

# Programma 13

## Alimenti e Salute

*dott.ssa Stefania Santoli*  
*dietista*  
*Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione*



## **Azione 13.5** *equity oriented*

Realizzazione di almeno un progetto di promozione della dieta sana, equilibrata e sostenibile per il contrasto di sovrappeso e obesità nei bambini, da proporre alle scuole nelle aree territoriali individuate con maggior bisogno.

## ANALISI DI CONTESTO LOCALE

Per comprendere la dimensione dell'obesità infantile, a partire dal 2007 il Centro nazionale di prevenzione e Controllo delle Malattie dell'ISS ha promosso il progetto “**Sistema di indagini sui rischi comportamentali in età 6-17 anni**”.

Da questo studio sono emerse due sorveglianze:



*Bambini di 8-9 anni*



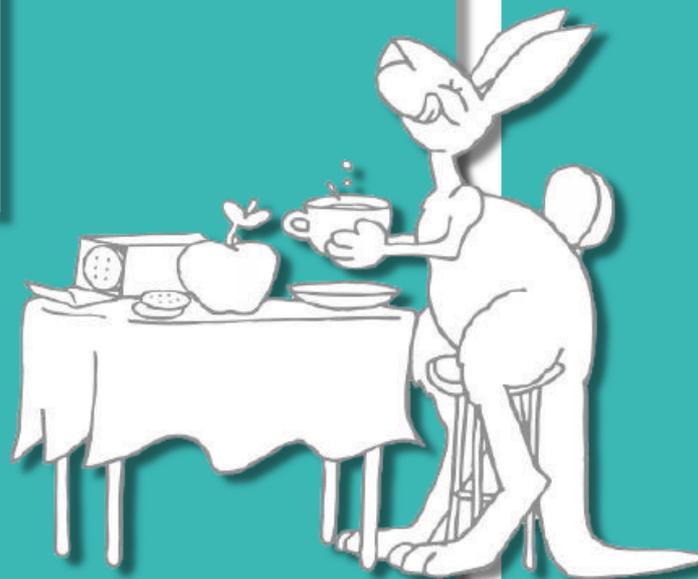
*Ragazzi dagli 11 ai 15 anni*

# OKkio alla SALUTE

## Risultati dell'indagine 2019

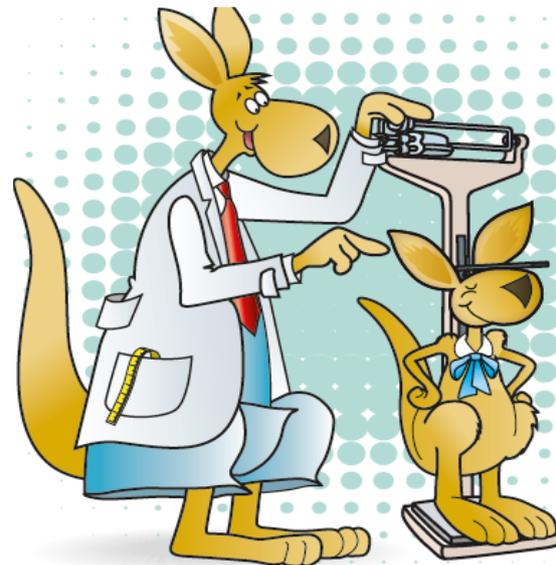


### ASL AL





- Questionario bambini
- Questionario genitori (abbinato con codice univoco ai propri figli)
- Questionario dirigente scolastico
- Misurazione peso/altezza dei bambini

