

# La ristorazione scolastica: nutrire la salute, dal presente al futuro



Maria Chiara Bassi

Greta Domeneghini

Rosaria Bosio

Mirelli Michela

**ATS Val Padana**

# Sommario

- La situazione sanitaria oggi
- Determinanti della salute
- Ruolo della ristorazione collettiva oggi
- Nuove sfide, salute, ambiente, contrasto allo spreco

# Okkio alla salute, sorveglianza stile di vita, stato ponderale dei bambini

- ✓ Grazie allo studio di occhio alla salute andiamo a vedere a che punto siamo con le sane abitudini alimentari dei nostri ragazzi.
- ✓ **OKkio alla SALUTE è un sistema di sorveglianza sul sovrappeso e l'obesità e i fattori di rischio correlati nei bambini delle scuole primarie (6-10 anni).**
- ✓ Obiettivo principale è descrivere la variabilità geografica e l'evoluzione nel tempo dello stato ponderale, delle abitudini alimentari, dei livelli di attività fisica svolta dai bambini e delle attività scolastiche favorevoli la sana nutrizione e l'esercizio fisico, al fine di orientare la realizzazione di iniziative utili ed efficaci per il miglioramento delle condizioni di vita e di salute dei bambini delle scuole primarie.

# Campione di «OKKio alla salute»

## Il campione di OKKio alla SALUTE 2019 e tasso di rifiuto

*(VI round of the Italian surveillance system: the sample and the refusal rates)*



53.273 bambini iscritti  
(children)



50.502 genitori  
(parents)



2.735 classi  
(classes)

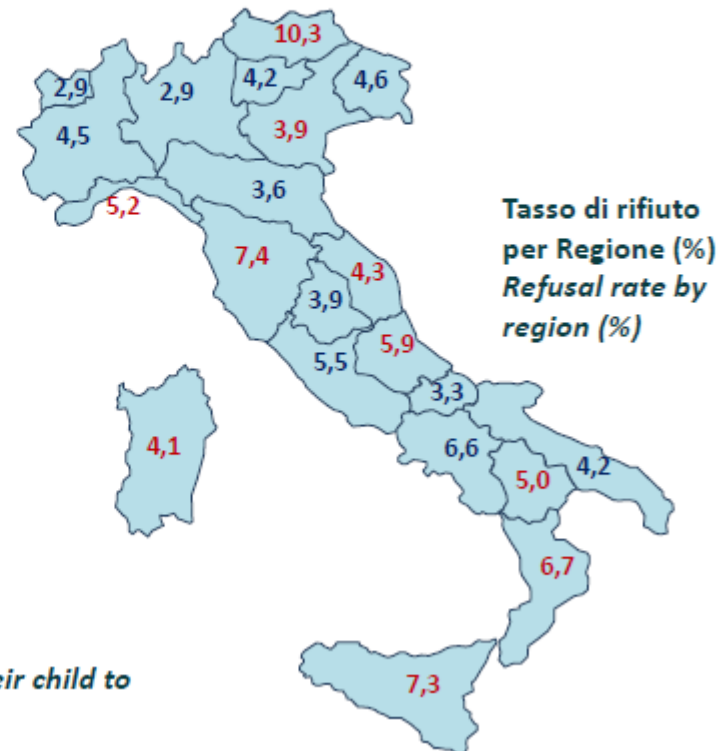
LA SCUOLA



2.467 scuole (plessi)  
(schools)

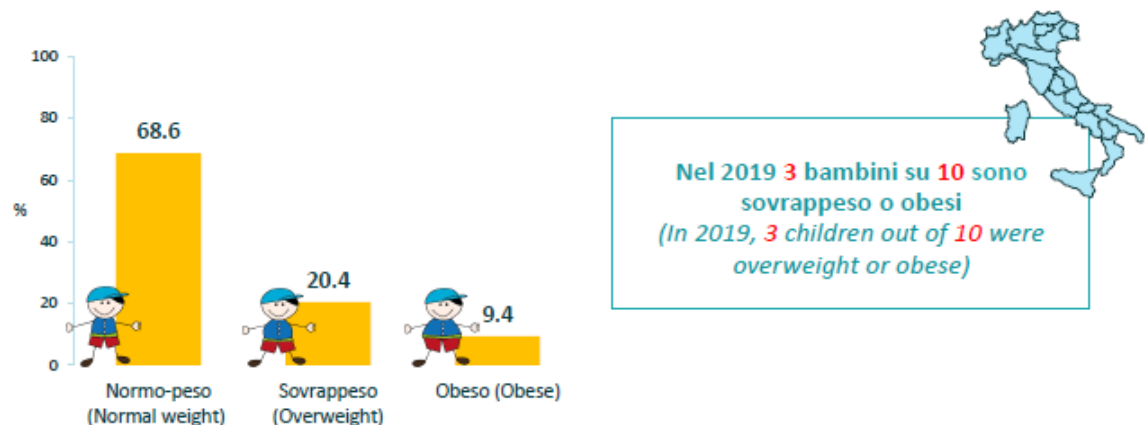


Only 5.1% of parents did not allow their child to participate in the survey



# Prevalenza sovrappeso ed obesità

Prevalenze di sovrappeso e obesità tra i bambini di 8-9 anni\*  
(Overweight and obesity prevalence among children aged 8-9 years)  
OKkio alla SALUTE 2019



La prevalenza di obesità è minore tra le femmine  
(The prevalence of obesity is less among girls)



8,8%



9,9%

\*Prevalenze calcolate utilizzando i cut-off IOTF - Prevalence based on IOTF cut-offs

# Indicatori

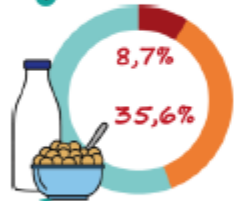
## Principali indicatori: OKkio alla SALUTE 2019 (Summary)

- **Abitudini alimentari**
- **Caratteristiche dei primi mesi di vita in relazione a sovrappeso e obesità dei bambini**
- **Attività fisica e sedentarietà**
- **Percezione materna**



# Le abitudini alimentari dei bambini:

(Dietary habits among children)



L' **8,7%** dei bambini non consuma la colazione (*No breakfast*)

Il **35,6%** consuma una colazione non adeguata (*Inadequate breakfast*)



Il **55,2%** consuma una merenda abbondante (*Excessive mid-morning snack*)



Il **24,3%** non consuma quotidianamente frutta e/o verdure (*Not Eating vegetables every day*)

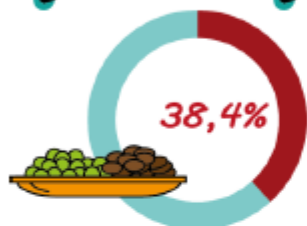


Il **25,4%** consuma quotidianamente bevande zuccherate e/o gassate (*Consuming sweetened/gassy drinks every day*)

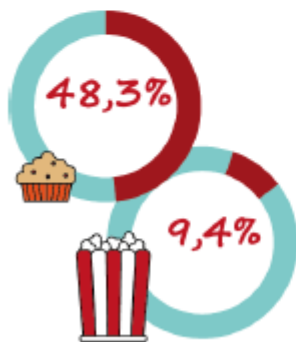
# Le abitudini alimentari dei bambini: OKkio alla SALUTE 2019, nuove domande

