il nostro test”**



Crescere a tavola

QUANTO È SANA L'ALIMENTAZIONE DI TUO FIGLIO? SCOPRILLO CON IL NOSTRO TEST

23/05/2018 Angela Caporale 3 minuti 0 commenti

“Mio figlio mangia abbastanza verdura?” oppure “possiamo dargli quella merendina o lo stiamo viziamo?” I genitori sanno bene come queste domande, e molte altre sulla salute e sull'alimentazione dei bambini affollano la mente quando si siedono a tavola con la famiglia, soprattutto se consapevoli dei rischi che pediatri e specialisti denunciano, supportati dall'Organizzazione Mondiale della sanità che ha fatto riferimento all'obesità come la più grave [epidemia del nuovo millennio](#).

Secondo i dati dell'osservatorio ministeriale “Okkio alla SALUTE”, il **21,3% dei bambini monitorati è in sovrappeso** mentre il 9,3% risulta obeso. Una percentuale in lieve calo rispetto al passato, ma che non ci deve far abbassare la guardia. Infatti, come evidenziato in un'intervista con il pediatra Claudio Maffei, le [conseguenze di sovrappeso e obesità](#) possono essere anche gravi e a lungo termine.

Meglio, dunque, occuparsi della **qualità dell'alimentazione dei bambini** sin da piccoli, assicurandosi che non manchi nessun componente fondamentale e che la dieta sia ricca di tutto ciò di cui c'è bisogno. Per dare alle mamme e ai papà che ci seguono la possibilità di capire se stanno andando nella direzione giusta, abbiamo chiesto alla **dottorssa Francesca Evangelisti, biologa nutrizionista**, di realizzare un test: rispondete alle domande e, in base al punteggio che otterrete, scoprite il profilo corrispondente alla dieta dei vostri figli, approfittando dei preziosi consigli della nutrizionista che vi indicherà cosa funziona e cosa potete ancora migliorare.

Quanto è sana l'alimentazione di tuo figlio?

Rispondi a queste domande e poi, al termine del test, leggi il profilo corrispondente al tuo punteggio.

*Campo obbligatorio

1) Vostro/a figlio/a fa sempre colazione? *

- Sì
 No

2) Cosa mangia più spesso a colazione? *

- Latte con biscotti
 Yogurt con cereali integrali e frutta o spremuta

CONDIVIDI

SUGGERITI DALLA REDAZIONE

100 PAROLE PER LA
RIVOLUZIONE DELLE AFI

COME FARE UNA COLAZIONE
SANA? I CONSIGLI DELLA
NUTRIZIONISTA



CLM GRANDI SALIS



SEGUICI ANCHE SU

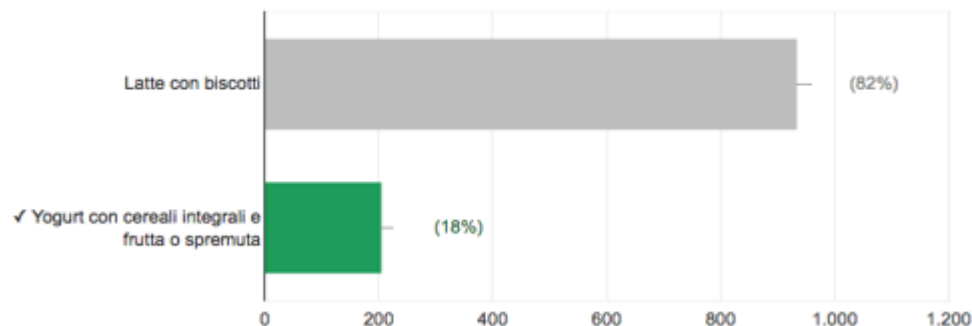


#crescereatavola

Test: cosa mangiano i vostri bambini?

