

IL MERCOLEDÌ DELLA FRUTTA L'esperienza del SIAN di Jesi

Tantucci L*, Comai M**, Belegni G*, Costarelli P*, D'Addezio E*, Santoni S*, Zenobi R*

* Servizio Prevenzione e Sicurezza Ambienti di Lavoro ASUR, Zona Territoriale n.5 Jesi

** Direttore del Dipartimento di Prevenzione ASUR, Zona Territoriale n.5 Jesi

OBIETTIVI E SCOPI

Per contrastare la ben nota problematica dell'obesità infantile, la Commissione Europea ha raccomandato di attuare dei programmi per favorire il consumo di frutta nelle scuole al fine di incoraggiare, nei più giovani, l'acquisizione di corrette abitudini alimentari. Alla luce di ciò i Servizi Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN) della regione Marche hanno sviluppato, in collaborazione con le scuole, il progetto " Il mercoledì della frutta" proprio con l'obiettivo di promuovere il consumo della frutta nelle scuole durante lo spuntino di metà mattina. Inoltre il progetto mira a rendere "naturale" tale abitudine ricorrendovi in modo costante almeno nella giornata del mercoledì e soprattutto ad avvicinare i giovani a programmi mirati a promuovere stili di vita più equilibrati e salutari.

MATERIALI

L'iniziativa promuove il consumo di un frutto portato da casa (o fornito dal Comune nelle scuole provviste di servizio mensa) almeno tutti i mercoledì dell'anno scolastico durante la merenda di metà mattina. L'adesione al progetto, da parte delle scuole, prevede un incontro del personale SIAN con gli insegnanti referenti consegnando loro il materiale (depliant informativo) da distribuire alle famiglie per far conoscere l'iniziativa. Il monitoraggio del progetto avviene attraverso la compilazione da parte degli insegnanti di una semplice scheda predisposta e fornita dal personale SIAN.



RISULTATI

L'intervento, attivato negli aa. ss. 2008-2009 e 2009-2010, ha rispettivamente coinvolto 80 e 134 classi tra scuole primarie e scuole d'infanzia del territorio della Zona Territoriale n°5 di Jesi, interessando un campione di n° 1967 e n°2792 alunni.



CONCLUSIONI

La nostra esperienza conferma il successo del progetto già segnalato da altre Zone Territoriali della regione Marche. Abbiamo infatti riscontrato un'alta adesione delle scuole, un buon coinvolgimento dei genitori e la percezioni da parte degli insegnanti di un cambiamento delle abitudini alimentari dei ragazzi, con un maggior consumo di frutta esteso anche ad altri giorni della settimana. A nostro avviso ciò è indicativo della validità di un progetto che pur risultando semplice nella realizzazione permette di raggiungere comunque un numero considerevole di famiglie con un buon impatto sociale.

RIFERIMENTO: Ravaglia E*, et al. Il Mercoledì della frutta: un progetto di educazione nutrizionale attiva e sua valutazione intermedia. Risultati nella ZT 1 Pesaro. Convegno Guadagnare Salute: i progressi delle Aziende Sanitarie per la salute in Italia. Castel Sant'Elmo (Napoli) 24 - 25 settembre 2009