*(New items in the 2019 questionnaires)*

news dal 2019



**Il 38,4% dei bambini consuma legumi meno di una volta a settimana**  
*(Not eating legumes once a week)*



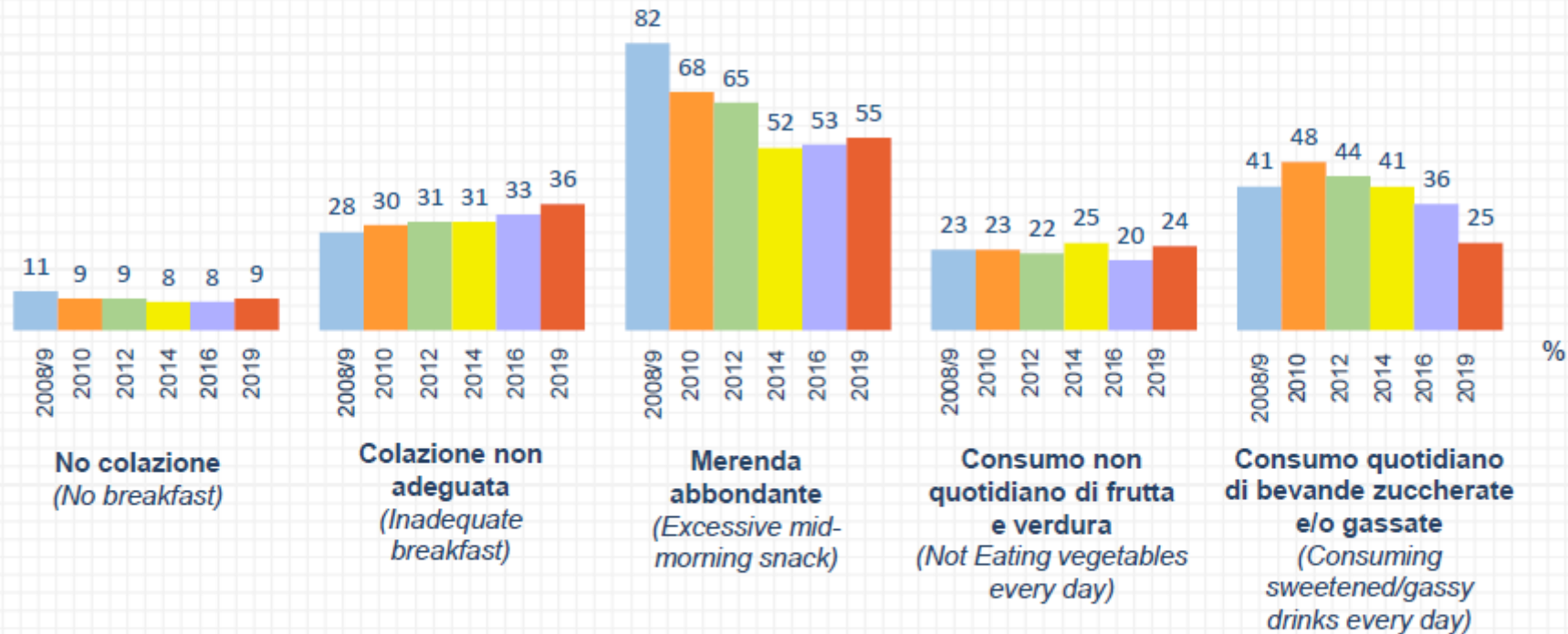
**Il 48,3% dei bambini consuma snack dolci più di tre giorni a settimana**  
*(Children consume sweet snacks more than three days a week)*

**Il 9,4% dei bambini consuma snack salati più di tre giorni a settimana**  
*(Children consume salty snacks more than three days a week)*



# Le abitudini alimentari dei bambini: variazioni nel tempo 2008/9-2019

(Dietary habits among children: changes over time)



# Percezione Materna

## La percezione materna del peso corporeo delle abitudini dei propri figli

*(Mothers' perception of their children's weight, of the quantity of food eaten and the amount of physical activity done)*



Tra le madri di bambini in sovrappeso/obesi, il **40,3%** pensa che il proprio figlio sia sotto-normopeso

*(40.3 % of the mothers of overweight/obese children think that their children are normal weight)*



Il **59,1%** delle madri di bambini fisicamente poco attivi ritiene che il proprio figlio svolga attività motoria adeguata

*(59.1% of the mothers of no-active children think that their children's level of physical activity is adequate)*

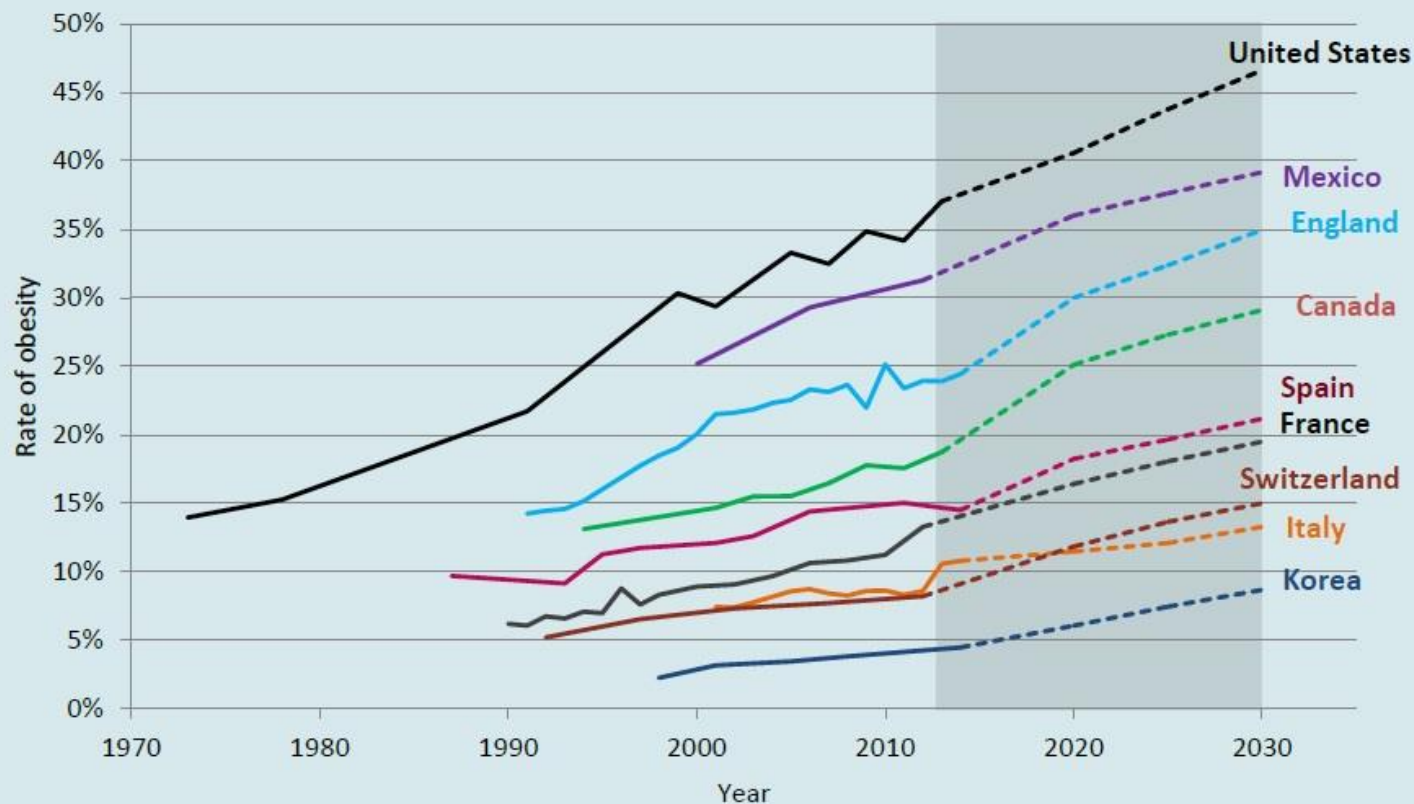


Il **69,9%** delle mamme di bambini in sovrappeso o obesi ritiene che la quantità di cibo assunta dal proprio figlio non sia eccessiva

*(69.9% of the mothers of overweight/obese children think that their children food consumption is not excessive)*

