

NOI NON SPRECHIAMO!

Evento pubblico di restituzione dei progetti contro lo spreco alimentare nelle mense scolastiche di Bologna



Sabato 4 maggio 2019, ore 10

Museo Civico Archeologico | Sala del Risorgimento
Via de' Musei 8 | Bologna

PROGRAMMA

ore 9.30: registrazione partecipanti
ore 10: inizio dei lavori

Introduzione: Prof. Andrea Segrè,
fondatore e Presidente Last Minute Market

Interventi dei tecnici di Last Minute Market,
Comune di Bologna, AUSL Bologna, Ribò

Testimonianze degli insegnanti e dei genitori
della Commissione Mensa Cittadina

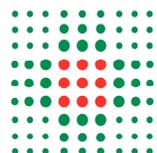
Conclusioni e cure di **Mariilena Pillati**,
Vicesindaco

Moderà l'Incontro: **Bob Messini**



**La ristorazione scolastica una
importante occasione di prevenzione**

Emilia Guberti
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
Az. USL Bologna



**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico



IHME

Institute for Health Metrics
and Evaluation

Global Burden of Disease 2018



Urgenza di migliorare l'alimentazione 1° fattore di rischio prevenibile nel mondo

Nel 2017, 11 milioni di morti (22% totale) e 255 milioni di DALY (anni persi a causa della malattia per disabilità o per morte prematura) attribuibili rischio alimentare.



Principali cause di morti legate all'alimentazione

- ✓ **malattie cardiovascolari** (10 milioni)
- ✓ **tumori** (913mila)
- ✓ **diabete di tipo 2** (339mila).

THE LANCET

The Global Burden of Disease Study 2017



www.thelancet.com **Vol 392 November 10, 2018**

In Italia: oltre il 40% dei DALY é attribuibile a condizioni connesse all'alimentazione