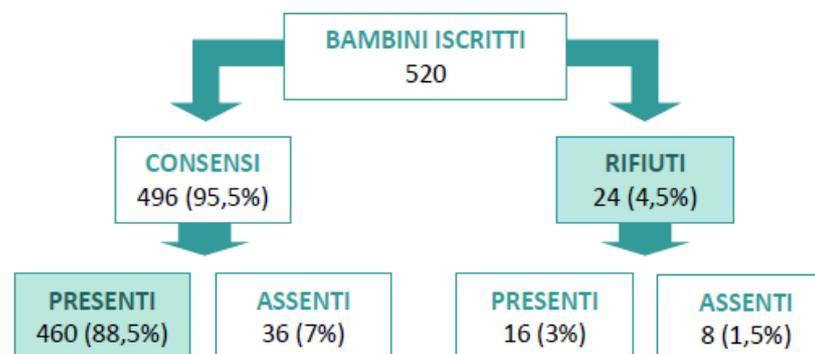


**Ci ha pesato sulla mega bilancia e misurato con il mega metro, poi ha raccolto tutti i dati che sono andati a finire nel mega computer del Ministero della Salute.**

# CAMPIONE OGGETTO DELLO STUDIO



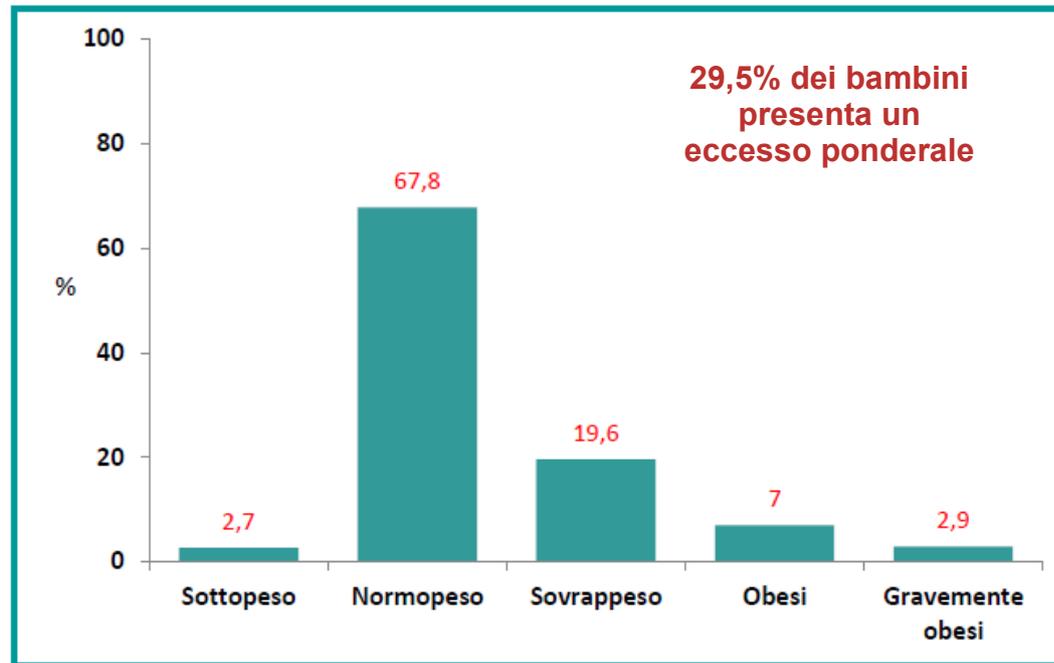
Bambini coinvolti: quanti i partecipanti, i rifiuti e gli assenti? \_\_\_\_\_