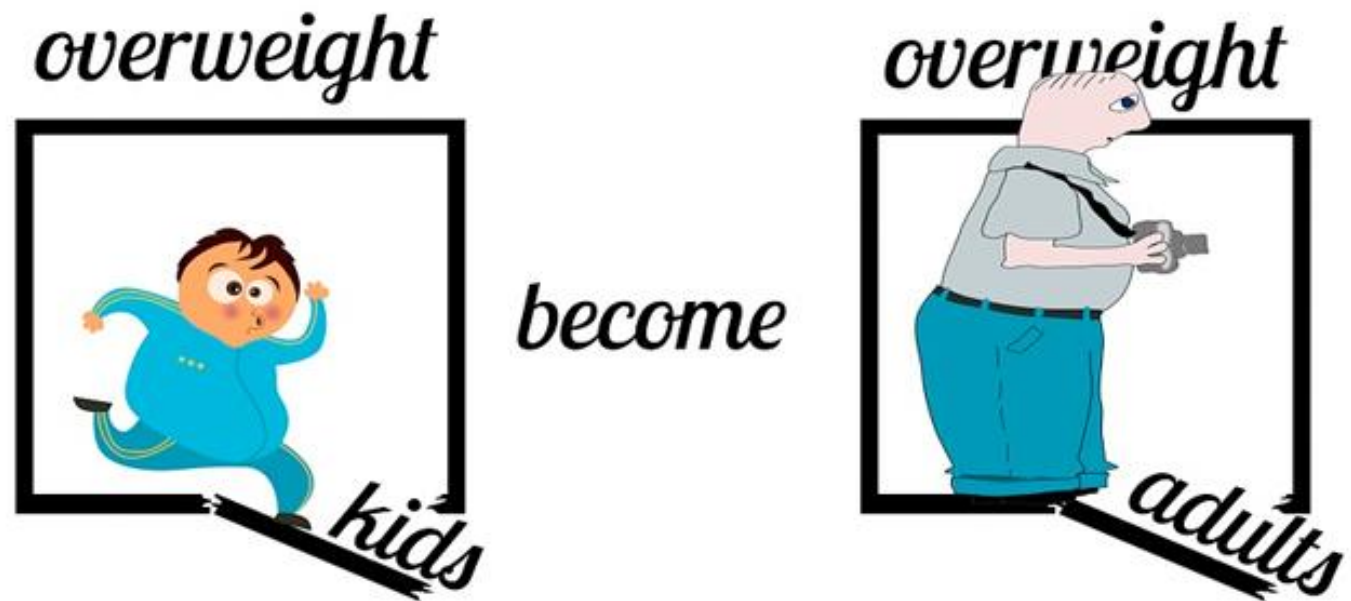
# Evoluzione e stime % obesi-sovrappeso

Figure 5: Projected rates of obesity

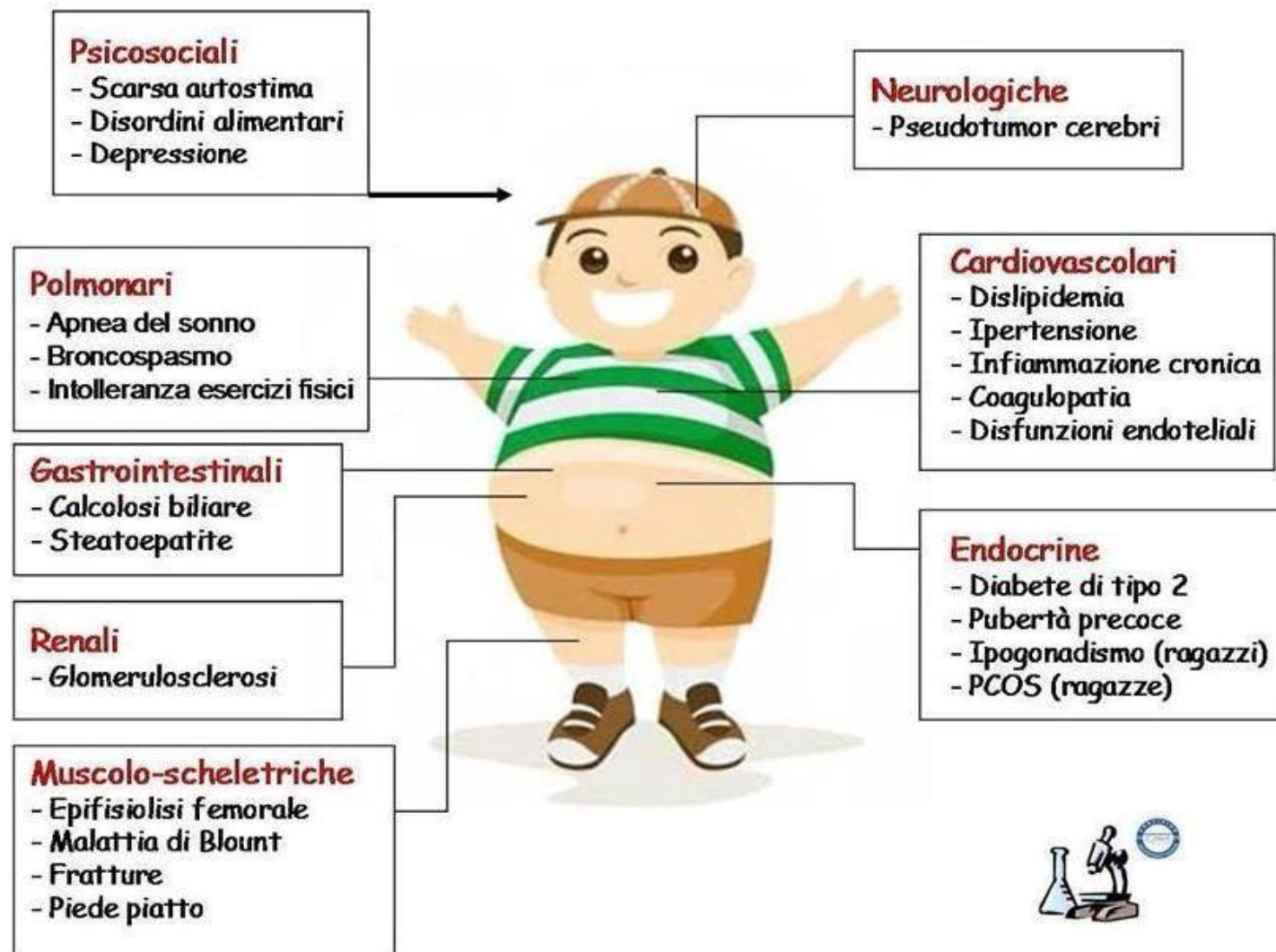


Note: Obesity defined as Body Mass Index (BMI)  $\geq 30\text{kg/m}^2$ . OECD projections assume that BMI will continue to rise as a linear function of time.  
Source: OECD analysis of national health survey data.

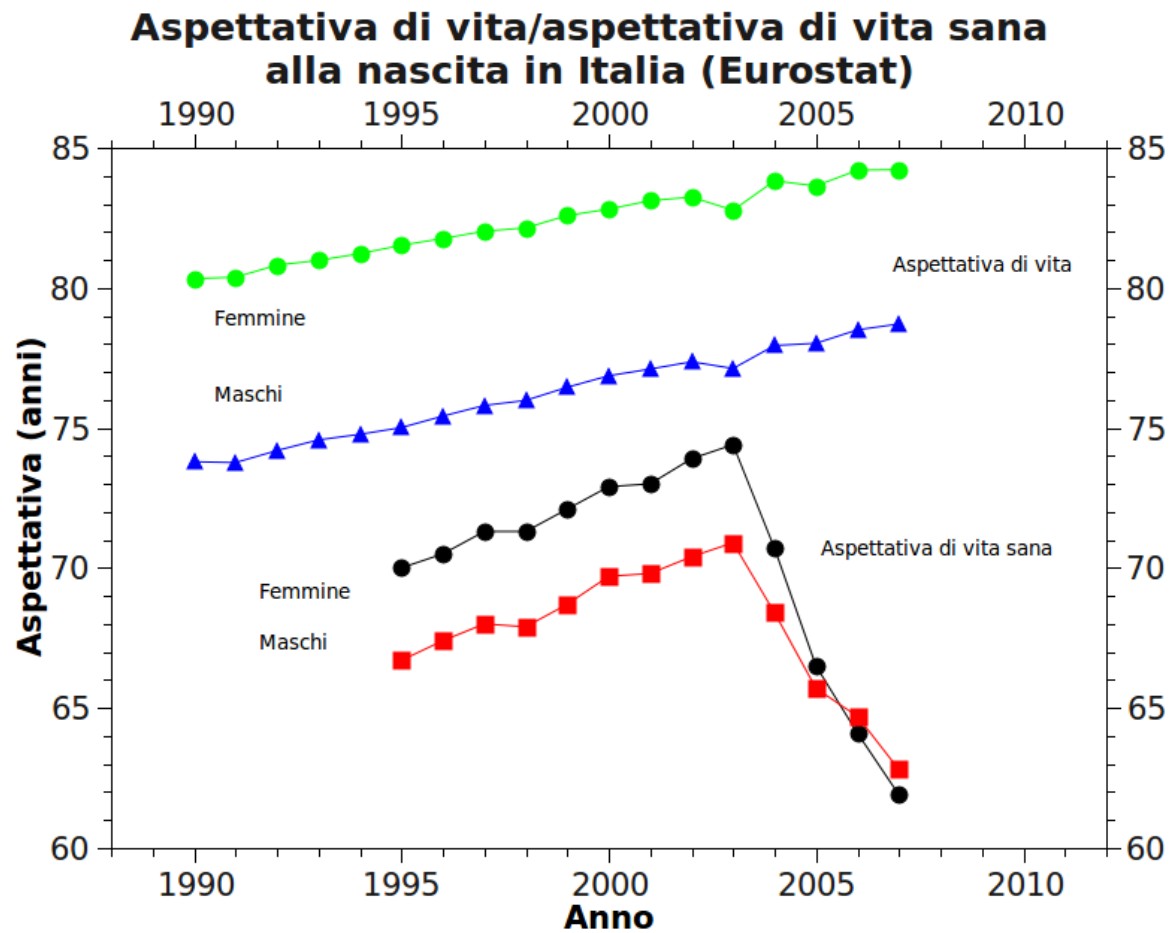
Un bambino sovrappeso o obeso sarà, con grande probabilità, un adulto sovrappeso o obeso