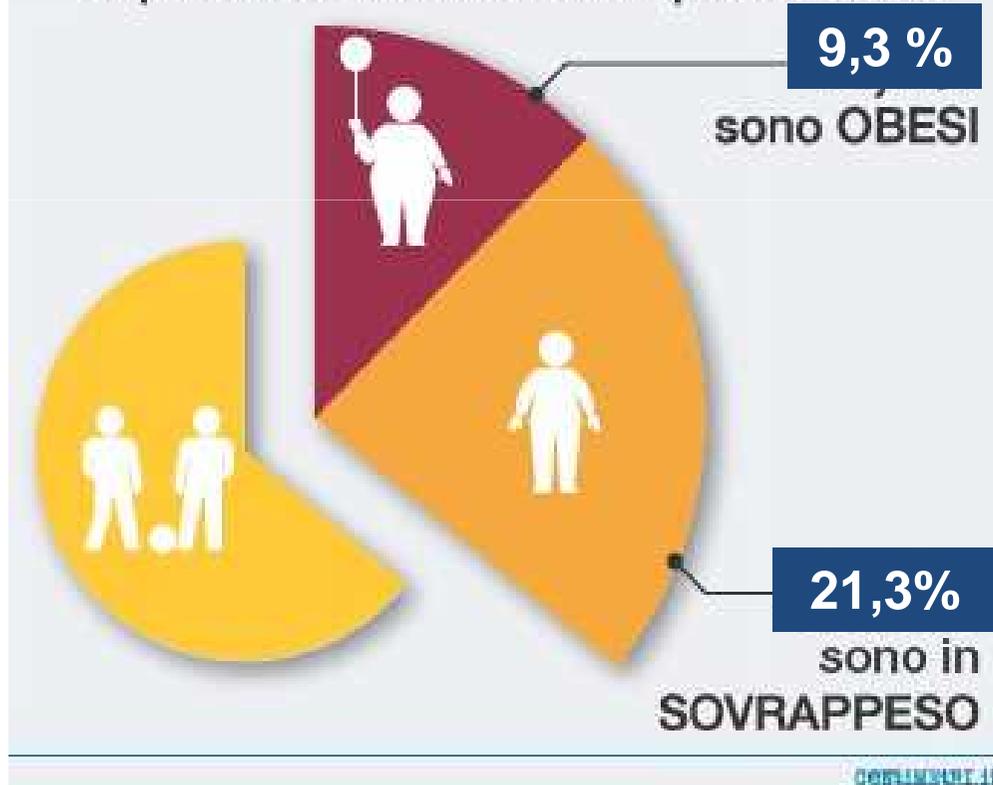
DALY attribuibili a fattori dietetici



OKkio alla SALUTE: Sintesi dei risultati 2016

L'obesità infantile

➤ Più di 1 bambino su 3 ha un peso superiore a quello che dovrebbe avere per la sua età



A Bologna, come in Emilia Romagna, il **20,8% dei bambini è sovrappeso** (21,3 % Italia) , **8,03% è obeso** (9,3 Italia)

Abitudini alimentari predisponenti all'aumento ponderale, in particolare:

- 30,8% **non** fa una colazione adeguata, (3,44% non la fa)
- 88,1% **non** consuma 5 porzioni di frutta o verdura raccomandate
- 29,5% consuma giornalmente bevande zuccherate



Dall'OMS nell'ambito della strategia "Health 2020"



Accesso universale ad una dieta sana bilanciata ed accessibile economicamente (ridurre diseguaglianze)

European food and nutrition actionplan 2015- 2020

- **Promuovere sana alimentazione e pratica dell'attività fisica** in tutte le fasce di età coinvolte in particolare nei gruppi **vulnerabili (bambini 0-10 anni, anziani e immigrati), coinvolgimento famiglie**, contrasto diseguaglianze.
- Facilitare acquisto e **consumo di frutta, verdura** ed altri alimenti protettivi **a ridotto** apporto di **calorie, grassi saturi, zuccheri e sale.**
- **Creare ambienti favorevoli** consumo di cibo sano



Piano Nazionale della Prevenzione 2014-19

Ambiente scolastico

WHO Action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases WHO European Region. 2016

- **L'offerta alimentare in ambito scolastico è un importante determinante di salute** che influenza le scelte alimentari e l'adozione di sane abitudini alimentari nei bambini e nei ragazzi, in particolare in termini di risultati durevoli.
- **Il miglioramento all'accesso a sani alimenti** nella scuola **contribuisce a ridurre le iniquità sociali**, consentendo a bambini e adolescenti con poche risorse economiche di migliorare lo stile alimentare.

Pranzo scolastico dovrebbe fornire il 40%
del fabbisogno energetico giornaliero !

(LARN SINU 2014)



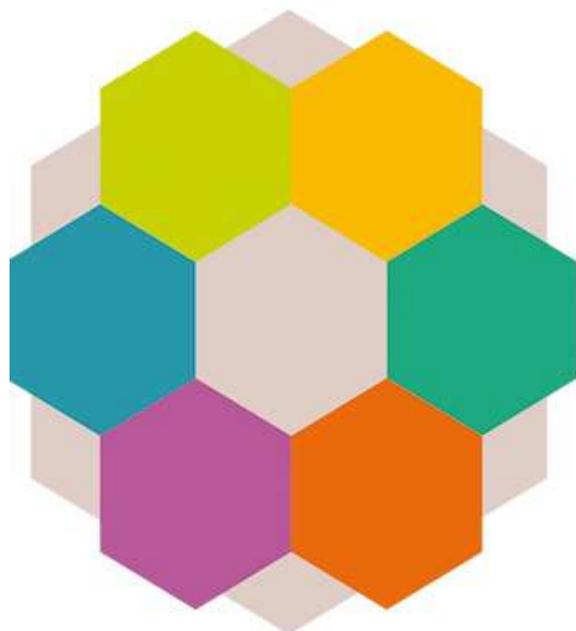
PRP 2015-2019 Programma n. 5 setting Scuola