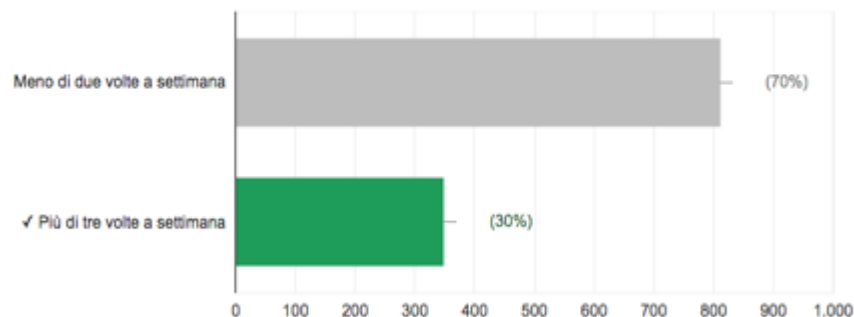
L'82% fa colazione con latte e biscotti (niente frutta e cereali)

2) Cosa mangia più spesso a colazione?



Il 70% mangia pesce meno di due volte a settimana

7) Quante volte mangia il pesce in una settimana?

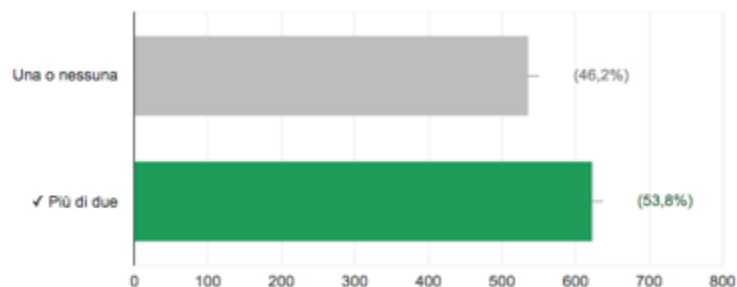


#crescereatavola

Test: Cosa mangiano i vostri bambini?

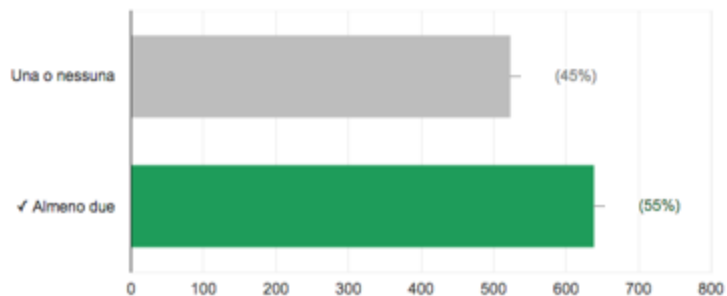
Il 53,8% mangia più di due porzioni di frutta al giorno

8) Quante porzioni di frutta consuma al giorno?



Il 55% mangia verdura almeno due volte al giorno

9) Quante porzioni di verdura consuma al giorno?

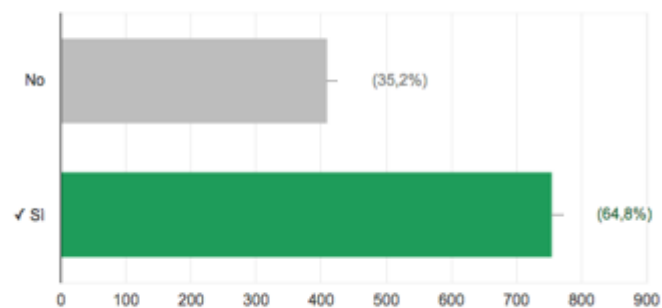


#crescereatavola

Test: Cosa mangiano i vostri bambini?

Il 64,8% consuma abitualmente legumi

13) Consuma abitualmente legumi?