# OBESITA' INFANTILE E SUE COMPLICAZIONI



# Aspettativa di vita.....



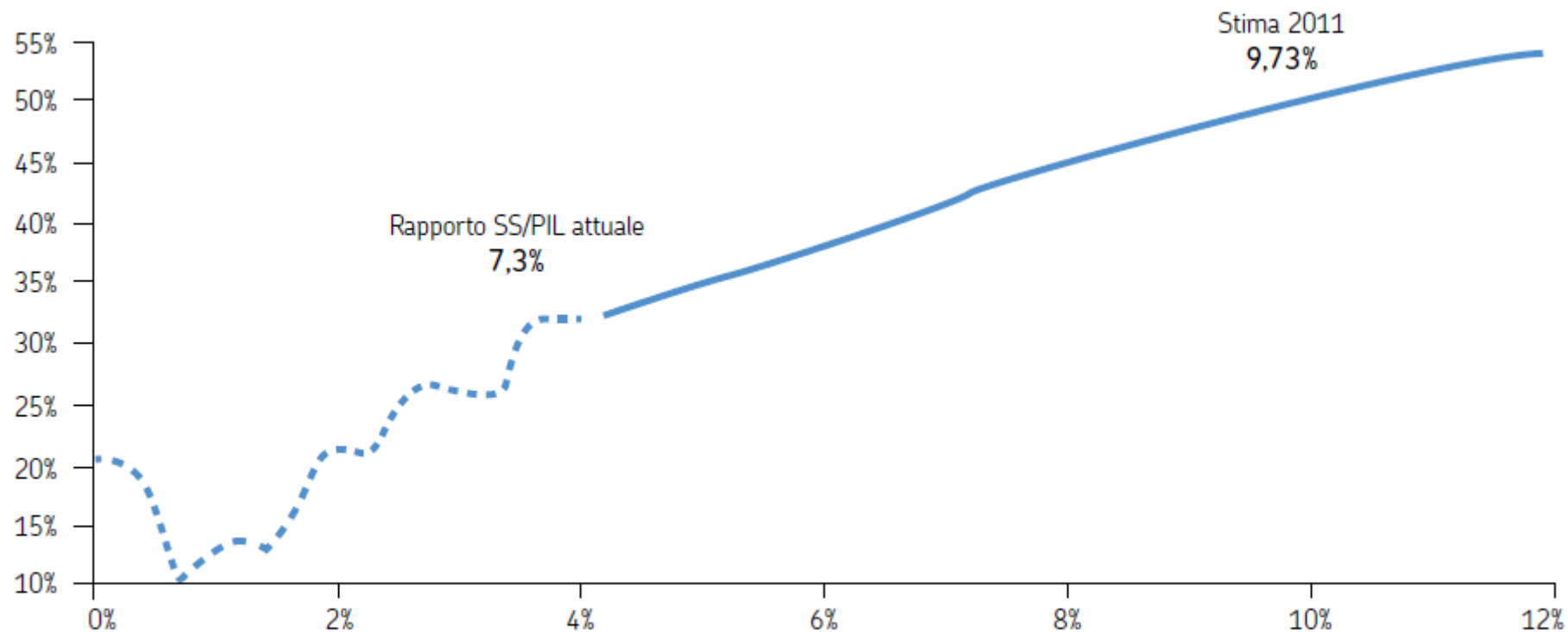
# LE MALATTIE NON TRASMISSIBILI:

- ✓ **DIABETE**
- ✓ **OBESITA'**
- ✓ **MALATTIE CARDIOVASCOLARI**
- ✓ **CANCRO**

OGGI SONO ALLA BASE DEL 60% DEI DECESSI

*[WWW.EPICENTRO.ISS.IT](http://WWW.EPICENTRO.ISS.IT)*

# Modello di previsione della spesa sanitaria pubblica in Italia (2050)



Fonte: The European House-Ambrosetti, *Meridiano Sanità - Le coordinate della salute. Rapporto Finale*, novembre 2011.



**In questo contesto qual è il ruolo della ristorazione scolastica?**

# Ristorazione scolastica: duplice obiettivo

## Nutrizionale:

Alimentare i bambini  
aiutandoli a fare esperienza  
di cibo buono  
e di gusti / sapori anche  
nuovi

## Educativo:

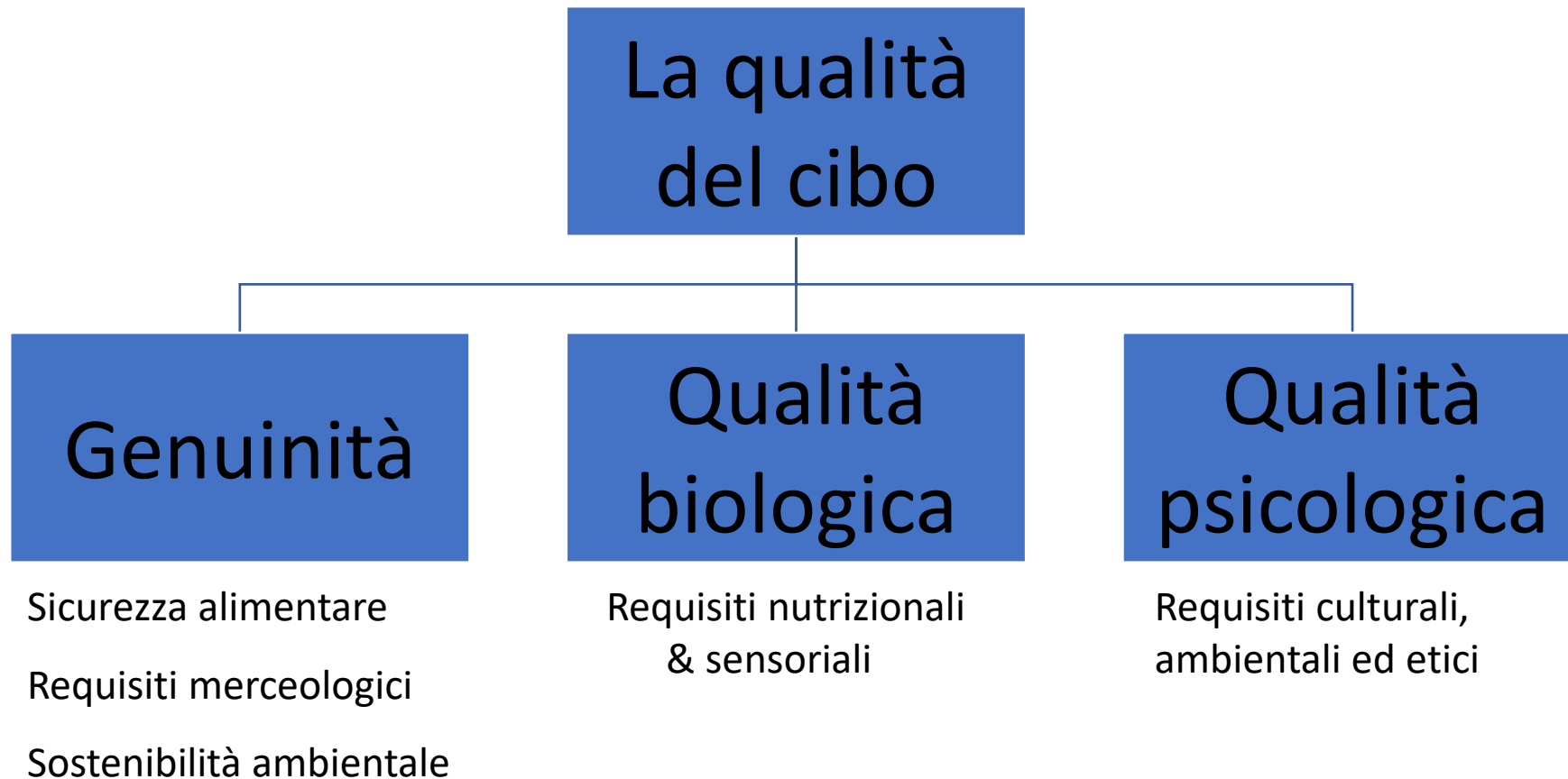
Trasmettere valori che  
possano persistere nel  
loro futuro

**Imparare a nutrire se stessi e promuovere la propria salute nel rispetto dell'ambiente e delle risorse del pianeta in un'ottica sempre più necessaria di alimentazione sostenibile**



EXPO 2015: *“Nutrire il pianeta- Energia per la vita”*

# Orientato verso scelte che coniugano il binomio: “Promozione della salute – Promozione della qualità”



# Il ruolo dell'ATS della Val Padana

- 👉 **Sviluppare le competenze dei cittadini per renderli interlocutori responsabili delle proprie scelte di salute**  
**Carta di Ottawa (1986)**