# Stato ponderale dei bambini



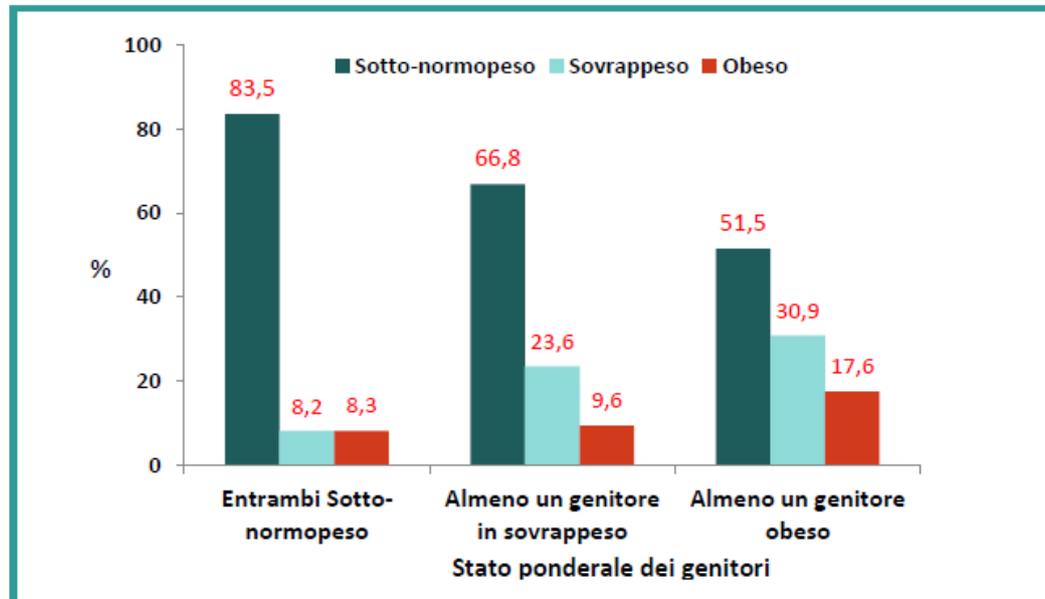
Quanti sono i bambini in sovrappeso o obesi? \_\_\_\_\_



# Relazione tra stato ponderale dei bambini e dei genitori



Stato ponderale dei bambini rispetto a quello dei genitori.



- Dai dati autoriferiti dai genitori emerge che, nella nostra Asl, il 22% delle madri è in sovrappeso e l'8% è obeso; i padri, invece, sono nel 45% sovrappeso e 12% obesi.
- Quando almeno uno dei due genitori è in sovrappeso il 23,6% dei bambini risulta in sovrappeso e il 9,6% obeso. Quando almeno un genitore è obeso il 30,9% dei bambini è in sovrappeso e il 17,6% obeso.

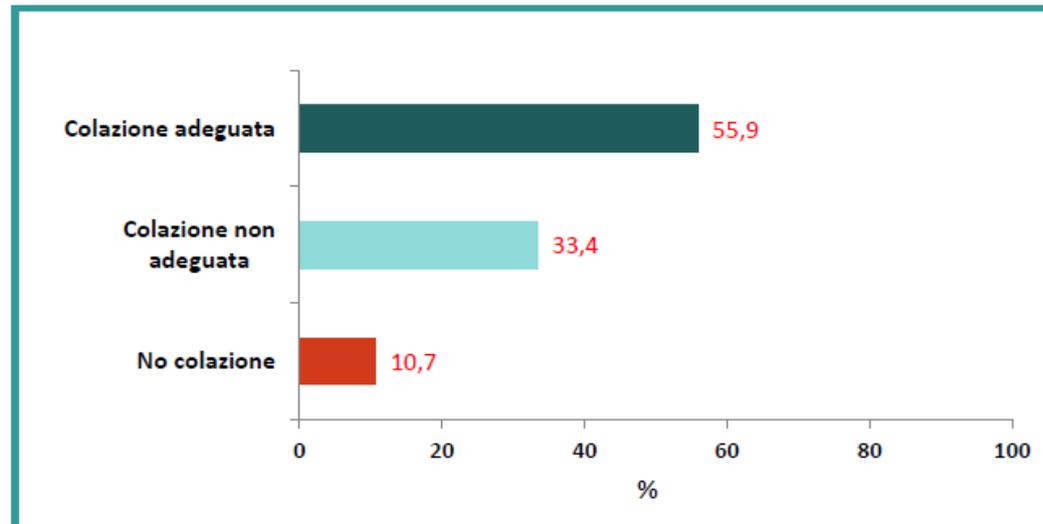
# COLAZIONE



I bambini consumano la prima colazione? (le risposte dei bambini) \_\_\_\_\_

Diversi studi dimostrano l'associazione tra l'abitudine a non consumare la prima colazione e l'insorgenza di sovrappeso. In accordo con quanto indicato dall'Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione (CREA-NUT), è stata considerata adeguata la prima colazione che fornisce un apporto sia di carboidrati che di proteine (per esempio: latte e cereali o succo di frutta e yogurt).