Promozione qualità nutrizionale offerta alimentare scolastica



La mensa scolastica

COSTRUIRE
SALUTE
IL PIANO DELLA PREVENZIONE 2014-2018
DELLA REGIONE EMILIA-ROMAGNA



Educazione alimentare

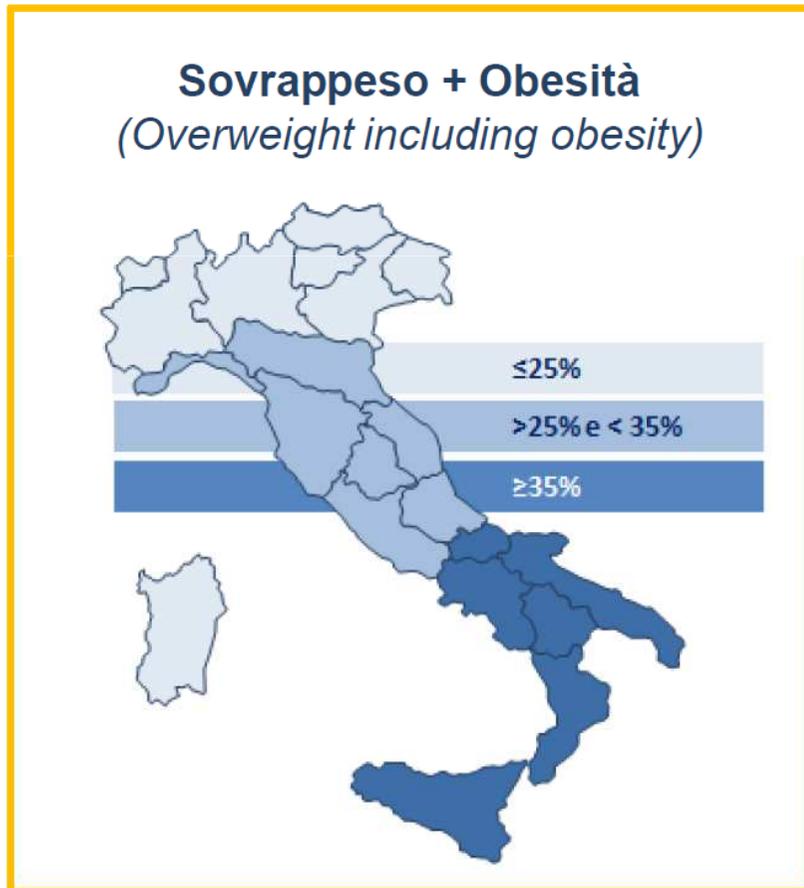
Ai Servizi Igiene Alimenti e Nutrizione

il compito di supportare i Capitolati, l'adozione di menù salutari e verificarne adesione a Linee Guida Regionali ristorazione scolastica (LARN....) riferendone l'esito.