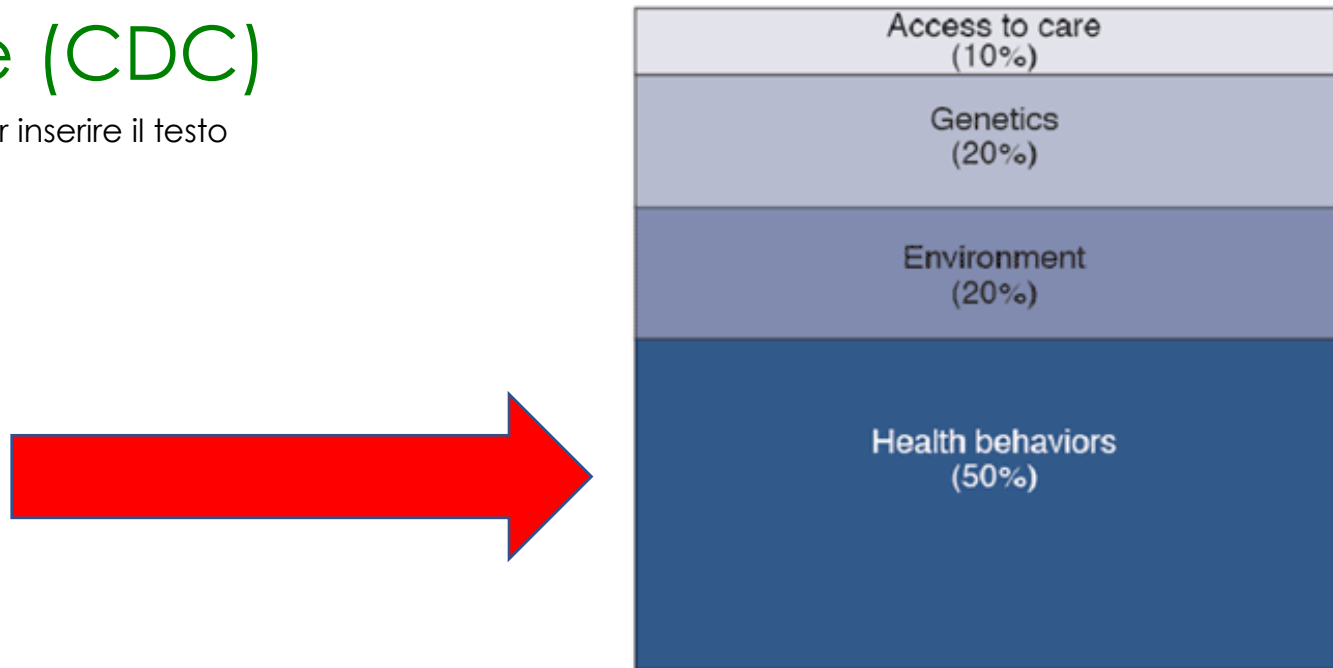
- 👉 **Renderle facili le scelte salutari**

**WHO 2006: Programma "Guadagnare in salute"**

# Determinanti c salute (CDC)

Fare click per inserire il testo

## Slide 1. Determinanti della salute (USA)



Source: IFTF; Centers for Disease Control and Prevention.

# Determinanti della salute

- Comportamenti personali e stili di vita
- Fattori sociali che possono rivelarsi un vantaggio o uno svantaggio
- Condizioni di vita e di lavoro
- Accesso ai servizi sanitari
- Condizioni generali socio-economiche, culturali e ambientali
- Fattori genetici.

# La salute e la società



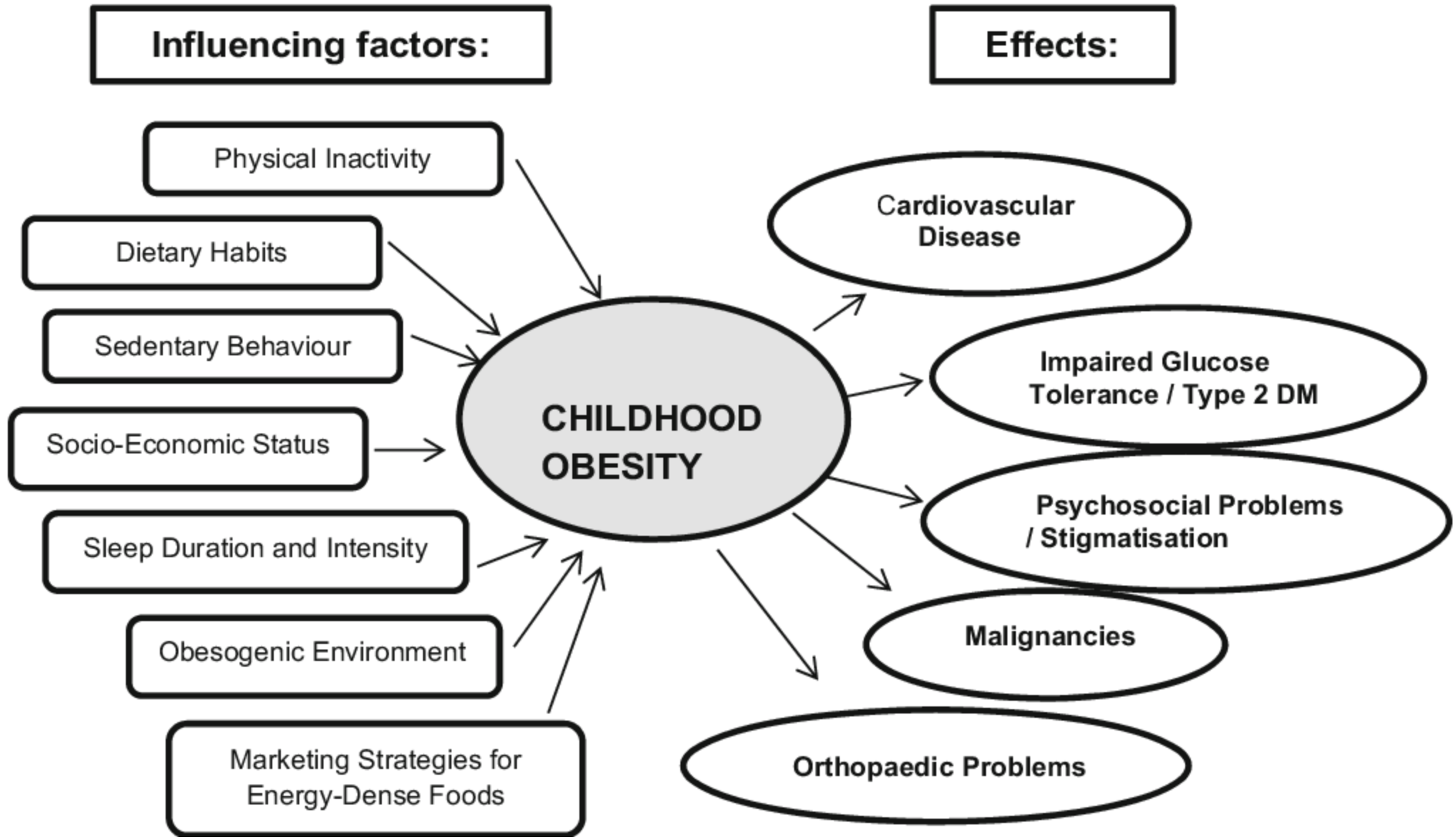
## Special Report: The Biology of Inequalities in Health: The Lifepath Consortium

*Paolo Vineis<sup>1\*</sup>, Mauricio Avendano-Pabon<sup>2</sup>, Henrique Barros<sup>3</sup>, Mel Bartley<sup>4</sup>, Cristian Carmeli<sup>5</sup>, Luca Carra<sup>6</sup>, Marc Chadeau-Hyam<sup>1</sup>, Giuseppe Costa<sup>7</sup>, Cyrille Delpierre<sup>8</sup>, Angelo D'Errico<sup>9</sup>, Silvia Fraga<sup>3</sup>, Graham Giles<sup>10,11,12</sup>, Marcel Goldberg<sup>13</sup>, Michelle Kelly-Irving<sup>8</sup>, Mika Kivimaki<sup>14</sup>, Benoit Lepage<sup>8</sup>, Thierry Lang<sup>8</sup>, Richard Layte<sup>15</sup>, Frances MacGuire<sup>14</sup>, Johan P. Mackenbach<sup>16</sup>, Michael Marmot<sup>14</sup>, Cathal McCrory<sup>17</sup>, Roger L. Milne<sup>10,11,12</sup>, Peter Muennig<sup>18</sup>, Wilma Nusselder<sup>16</sup>, Dusan Petrovic<sup>5</sup>, Silvia Polidoro<sup>19</sup>, Fulvio Ricceri<sup>7,9</sup>, Oliver Robinson<sup>1</sup>, Silvia Stringhini<sup>20</sup> and Marie Zins<sup>13</sup> on behalf of The Lifepath Consortium*