**Adeguatezza della colazione consumata dai bambini (%)**



- Da quanto riportato dai bambini sulla colazione effettuata il giorno della rilevazione, nella nostra Asl solo il 55,9% dei bambini fa una colazione qualitativamente adeguata.
- Il 10,7% non fa colazione (non vi è differenza statisticamente significativa tra maschi e femmine) e il 33,4% non la fa qualitativamente adeguata.
- Non vi è differenza statisticamente significativa tra la prevalenza del non fare colazione e il livello di istruzione della madre.

**89,3% dei bambini dichiara di fare colazione ma solo il 55,9% la fa adeguata**

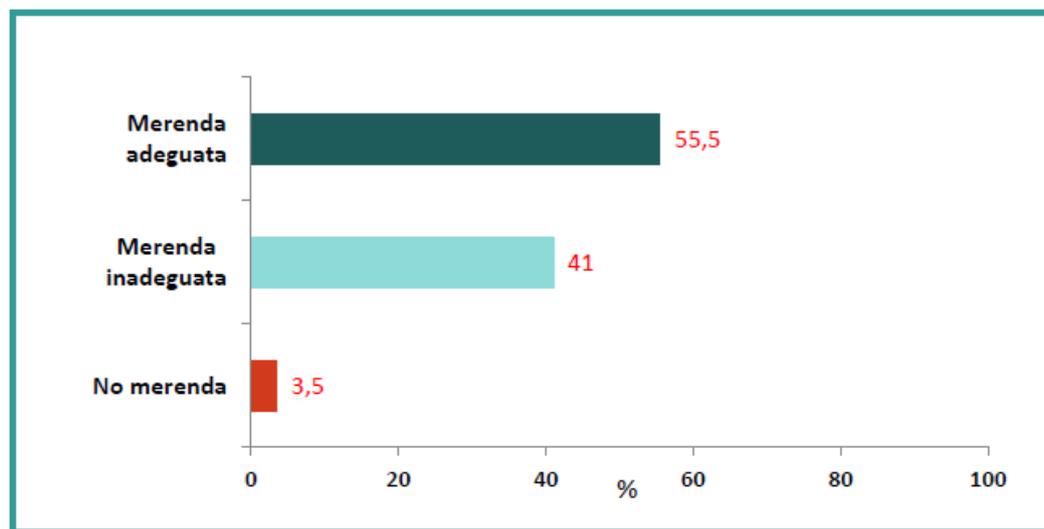
# SPUNTINO DI METÀ MATTINA



I nostri bambini, durante la merenda di metà mattina, mangiano in maniera adeguata? \_\_\_\_\_

Oggi giorno si raccomanda che venga consumata a metà mattina una merenda contenente circa 100 calorie, che corrispondono in pratica a uno yogurt o a un frutto o a un succo di frutta senza zuccheri aggiunti. La merenda fornita dalla scuola agli alunni è stata considerata adeguata.

Adeguatezza della merenda di metà mattina consumata dai bambini (%)