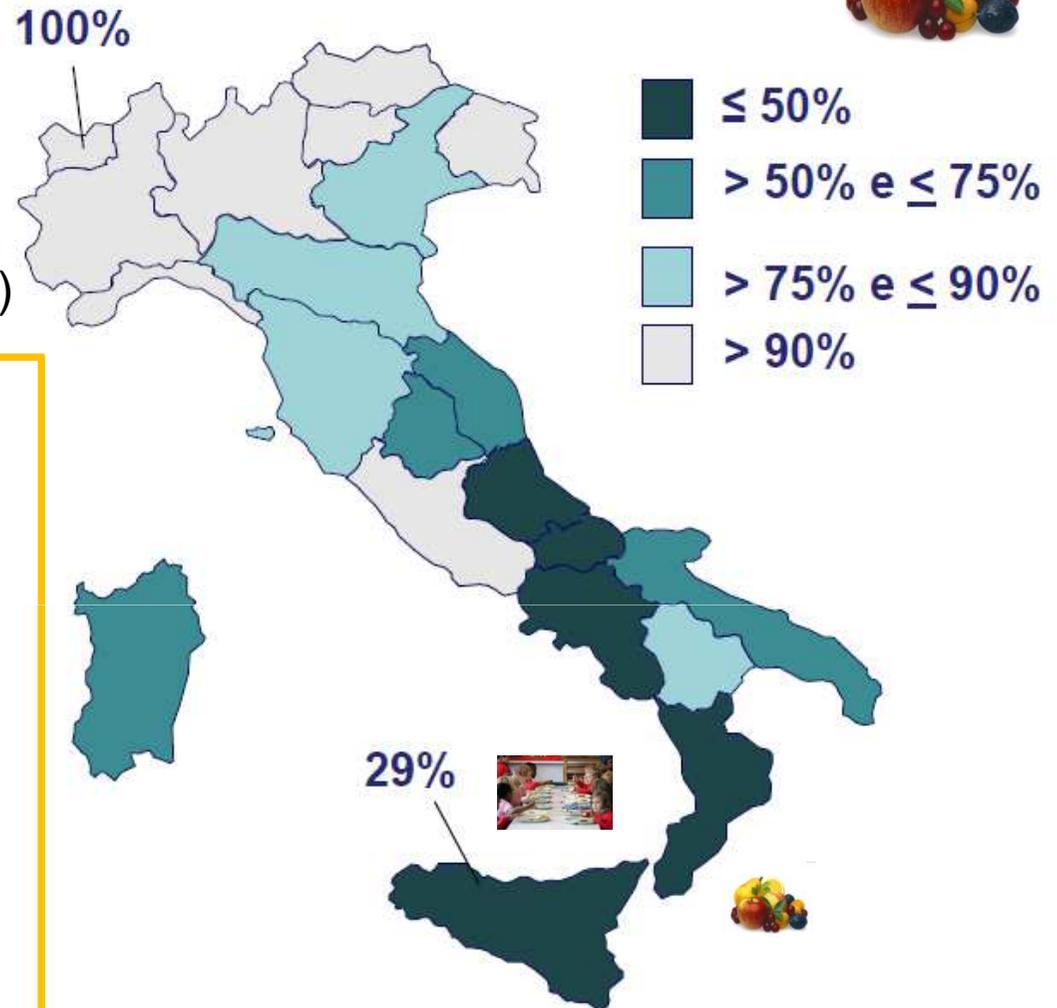


BAMBINI 2016

Indagine su abitudini alimentari ed attività fisica dei bambini (6-10 anni)



Presenza della mensa



Consumo maggiore di frutta e verdura in chi pranza in mensa

(Osserva Salute 2010)

CARATTERISTICHE DEL MENU' SCOLASTICO

Tradurre gli apporti raccomandati di energia e nutrienti per l'età evolutiva nei menù della refezione scolastica.

Come si mangia a scuola.....

- Menù a rotazione su 4-5 settimane
- Piatti stagionali (invernali, estivi)
- Ricette nutrizionalmente bilanciate
- Diversificati per fasce d'età
- Metodi di cottura adeguati
- Contenimento dei grassi, degli zuccheri, del sale
- Spuntini e merende salutari



LARN 2014 : Livelli di Assunzione Raccomandati in Energia e Nutrienti per la popolazione Italiana

Dieta Mediterranea - Stile Alimentare

Confermata validità preventiva per MCD

m. cardio-cerebrovascolari, tumori, diabete ed anche patologie neurodegenerative.



Abbondanza di verdura e frutta di stagione, cereali meglio se integrali, legumi freschi e secchi, poca carne e grassi animali, pesce, olio di oliva, meglio EVO.

Aderenza menù scolastici alle linee guida ristorazione scolastica ER

Nel territorio dell'AUSL di Bologna nel 2015
adesione totale (100%) dei menù scolastici
alle linee guida Regione Emilia Romagna



I più significativi **miglioramenti ottenuti**
riguardano

- l'aumento della frequenza dei legumi,
- la varietà dei cereali,
- la riduzione della frequenza dei salumi.



Un buon risultato



GUSTI e.. DISGUSTI

CIBI SÌ:

LA PASTA AL
SUGO
LE LASAGNE
IL RISO GIALLO
LA COTOLETTA
LE PATATINE
I WURSTEL...

CIBI NO:

LE MINESTRE IN BRODO
LE VERDURE
I FORMAGGI
IL PESCE (LE LISCHE!)
LE INSALATE...



