

EDUCAZIONE ALIMENTARE: UNO STRUMENTO A TUTELA DELLA SALUTE DEL CONSUMATORE

FOOD EDUCATION: AN INSTRUMENT FOR CONSUMER'S HEALTH PROTECTION

Morena V., Condoleo R., Marozzi S., Coscarella M., Saccares S.
Istituto Zooprofilattico Sperimentale delle Regioni Lazio e Toscana (IZSLT) –
Centro Studi per l'Analisi e la Valutazione del Rischio Alimentare (CSRA) – Roma

SUMMARY

Health is defined by WHO, as a “state of complete physical, mental and social well-being, not just absence of disease.” So it needs not simply treat but also prevent, inform, and promote healthy behaviors. From here the importance of putting into practice all possible strategies for prevention from age lowest. The purpose of this work is just to describe the project “Food and Culture”, between the IZSLT and the Municipality of Ariccia in order to promote nutrition education in the family from the boys.

Key words

Food education, health, consumer.

La definizione di salute correntemente accettata è quella elaborata dall'OMS che la definisce uno “stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, e non soltanto assenza di malattia”. Non basta quindi curare ma anche prevenire, informare, sensibilizzare, promuovere comportamenti sani e orientati al benessere. In base a tali considerazioni e riflettendo sui cambiamenti dei consumi alimentari e dello stile di vita verificatisi negli ultimi quarant'anni nei paesi industrializzati, si comprende perché mentre un tempo per garantire la salute dei cittadini era necessario prevenire la carenza di energia e di nutrienti, oggi, invece, bisogna evitare i problemi derivanti da un'alimentazione eccessiva e squilibrata e da uno stile di vita caratterizzato da una diffusa e crescente sedentarietà.

In questo contesto si inseriscono le azioni del Ministero della Salute che con il Piano Sanitario Nazionale 2006/2008 e svariate campagne di informa-

zione conferma l'importanza della nutrizione come strumento di prevenzione di numerose patologie e contemporaneamente richiama l'attenzione sugli squilibri alimentari più frequenti soprattutto nei bambini: eccesso di proteine, in particolare di origine animale, eccesso di grassi soprattutto saturi, ed eccesso di zuccheri a rapido assorbimento.

Da qui l'importanza di mettere in atto tutte le possibili strategie di prevenzione a partire dalle fasce di età più basse. Ed è proprio dalla consapevolezza che le corrette abitudini alimentari si strutturano nell'età scolare che è nato il progetto “Alimentazione e cultura”, concordato tra l'Istituto Zooprofilattico Sperimentale delle regioni Lazio e Toscana ed il Comune di Ariccia, allo scopo di promuovere l'educazione alimentare in famiglia a partire dai ragazzi.

Il progetto ha coinvolto il personale dell'IZSLT e del Centro Studi Regionale per l'Analisi e la Valu-

tazione del Rischio Alimentare (CSRA), il corpo docente dell'Istituto Comprensivo Vito Volterra e del Circolo Didattico del comune di Ariccia, nonché gli alunni ed i loro genitori. Il percorso formativo è stato articolato in una serie di incontri durante i quali gli esperti dell'IZS e del CSRA tramite presentazioni powerpoint e semplici esperimenti hanno illustrato alcuni dei concetti fondamentali in tema di nutrizione, sicurezza alimentare e benessere. La specificità e la complessità degli interventi è stata variata, poi, in funzione dell'età e delle conoscenze degli alunni. Sia genitori che studenti hanno dimostrato il loro interesse proponendo argomenti di discussione e partecipando agli esperimenti.

Scopo di questo lavoro è descrivere le diverse fasi del percorso educativo, le modalità con cui è stata condotta l'attività formativa, quindi i risultati e le criticità emersi. Tale analisi potrà poi rappresentare un utile riferimento per la pianificazione di ulteriori attività a sfondo educativo in ambito scolastico.

BIBLIOGRAFIA

- 1) Piano Sanitario Nazionale 2006/2008 – Ministero del Lavoro della Salute e delle Politiche Sociali;
- 2) Regolamento CE 178/2002;