# TIPO DI SPUNTINO E FREQUENZA DI CONSUMO



## Asl AL - OKkio alla SALUTE 2019

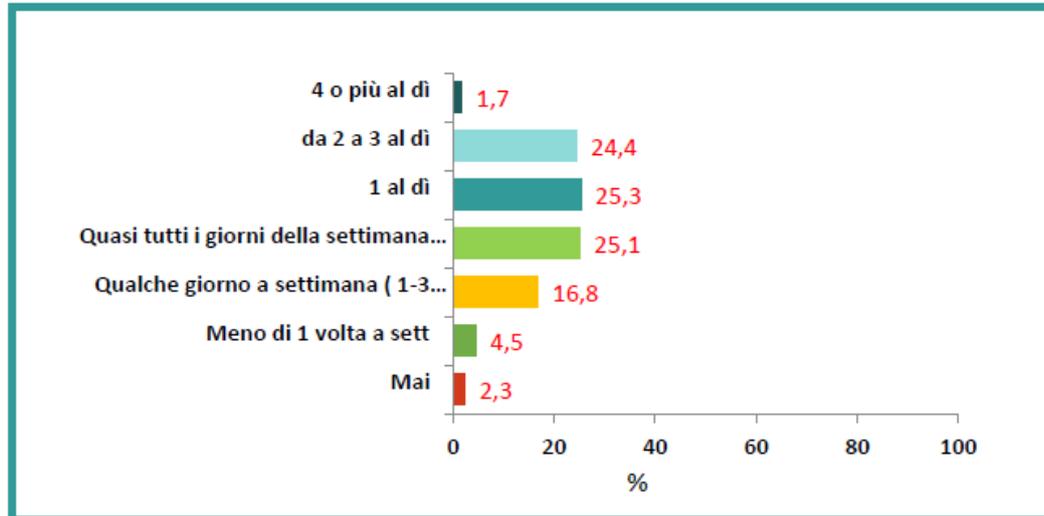
FREQUENZA DI CONSUMO	SUCCHI DI FRUTTA 100% FRUTTA	BIBITE CONF. CONTENENTI ZUCCHERO (tè, arancata, cola, succhi di frutta, ecc.)	BIBITE CONF. A RIDOTTO CONTENUTO DI ZUCCHERO (cola light/zero, ecc.)	LEGUMI	SNACK SALATI (patatine, pop corn, noccioline, ecc.)	SNACK DOLCI (merendine, biscotti, caramelle, torte, ecc.)
Mai	19,5%	13,6%	61,7%	21%	7,9%	3,2%
meno di una volta a settimana	21,9%	36,1%	24,6%	30,1%	43,4%	14,9%
qualche giorno (1-3 giorni)	33,5%	30%	10,9%	41%	37,6%	32,8%
quasi tutti i giorni (4-6 giorni)	13,2%	12,1%	1,5%	5,5%	7,9%	29,3%
una volta al giorno tutti i giorni	10%	5,9%	1,1%	2%	2,1%	16,6%
più volte al giorno tutti i giorni	1,9%	2,3%	0,2%	0,4%	1,1%	3,2%

- Nella nostra Asl il 12% dei bambini assume bevande zuccherate confezionate contenenti zucchero quasi tutti i giorni.
- La metà dei bambini non consuma mai legumi (21%) o meno di una volta a settimana (30%)
- Il consumo di snack salati e dolci “più volte al giorno, tutti i giorni” è rispettivamente del 1,1% e del 3,2%
- Si evidenziano differenze di genere nel consumo di bibite confezionate contenenti zucchero: i maschi in generale le consumano più frequentemente delle femmine; simile invece la prevalenza di consumo meno di 1 volta alla settimana/mai tra i sessi.
- La prevalenza di consumo di bibite confezionate contenenti zucchero una volta al giorno, così come quella di snack salati diminuisce con il crescere della scolarità della madre. Anche la prevalenza di consumo di snack dolci una volta al giorno è maggiore quando il livello di scolarità della madre è più basso.