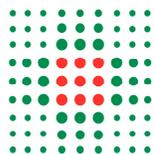
La “neofobia alimentare” : rifiuto di nuovi alimenti/sapori e scelta solo di alimenti familiari e sicuri
(*meccanismo innato vs sostanze dannose*).

La “neofobia alimentare” interessa circa il 20-30% dei soggetti in età pediatrica, a partire dallo svezzamento, con un picco tra i 2 e i 6 anni poi cala.

Rifiutate soprattutto verdure e frutta, ma anche alimenti proteici “animali” .

L'apprendimento precoce, l'esposizione ripetuta/ non forzata ad alimenti diversi per abituare il bambino al nuovo sapore, ha effetti positivi su gradimento / consumo purché non siano associati a emozioni negative.

La neofobia va distinta da “selettività” (“pickiness”), scelta mirata solo di alcuni cibi / rifiuto di altri, fenomeno comune durante l'infanzia, che può persistere anche in età adulta.



“ASSAGGIA E OSSERVA, PER IL CONSUMO CONSAPEVOLE NELLA SCUOLA”

Obiettivo: riduzione scarti mense scolastiche
Target : bambini scuola primaria di Bologna

Progettazione partecipata

Commissione mensa cittadina
Genitori dei bambini delle classi coinvolte
SIAN Azienda UsI di Bologna,
Bambini ed insegnanti IC4, Uni BO
Ristorazione scolastica .



<https://www.youtube.com/watch?v=kaEI3HdOhEQ>

2) QUESTIONARIO DI GRADIMENTO E QUANTITÀ CONSUMATA DELLE PORZIONI SERVITE in MENSA

QUESTIONARIO QUANTITATIVO E DI VALUTAZIONE DEL GRADIMENTO DEL SERVIZIO VITTO

FAI UNA DIETA SPECIALE? SI quale? dieta in bianco dieta per celiaci dieta senza carne di maiale dieta senza lattosio altra dieta
 NO

Menù del giorno	Quantità*	Gradimento			Se poco gradito perchè	
Primo piatto Hai fatto il bis? SI <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/> troppo cotto	<input type="checkbox"/> poco cotto
					<input type="checkbox"/> insipido (senza sale)	<input type="checkbox"/> salato
					<input type="checkbox"/> poco condito	<input type="checkbox"/> troppo condito
					<input type="checkbox"/> freddo	<input type="checkbox"/> gusto cattivo
Secondo piatto	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/> troppo cotto	<input type="checkbox"/> poco cotto
					<input type="checkbox"/> insipido (senza sale)	<input type="checkbox"/> salato
					<input type="checkbox"/> poco condito	<input type="checkbox"/> troppo condito
					<input type="checkbox"/> freddo	<input type="checkbox"/> gusto cattivo
Contorno	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/> troppo cotto	<input type="checkbox"/> poco cotto
					<input type="checkbox"/> insipido (senza sale)	<input type="checkbox"/> salato
					<input type="checkbox"/> poco condito	<input type="checkbox"/> troppo condito
					<input type="checkbox"/> freddo	<input type="checkbox"/> gusto cattivo
Frutta	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/> troppo matura	<input type="checkbox"/> acerba
					<input type="checkbox"/> troppo cotta	<input type="checkbox"/> monotona
					<input type="checkbox"/> troppo liquida	<input type="checkbox"/> troppo densa
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



"Alla salute! Cittadini imprenditori di qualità della vita"



DIPLOMA DI PICCOLO ASSAGGIATORE

per l'impegno e l'interesse dimostrato durante
ASSAGGIA E OSSERVA,
PER IL CONSUMO CONSAPEVOLE
NELLA SCUOLA