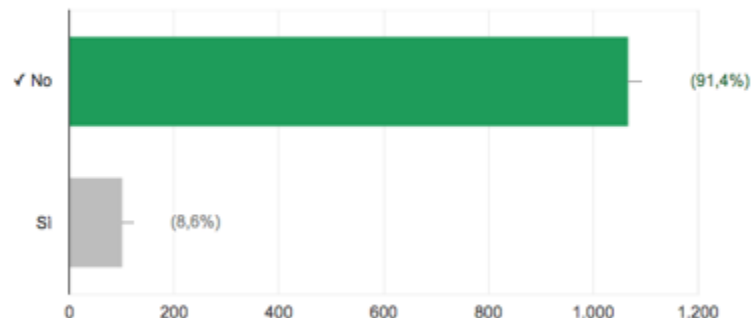


#crescere**atavola**

Test: Cosa mangiano i vostri bambini?

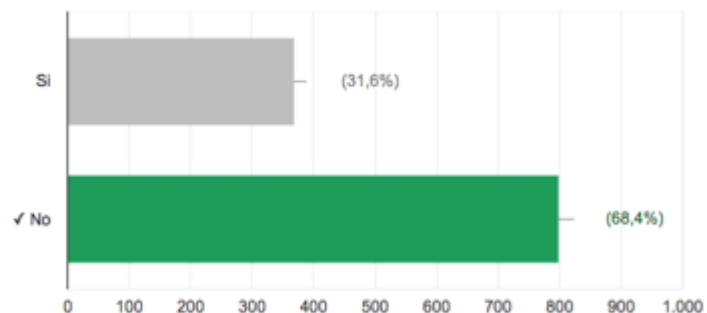
Il 92,4% consuma raramente bibite gassate

14) Consuma spesso bibite gassate o zuccherate?



Il 68,4% consuma raramente dolci, snack e merendine

19) Consuma spesso dolci, snack e merendine?

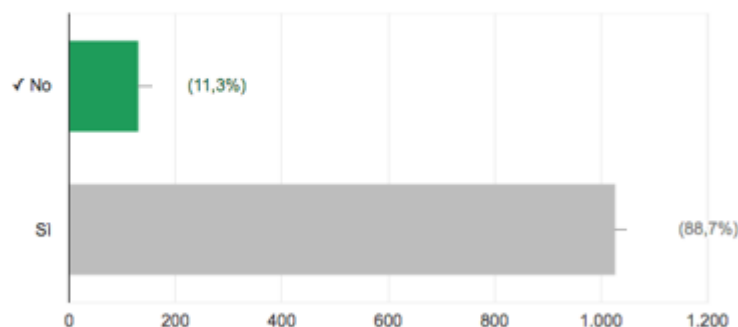


#crescereatavola

Test: Cosa mangiano i vostri bambini?

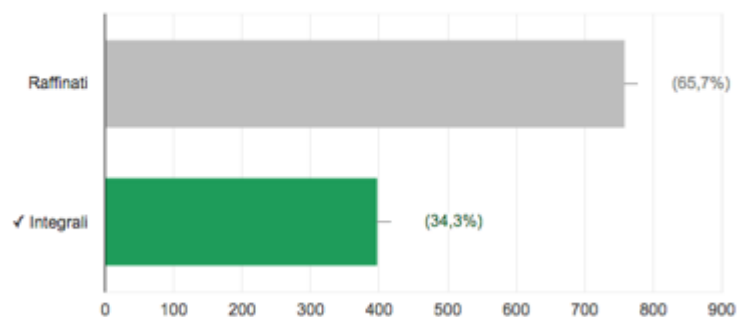
10) L'alimentazione del bambino è ricca di cereali e derivati (pane, pasta, riso, pizza etc...)?

L'88% mangia molta pasta, pane, pizza e altri piatti a base di cereali e derivati



11) Che tipo di cereali e derivati utilizzi in cucina per tutta la famiglia?