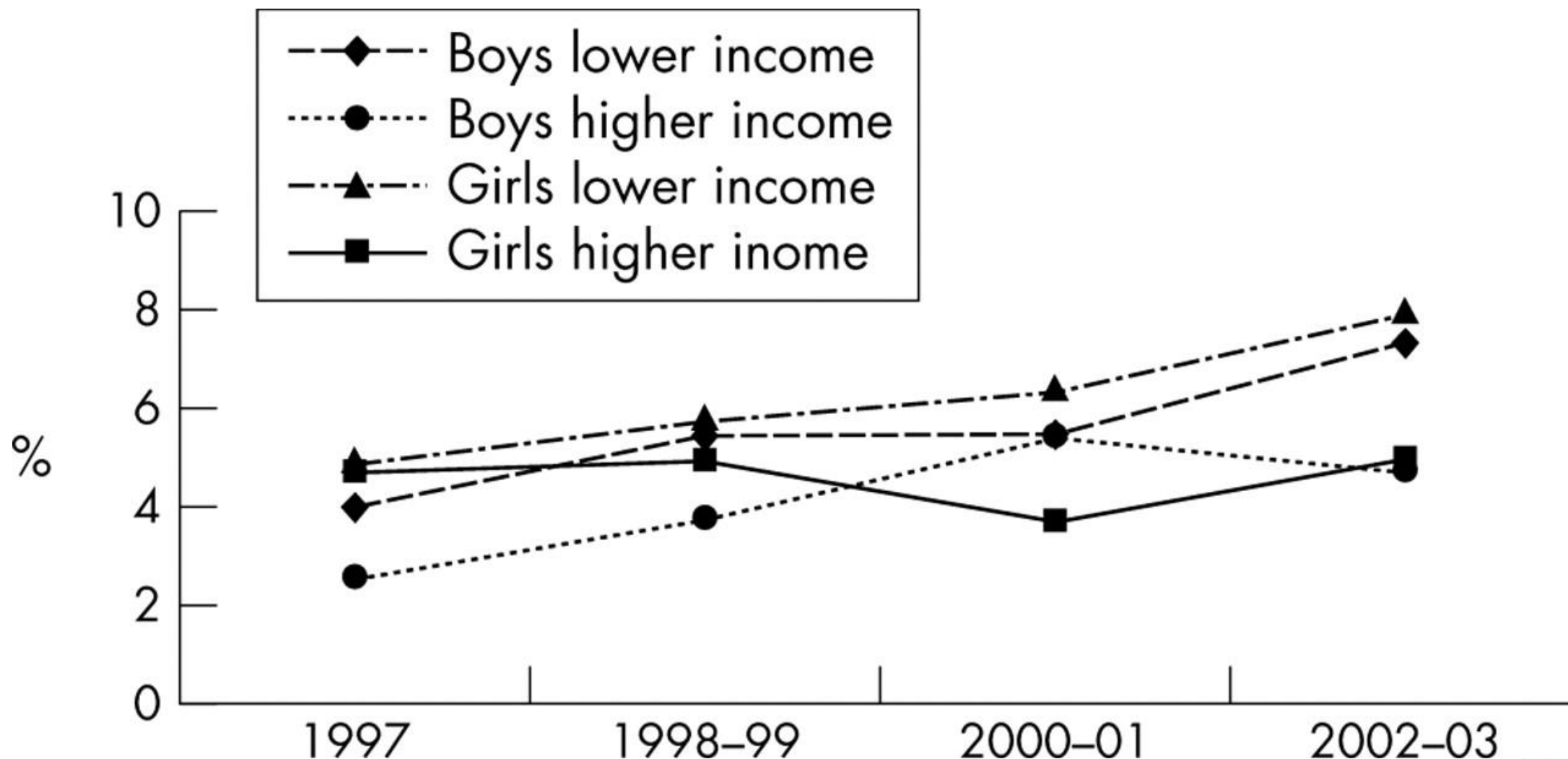
# Obesità infantile

- FATTORI DI RISCHIO SOCIO-AMBIENTALI
- **Attività extrascolastiche prevalentemente sedentarie**: 374 dei ragazzi trascorre più di 2 ore al giorno davanti alla TV, mentre solo il 50% degli adolescenti pratica uno sport con regolarità.
- **Basso livello socio economico**: sembra infatti che l'apporto calorico sia più elevato in fasce di popolazione di basso livello socioeconomico rispetto alle classi sociali cosiddette superiori con conseguente eccesso ponderale e prospettiva di salute compromessa.





# Obesità infantile e condizione socio economica



# Sistema Sanitario Nazionale

*E' costituito dal complesso delle funzioni, delle strutture, dei servizi e delle attività destinati alla promozione, al mantenimento e al recupero della salute fisica e psichica e della popolazione senza distinzione di condizioni individuali o sociali e secondo modalità che assicurino l'eguaglianza dei cittadini(...)*

Art.1 L. 833/78

# Concetto di salute

## Dichiarazione di Alma Ata, 1978

|

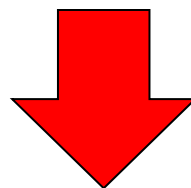
La Conferenza ribadisce con forza che la salute, stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non semplicemente assenza di malattia o infermità, è un diritto umano fondamentale e riafferma che il raggiungimento del maggior livello di salute possibile è un risultato sociale estremamente importante in tutto il mondo, la cui realizzazione richiede il **contributo di molti altri settori economici e sociali in aggiunta a quello sanitario.**



## Spunti di riflessione per la ristorazione scolastica

### Da Servizio a domanda individuale

erogato solo a chi ne fa richiesta e paga per tale servizio,



### A Servizio essenziale e universale

i cui oneri ricadano **sulla spesa pubblica** e non sulle singole famiglie che oggi, invece, sono chiamate a contribuire, in base al proprio reddito e alle percentuali stabilite, **in modo discrezionale**, dai singoli comuni, al costo del servizio, prevedendo esenzioni per le famiglie in fasce reddituali basse.

# Spunti di riflessione per la ristorazione scolastica

Il tema della ristorazione scolastica è strettamente connesso alla garanzia di un **pieno godimento del diritto allo studio** alla **salute** e alla **NON discriminazione**;

## Un servizio che laddove garantito

- ✓ si fa strumento di lotta alla povertà educativa
- ✓ alla dispersione scolastica
- ✓ all'obesità infantile

**garantendo un accesso gratuito a tutti i minori come livello essenziale delle prestazioni sociali per l'infanzia**



## DAL PUNTO DI VISTA EDUCATIVO:

la mensa è uno strumento **di promozione alla salute**,

- ✓ fondamentale per l'apprendimento,
- ✓ lo sviluppo fisico
- ✓ la socialità,
- ✓ ancor più indispensabile per i bambini a rischio di esclusione sociale.

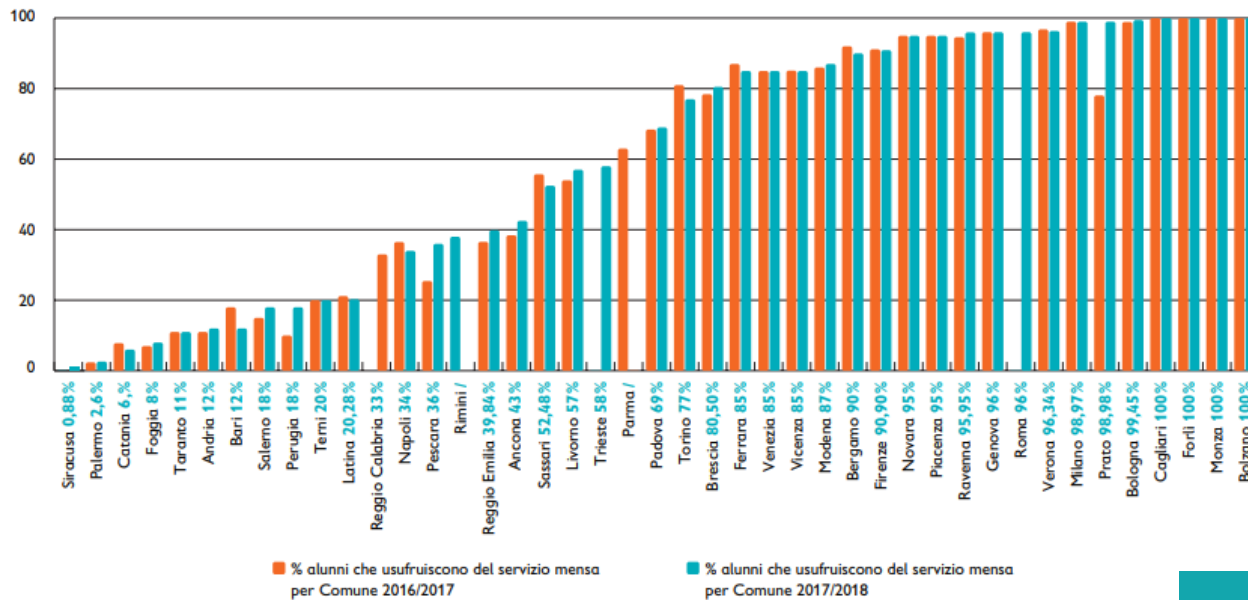


# La mensa sia uno strumento fondamentale di lotta alla povertà minorile e all'obesità

- è stato riconosciuto anche nel IV° Piano Nazionale Infanzia che ne ribadisce l'importanza "a condizione che esso sia una opportunità per tutti i bambini, soprattutto quelli che vivono nelle famiglie più deprivate e a rischio di disagio sociale".
- **Viene dunque preso atto della necessità di "intraprendere un percorso che porti a considerare il servizio di mensa scolastica come livello essenziale delle prestazioni sociali, ai sensi dell'articolo 117, secondo comma, lettera m), della Costituzione e in attuazione della Convenzione ONU sui diritti del fanciullo, garantendo standard di elevata qualità"**