# FRUTTA

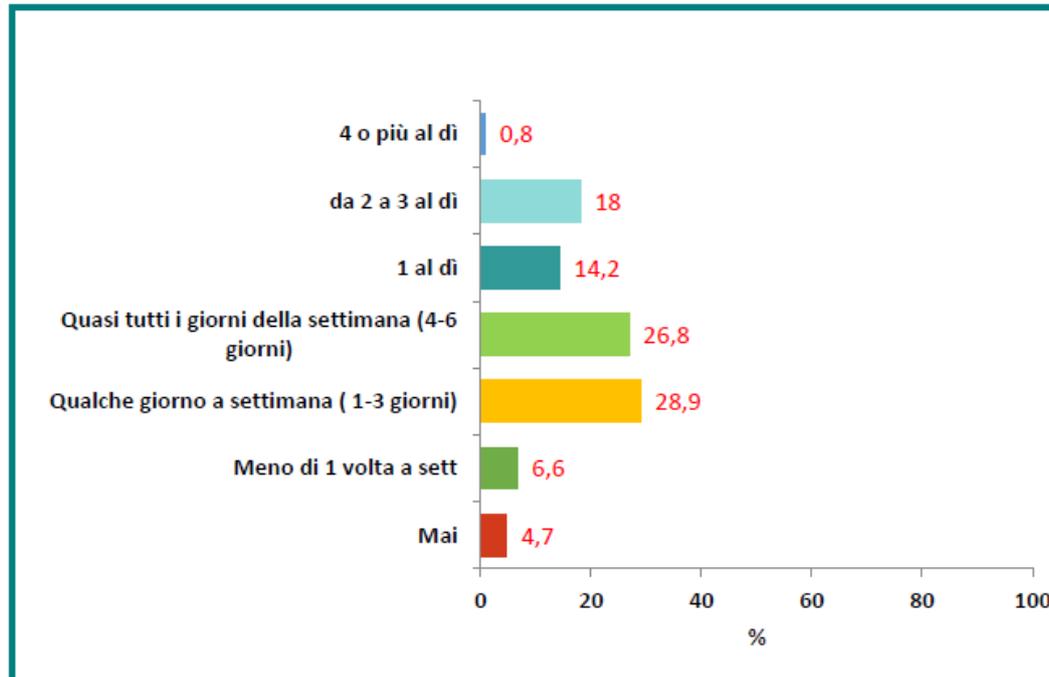


Consumo di frutta nell'arco della settimana (%)



- Nella nostra Asl, i genitori riferiscono che solo il 24,4% dei bambini consuma la **frutta** 2-3 volte al giorno e il 25,3% una sola volta al giorno.
- Il 6,8% dei bambini mangia frutta meno di una volta a settimana o mai
- Non sono emerse differenze per sesso del bambino, ma si riscontrano per livello di istruzione della madre: la prevalenza del consumo di frutta 2-3 volte al giorno è più elevata ove il livello di istruzione della madre è superiore.

Consumo di verdura nell'arco della settimana (%)



- Nella nostra Asl, i genitori riferiscono che il 18% dei bambini consuma **verdura** 2-3 al giorno; il 14,2% una sola volta al giorno.
- Il 11,3% dei bambini consuma verdura meno di una volta a settimana o mai
- Non sono emerse differenze per sesso del bambino ma si riscontrano per livello di istruzione della madre: la prevalenza del consumo di verdura 2-3 volte al giorno è più elevata ove il livello di istruzione della madre è superiore.
- Quasi la metà dei bambini (46,9%) consuma almeno due volte al giorno frutta e/o verdura.