Il 65,7% assume cereali raffinati. Solo il 34,3% delle mamme usa in cucina cereali integrali

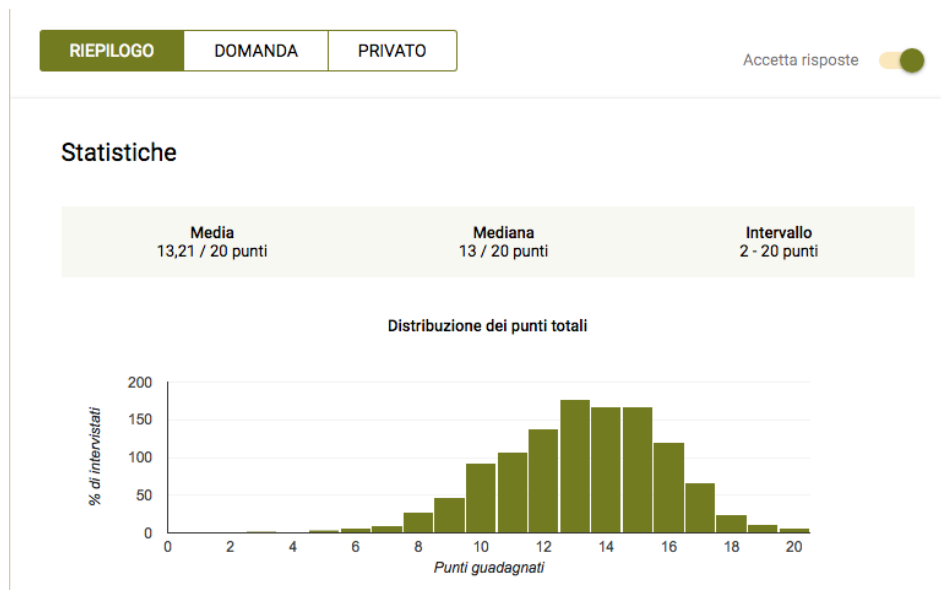


#crescereatavola

Test: Cosa mangiano i vostri bambini?

I figli dei lettori:

- a colazione preferiscono **latte e biscotti** a yogurt, cereali integrali e frutta;
- durante la settimana mangiano **poco pesce** e spesso pasta, pane e pizza con **cereali raffinati**;
- bevono **poca acqua**;
- consumano **molta frutta, verdura e legumi**;
- assumono **carne non più di 4 volte alla settimana**, generalmente bianca;
- consumano **poche bibite gassate e merendine dolci confezionate**;