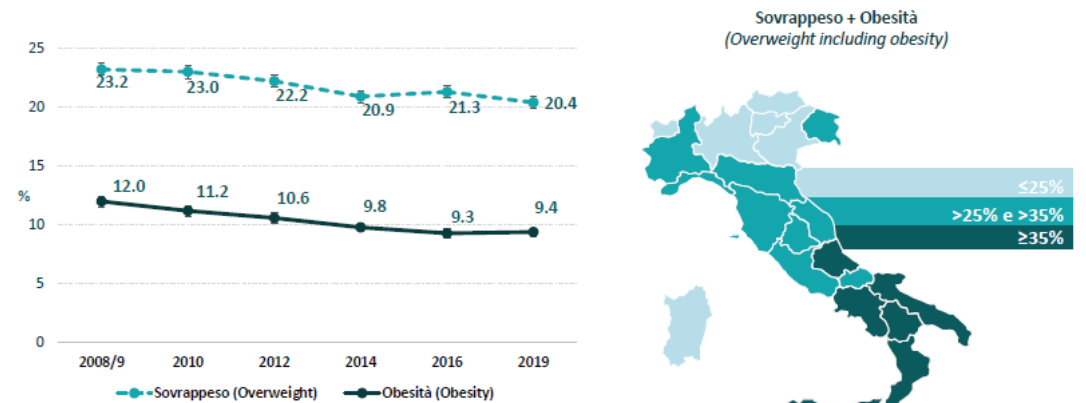
Grafico 1 - % alunni che usufruiscono del servizio mensa per comune a. s. 2016/2017 e a. s. 2017/2018



# Accesso alla mensa scolastica ed obesità infantile

Elaborazione Save the Children Italia

Trend del sovrappeso e obesità tra i bambini di 8-9 anni\*  
(Overweight and obesity trend among children aged 8-9 years)  
OKkio alla SALUTE 2019



\*Prevalenze calcolate utilizzando i cut-off IOTF - Prevalence based on IOTF cut-offs

# Mangiare ed imparare a mangiare buono e sano

- basata su un'alimentazione sana ed equilibrata che recepisce le linee guida dell'OMS e anche il Codice Europeo Anticancro e della dieta mediterranea in una logica di salute e prevenzione ed elimina qualsiasi alimento potenzialmente rischioso;
- attenta e sensibile ai bambini con dieta speciale (celiaci, allergici, intolleranti, ecc.) affinché non sentano discriminati rispetto ai loro compagni;
- inclusiva che tiene conto delle diverse culture



*«Un immenso patrimonio immateriale forgiato dalla confluenza di continenti, valori e culture, che comporta benefici importanti per la salute umana e quindi contribuisce a migliorare la qualità della vita delle persone»*

*La Dieta Mediterranea*

**Obiettivo:  
UNA BUONA  
ALIMENTAZIONE**

Quaderni  
del Ministero  
della Salute

ISSN 2038-5293

25  
n. 25, ottobre 2015

Nutrire il pianeta, nutrirlo in salute.  
Equilibri nutrizionali di una sana alimentazione

*Feeding the planet, feeding it healthy.  
Nutritional balance of a healthy diet*

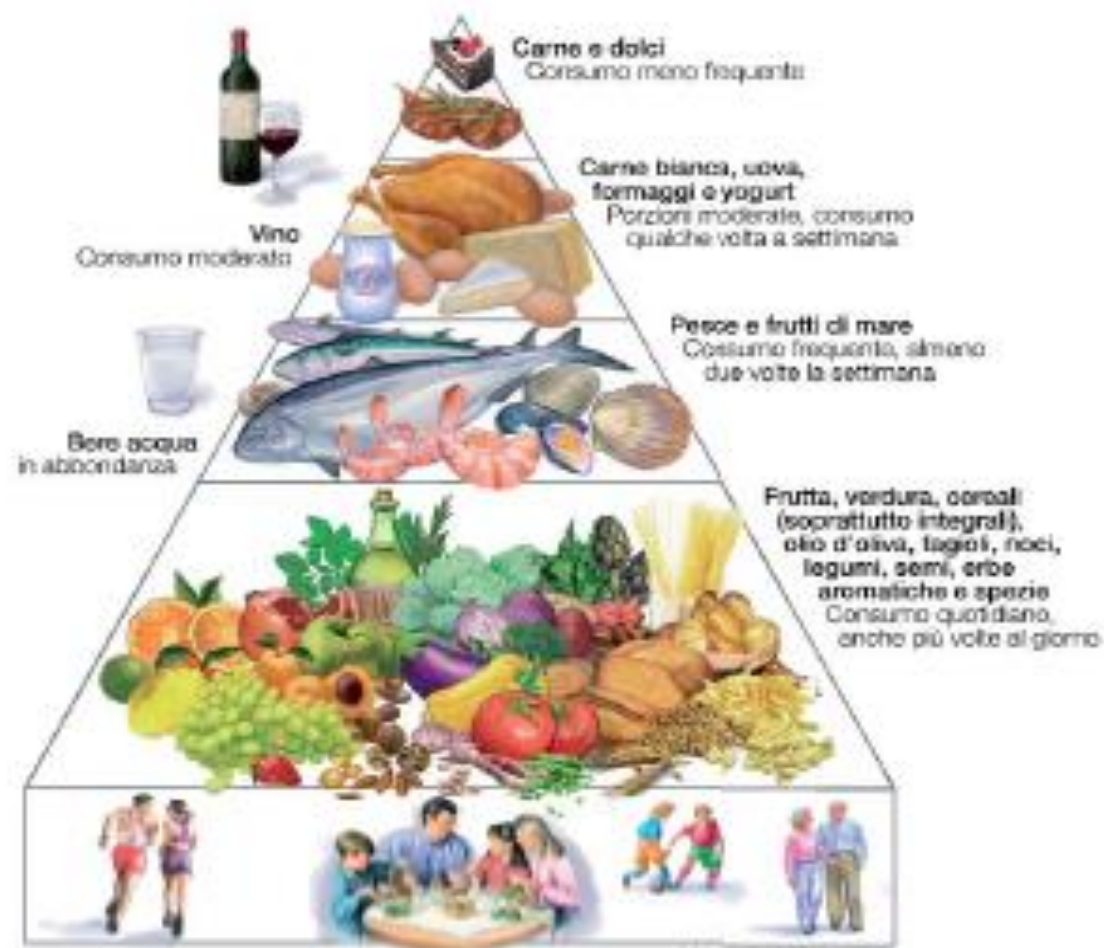


Ministero della Salute

EXPO  
MILANO 2015

## Piramide della Dieta Mediterranea

Uno stile alimentare moderno, gustoso e sano



## DEFINIZIONE DI DIETA MEDITERRANEA

- Ricca di cereali (non raffinati) (>60%)
- Ricca di vegetali e frutta
- Povera di grassi totali (<30%)
- Grassi da condimento:
  - ☺ (olio EVO) >70% dei grassi tot.
  - ☺ Relativamente alta in MUFA (ac.grassi mono-insaturi)
  - ☺ Bassa in SFA (ac. grassi saturi) <10% energia totale
- Ricca di fibra (circa 30gr/die)
- Povera di carne (soprattutto rossa), di latte e derivati
- Povera di zuccheri aggiunti
- Povera di colesterolo