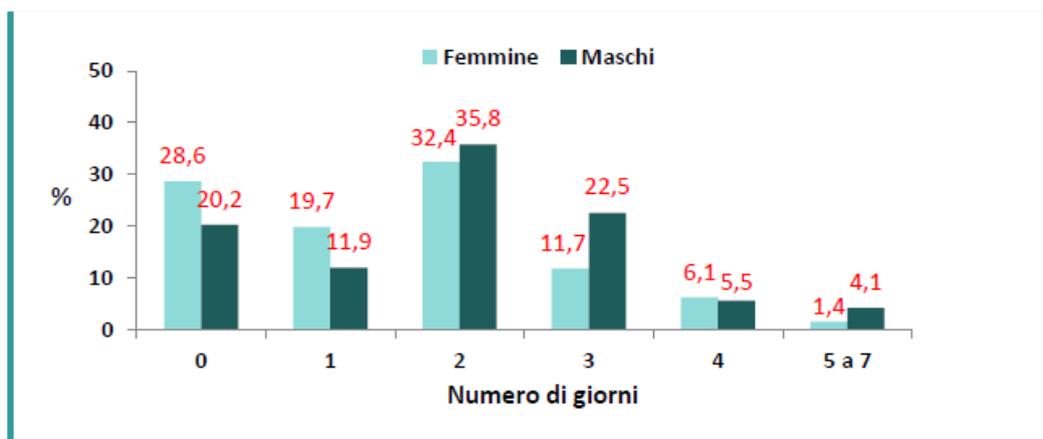
# CONFRONTO NEGLI ANNI



Per un confronto

	Valori aziendali (%)						VALORE REGIONALE	VALORE NAZIONALE
	2008	2010	2012	2014	2016	2019	2019 (%)	2019 (%)
<sup>§</sup> hanno assunto la colazione al mattino dell'indagine	88	92	92	93,6	92,8	89,3	93	91,3
<sup>§</sup> hanno assunto una colazione adeguata il mattino dell'indagine	56	57	56	58,8	54,3	55,9	58	55,7
hanno assunto una merenda adeguata a metà mattina	11	31	37	42,3	55,4	55,5	52	41,2
assumono 5 porzioni di frutta e/o verdura giornaliera	3	2	3	7,6	10,6	7,6	9	5,7
assumono bibite zuccherate e/o gassate almeno una volta al giorno	43	58	46	43,7	40,7	30,3	24	25,4

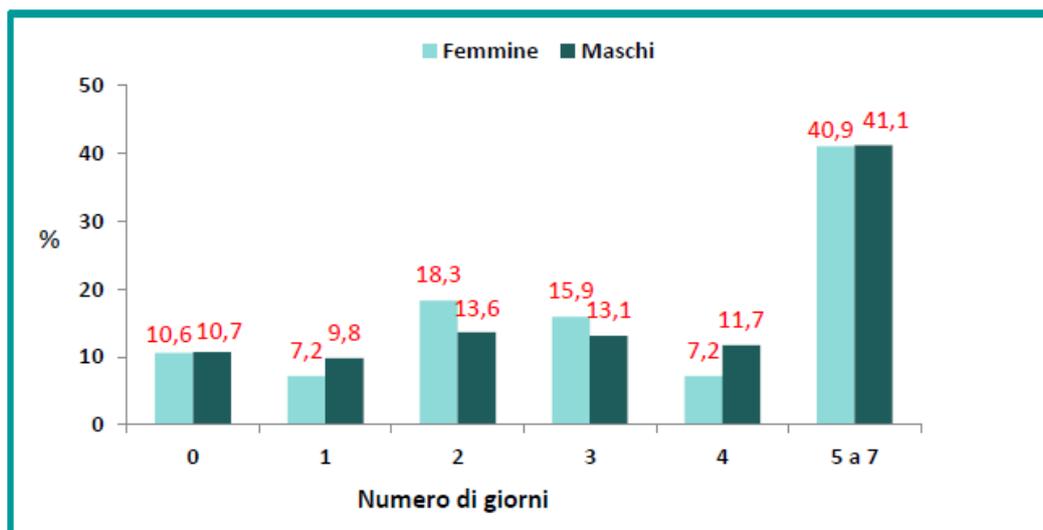
<sup>§</sup> Variabili per le quali è stato effettuato un confronto tra le rilevazioni svolte a livello regionale.



Giorni di attività strutturata per almeno un'ora durante la settimana

I bambini giocano all'aperto e fanno attività fisica strutturata?