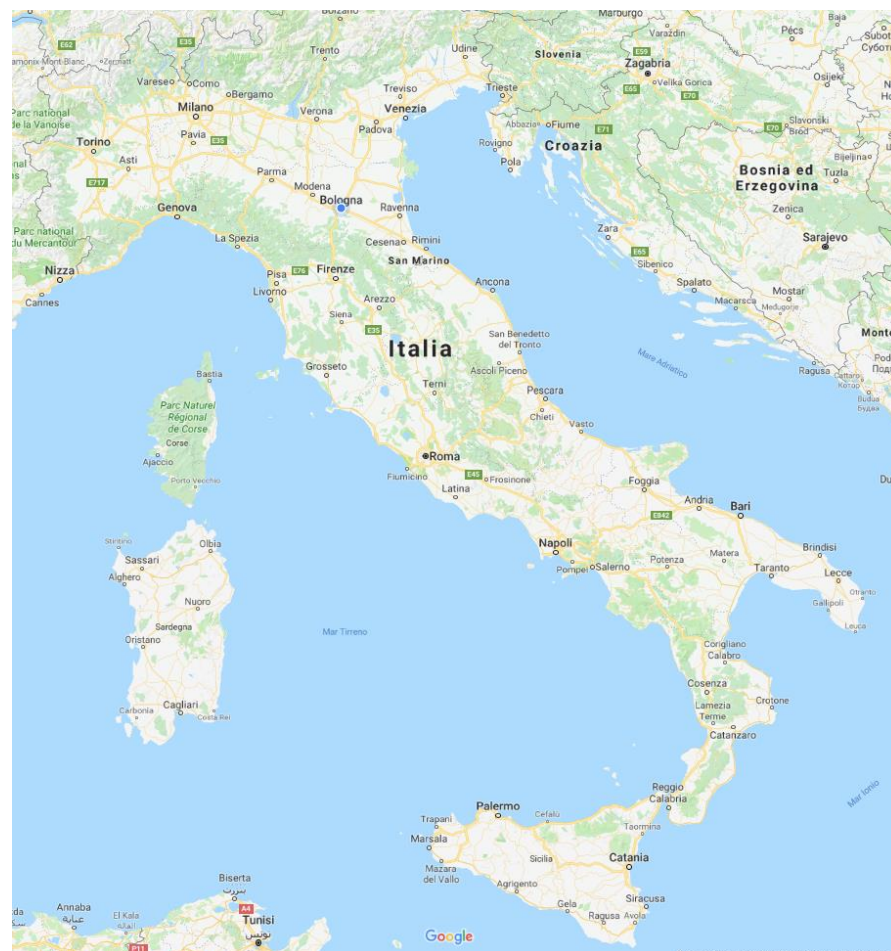


#crescereatavola

Il ruolo educativo della scuola

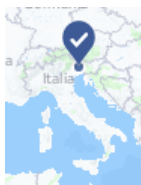


Intervista alla maestra



#crescereatavola

Il ruolo educativo della scuola



Istituto “Tina Modotti”
Moimacco (Udine)



**COSA MANGIANO A SCUOLA I BAMBINI ITALIANI?
INTERVISTA A UNA MAESTRA DELLA PROVINCIA
DI UDINE**

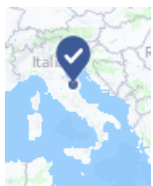
Non solo l'appetito, anche la salute vien mangiando. E alimentarsi in maniera sana è meno complicato di quel che può sembrare: l'importante, come abbiamo avuto modo di evidenziare più volte durante i mesi dedicati alla campagna “Crescere a tavola”, è iniziare fin da bambini. Da un lato è fondamentale il ruolo delle famiglie e

- si attuano iniziative contro lo spreco alimentare (frutta o pane avanzati a pranzo vengono conservati in una stanza apposita, per poi essere consumati durante la giornata)
- si scoraggia l'uso di patatine, merendine e bibite gassate, in accordo con i genitori
- la scuola aderisce a progetti di educazione alimentare, come “Frutta e verdura nelle scuole” e “Latte nelle scuole” (si propongono ai bambini merende a base di yogurt e derivati del latte)



#crescereatavola

Il ruolo educativo della scuola



Istituto Enrico Mestica
Macerata



COSA MANGIANO I BAMBINI NELLE SCUOLE DEL CENTRO ITALIA? INTERVISTA A UNA MAESTRA DI MACERATA

A scuola non si studiano soltanto italiano, storia, geografia e le altre materie. Si impara anche a mangiare sano. Accanto alle famiglie, infatti, sono proprio le scuole ad avere un ruolo da protagonista nel veicolare messaggi positivi e buone abitudini per quanto riguarda il valore dell'alimentazione che, come abbiamo sottolineato più volte attraverso la

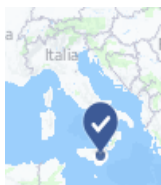
- la scuola aderisce al progetto “Frutta e verdura nelle scuole”
- le maestre evidenziano l'importanza della condivisione del pasto:

“Dal punto di vista educativo, mangiare insieme a mensa, è importante per socializzare e per imparare a scoprire sapori e alimenti nuovi. Spesso, infatti, i bambini non sono abituati a mangiare alcune pietanze, ma se vedono i loro compagni di classe mangiarle allora vincono le paure e lo fanno anche loro, proprio come succede con i giochi”.