Anno Scolastico



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

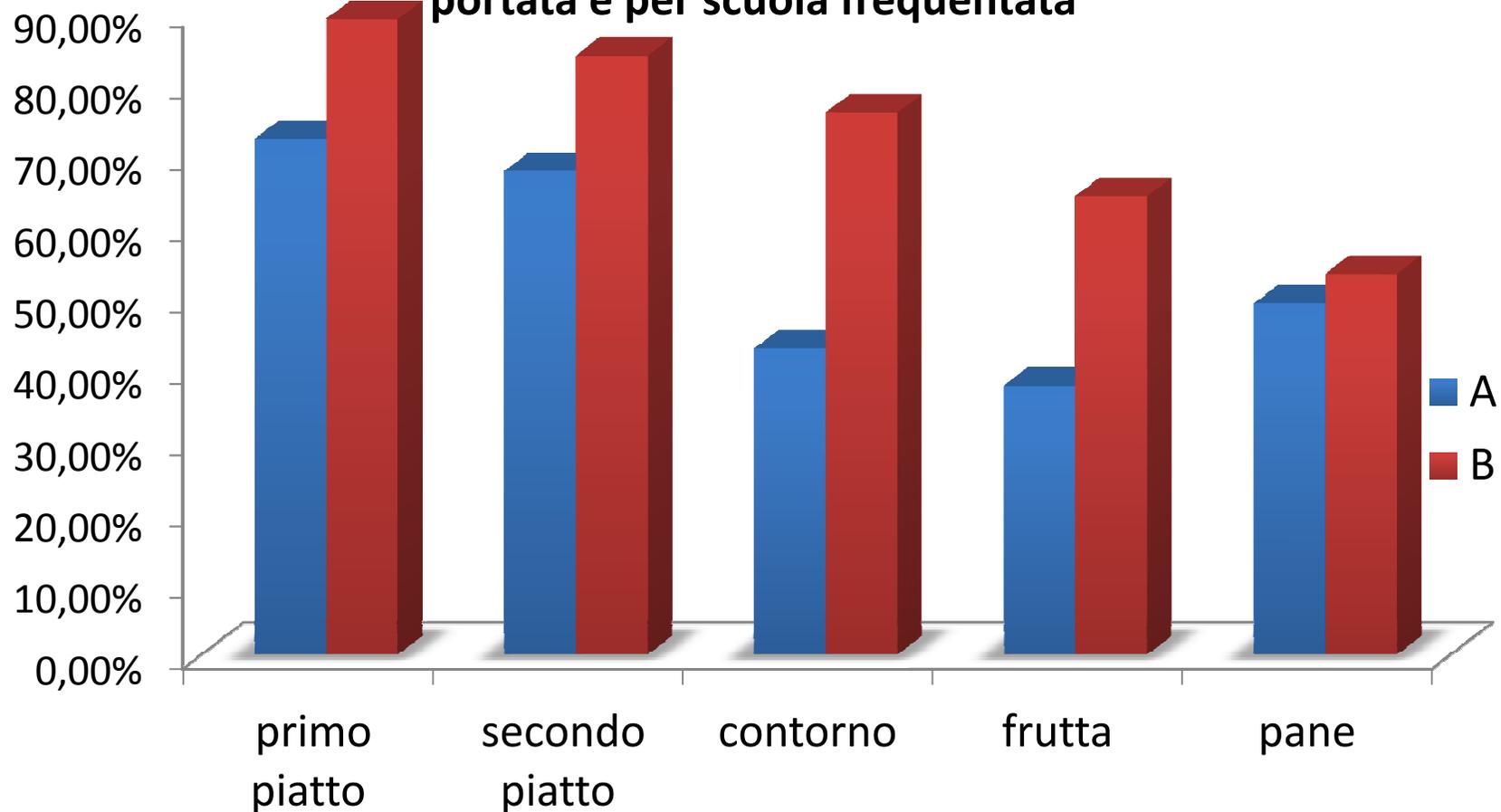
Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico



Scuole Primarie Statali
Villa Torchi e Marsili

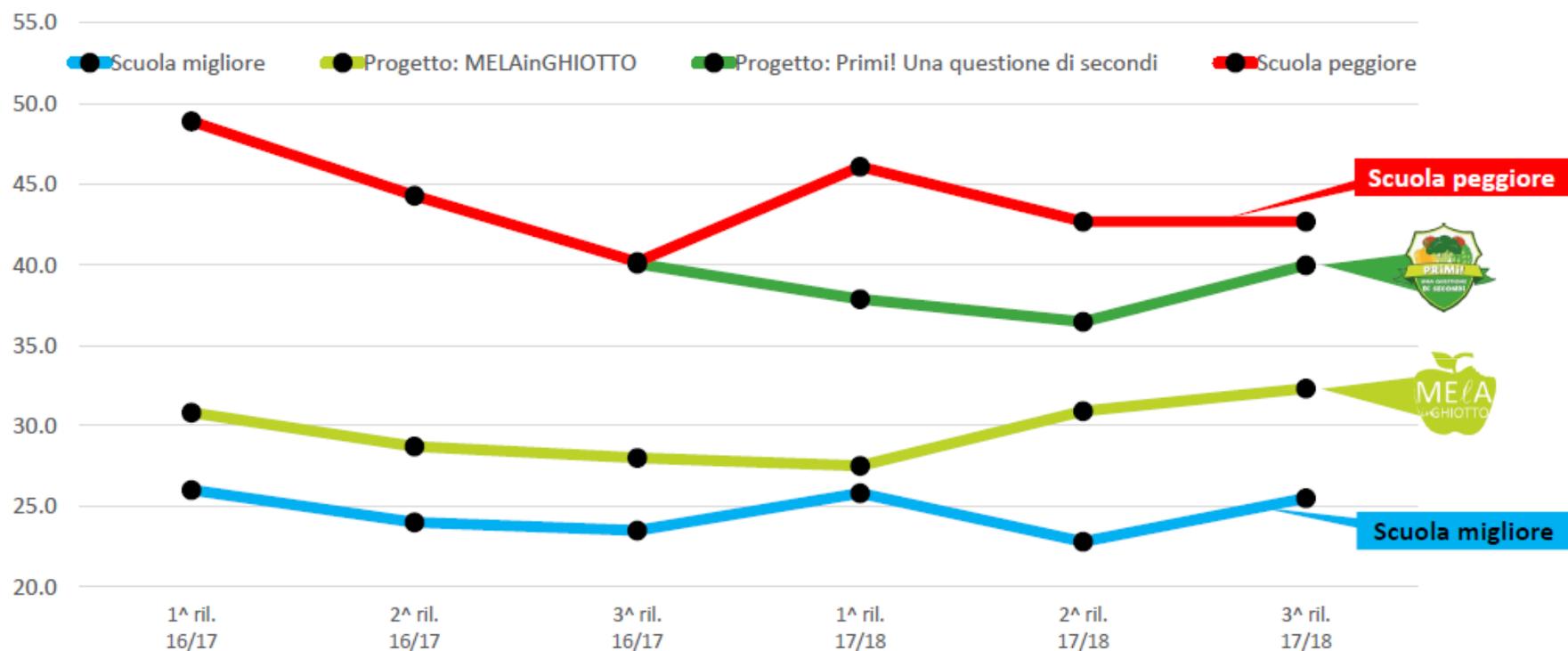
ASSAGGIA E OSSERVA, PER IL CONSUMO CONSAPEVOLE NELLA SCUOLA

Grafico 7- Quantità media consumata del pasto distinta per portata e per scuola frequentata



Due scuole: 1 mese di osservazione (marzo - aprile 2015 , 2069 pasti somministrati)

I risultati a confronto



Fanno la differenza

- Partecipazione attiva adulti di personale di mensa
- di **insegnanti** (consumo pasto insieme , incoraggiamento)

- Coinvolgimento del bambino

“*cooperative learning*” metodo didattico in cui piccoli gruppi di studenti lavorano insieme per migliorare reciprocamente il loro apprendimento.



- Partecipazione progetti educativi per favorire consumo F/V :
es. Spuntino metà mattina a base di frutta



CIRCOLO VIZIOSO.....



Conclusioni

- ✓ Scuola si conferma ambito strategico per promuovere la corretta alimentazione e ridurre lo spreco
- ✓ A tal fine va valorizzato il momento dei pasti a scuola
- ✓ Utile verifica del gradimento attraverso monitoraggio dello scarto
- ✓ Essenziale coinvolgimento dei diversi protagonisti **bambini, insegnanti, famiglie, ristorazione ed aziende sanitarie**

emilia.guberti@ausl.bologna.it