## Nuova DEFINIZIONE DI DIETA MEDITERRANEA

Tutto ciò +

- Stagionalità di produzione e di consumo
- Minimi trattamenti industriali
- Breve tempo tra raccolto e consumo (freschezza)
- Pratiche agricole:
  - Bassi residui chimici
  - Cultivars/allevamenti
- Preparazione domestica dei cibi
- Conservazione adeguata
- Stile di vita, attività fisica
- Frugalità e convivialità

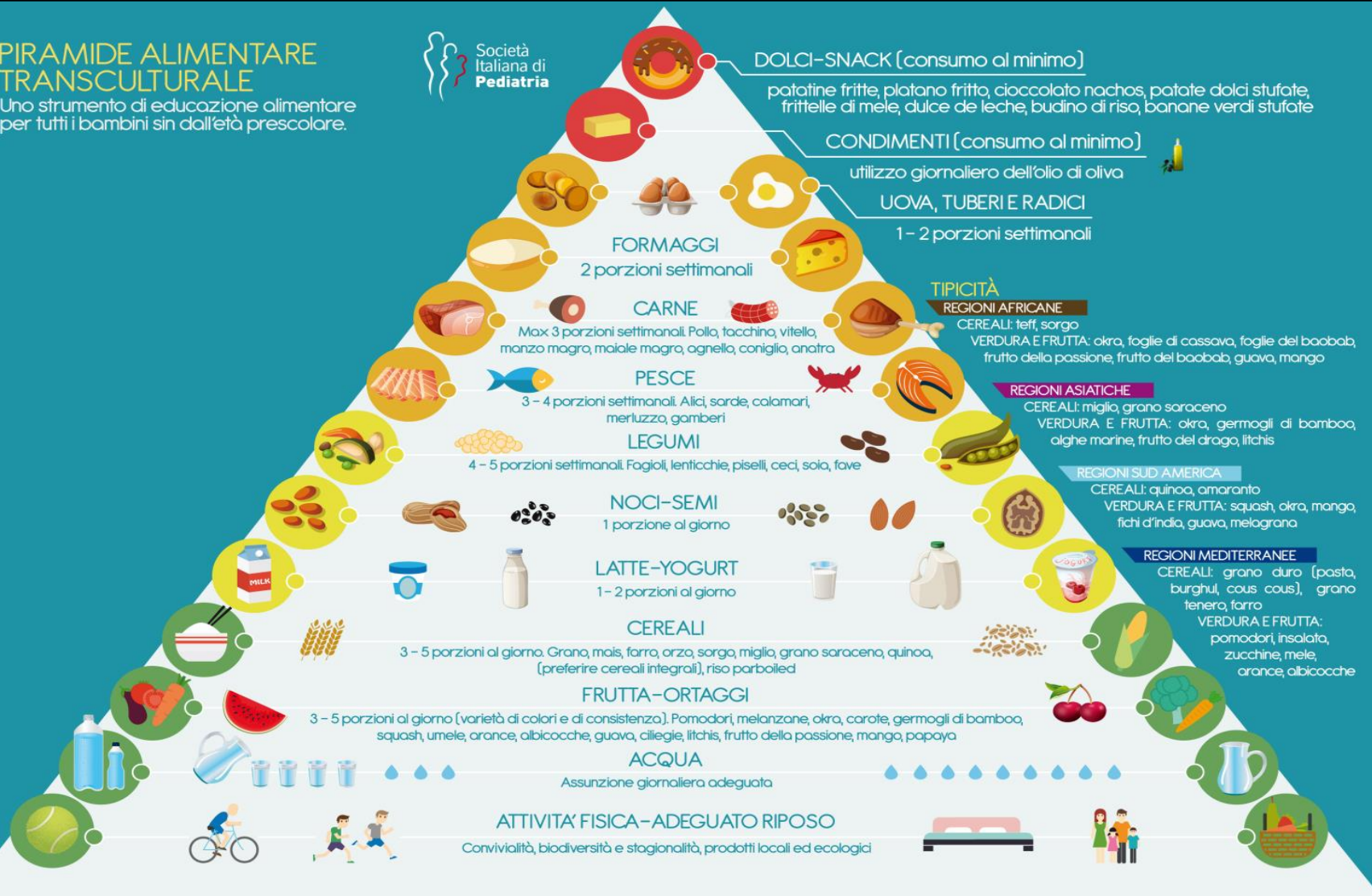
# Trasmettere i valori della dieta mediterranea

- **Bio-sostenibile**, sensibile all'ambiente e al territorio circostante che favorisce nello sviluppo di prodotti biologici certificati o prodotti tipici (CAM);
- **Educativa**, che sia accompagnata da progetti di educazione alimentare per i bambini e per le famiglie;
- **Dinamica**, con menù che variano di frequente, con piatti semplici riproducibili anche a casa
- **Inclusiva** che tiene conto delle diverse culture
- **Alleata del territorio** il quale si organizza e si sviluppa per produrre prodotti di qualità per la mensa scolastica. Una mensa che sia motore per lo sviluppo dell'economia del territorio

# Piramide alimentare transculturale: la "dieta mediterranea" modello salutare comune e praticabile da parte di tutte le culture.

## PIRAMIDE ALIMENTARE TRANSCULTURALE

Uno strumento di educazione alimentare per tutti i bambini sin dall'età prescolare.



# Ristorazione Collettiva è ...

## un Lavoro di Squadra



**rispetto dei diversi ruoli**



**collaborazione  
e dialogo**



**specificità dei compiti**



**consapevolezza dell'importanza  
del proprio compito**



**condivisione degli obiettivi**



# Carta di Ottawa, 1986

Mettere in grado le persone e le comunità di aumentare la controllo sulla propria salute e migliorarla, **rendere facili le scelte salutari**

Mensa scolastica puo' fornire ai bambini strumenti di consapevolezza e di cultura alimentare per mantenere e migliorare la salute nel tempo

**Obiettivo «la salute cronica» dare a tutti i bambini strumenti per migliorare la prospettiva di salute.**

# THE LANCET

January, 2019

www.thelancet.com

Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet  
Commission on healthy diets from  
sustainable food systems



"Food in the Anthropocene represents one of the  
greatest health and environmental challenges of  
the 21st century."

A Commission by *The Lancet*

**CIO' CHE FA  
BENE ALLA  
NOSTRA  
SALUTE FA  
BENE ANCHE  
AL PIANETA**

THE LANCET

Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems - January, 2019



RISTORAZIONE COLLETTIVA

- Promuovere sistemi produttivi che rispettino l'ambiente
- Ottenere alimenti più salubri, favorire prodotti biologici
- Ridurre le proteine animali dalla dieta
- Ridurre i rifiuti e gli sprechi alimentari
- Ridurre i consumi energetici ed emissioni di gas climalteranti
- Valorizzazione dei prodotti Km 0 e filiera corta
- Tutela risorse ittiche
- Ulteriore riduzione dell'impronta ambientale e climatica anche attraverso l'utilizzo di stoviglie lavabili

# MANIFESTO

## dei diritti alimentari dei bambini

1

### IL DIRITTO A UN PASTO SANO

adeguato alle esigenze di crescita e di salute di ciascuno, in termini di qualità e di quantità.

2

### IL DIRITTO ALLA CONVIVIALITÀ

e a consumare i pasti in un clima sereno e col televisore spento, ad essere ascoltati e a non essere esclusi dalla conversazione a tavola.

3

### IL DIRITTO A UN AMPIO VENTAGLIO ALIMENTARE

e a essere accompagnati con rispetto nella conoscenza dei propri gusti, liberi di rifiutare alcuni alimenti sgraditi.

4

### IL DIRITTO DI ACCESSO ALLA CULTURA DEL CIBO

anche con l'esperienza diretta della coltivazione, per riscoprire il piacere di conoscere e curare quello che poi si consuma.

5

### IL DIRITTO A UNA CUCINA SICURA

in termini di arredi, di utensili, di metodi di cottura e di conservazione degli alimenti.

6

### IL DIRITTO DI IMPARARE A CUCINARE

di apprendere a poco a poco i gesti, gli strumenti e le operazioni necessarie per preparare un pasto, sempre con un adulto a fianco e con le necessarie precauzioni di sicurezza.

7

### IL DIRITTO AD AVERE GUIDE RESPONSABILI

ovvero adulti che si assumano la responsabilità dell'educazione alimentare e che si impegnino a perseguire costantemente questo obiettivo.

8

### IL DIRITTO AL RISPETTO DELLE DIFFERENZE

a non sentirsi esclusi se si hanno esigenze alimentari diverse da quelle degli altri bambini e a trovare, specie nella ristorazione pubblica, competenza e disponibilità.

9

### IL DIRITTO A INFORMAZIONI VERITIERE SUL CIBO

sia da parte della famiglia, sia da parte delle aziende che producono o distribuiscono alimenti destinati ai bambini.



[milanoperibambini.it](http://milanoperibambini.it)



Commissione europea