#crescereatavola

Il ruolo educativo della scuola



Istituto Comprensivo
Statale “Roberto Rimini”
Acitrezza-Ficarazzi (Catania)



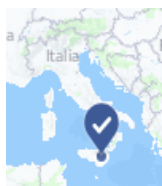
**COSA MANGIANO I BAMBINI A SCUOLA:
INTERVISTA A UNA MAESTRA DELLA
PROVINCIA DI CATANIA**

- c'è una forte collaborazione tra insegnanti e genitori
- la scuola aderisce al progetto “Frutta nelle scuole”
- è stata attuata una collaborazione con il CONI: supporto ad insegnante di educazione fisica



#crescereatavola

Il ruolo educativo della scuola



Istituto Comprensivo
Statale “Roberto Rimini”
Acitrezza-Ficarazzi (Catania)



**COSA MANGIANO I BAMBINI A SCUOLA:
INTERVISTA A UNA MAESTRA DELLA
PROVINCIA DI CATANIA**

- la scuola ha ideato il progetto “L’orto, un giardino da gustare”: grazie alla collaborazione di nonni e genitori, i bambini seguono la crescita degli ortaggi e portano a casa il raccolto
- i bambini vengono coinvolti in attività di educazione alimentare che si basano sull’esperienza diretta (es. hanno imparato a fare la salatura delle alici)




#crescereatavola

Il ruolo educativo della scuola

Educare i bambini al rispetto del cibo e alla sana alimentazione sembra essere una prerogativa delle scuole in diverse zone d'Italia: a confermarlo sono anche i commenti dei nostri lettori.

Più pertinenti ▾

 Se intervistate le maestre del sud scoprite che da anni facciamo lo stesso 😊

Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 2 s

 **Il Giornale del Cibo** Buongiorno , lo faremo: abbiamo in programma anche delle interviste a maestre del centro e del sud.

Mi piace · Rispondi · Commento di Silvia Trigilio [?] · 2 s



 Anche quelle del centro. 🍌 1


Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 2 s

 **Il Giornale del Cibo** Ovvio Lina 😊


Mi piace · Rispondi · Commento di Silvia Trigilio [?] · 2 s

 Anche al sud

Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 1 s

 Scrivi una risposta...



 Fanno la stessa cosa a scuola di mio figlio e vivo al Sud... Pane e frutta avanzata dal pranzo viene usata per la merenda... L'anno scorso alla festa di fine anno erano previsti piccoli panini, frutta e verdura...

Mi piace · Rispondi · Invia messaggio · 2 s



#crescereatavola

Conclusioni

Apparentemente i genitori di bambini in età scolare:

→ **Mostrano una forte attenzione nei confronti del problema**

I dati di lettura degli articoli e il grado di coinvolgimento sui social network rivelano che l'interesse verso la tematica è forte.

→ **Apparentemente, sono informati sulle buone pratiche di prevenzione**

I risultati del nostro test lasciano intuire che i genitori dei bambini in età scolare sappiano quali sono le abitudini alimentari corrette.



#crescereatavola

Conclusioni

→ Sono spesso ostacolati da ragioni economiche e mancanza di tempo

Un'alimentazione sana richiede attenzione, ovvero tempo per scegliere i prodotti, “trasformarli” in piatti genuini, e disponibilità economica per acquistare prodotti di buona qualità.

→ Riconoscono l'importante ruolo educativo della scuola, ma in alcuni casi additano all'istituzione la responsabilità della diffusione del fenomeno

Secondo alcuni lettori l'educazione alimentare della scuola è incongruente: i bambini fanno poco moto, nei corridoi di alcune scuole sono presenti distributori di merendine industriali, il cibo della mensa “non è adatto ai bambini”.



#crescereatavola

Conclusioni

→ **Non sono del tutto informati sui progetti a cui le scuole italiane aderiscono**

Orti scolastici, progetti che stimolano i bambini al consumo di frutta e verdura sono presenti nelle scuole, da Nord a Sud. “Frutta e verdura nelle scuole” ha coinvolto circa 1 milione di bambini.

→ **Non sempre sono a conoscenza dei meccanismi che regolano la scelta e la distribuzione dei pasti nelle mense scolastiche**

Talvolta affermano che “il cibo non è adatto ai bambini, che tornano a casa affamati”, altre volte, che la mensa concede troppi «bis».



#crescereatavola