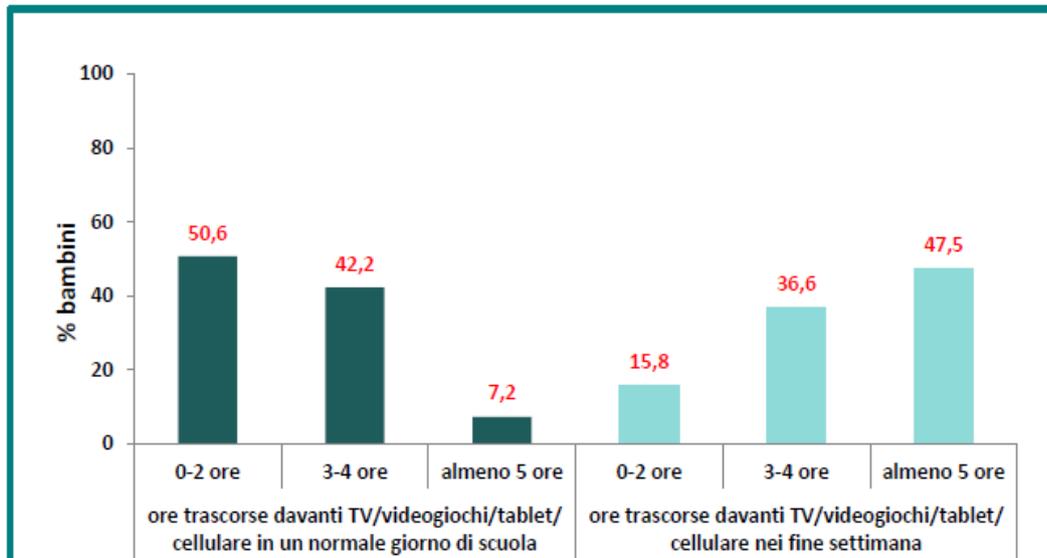
Giorni di giochi di movimento per almeno un'ora durante la settimana (%)



# ATTIVITA' SEDENTARIE



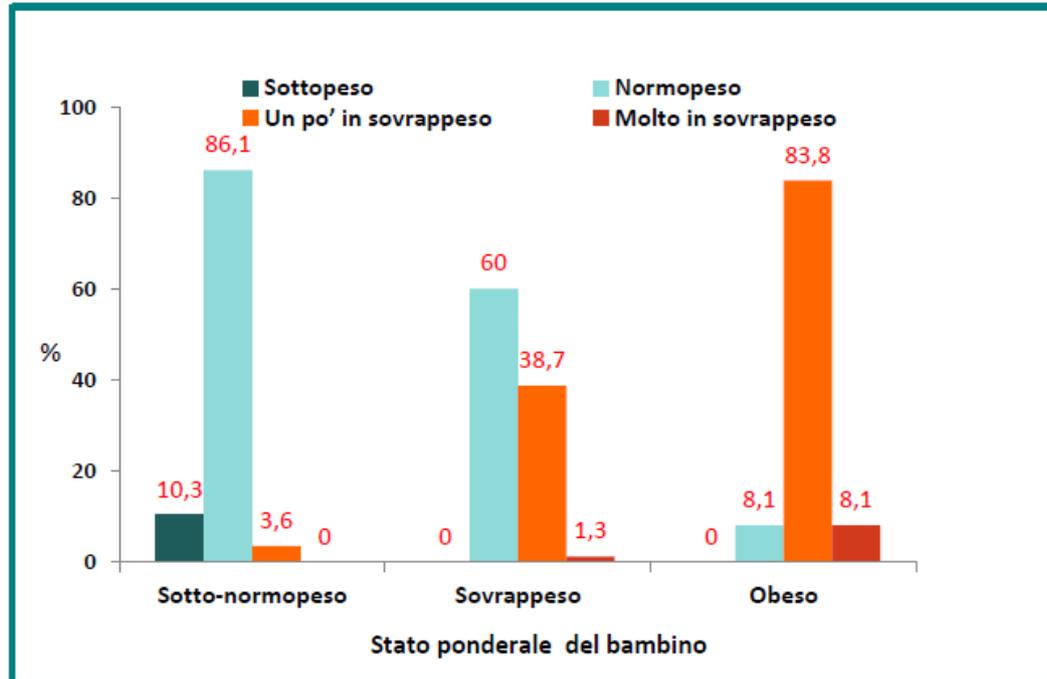
Ore trascorse a guardare la TV e/o a giocare con i videogiochi/tablet/cellulare (%)



# PERCEZIONE MATERNA



La percezione materna dello stato ponderale dei figli (%)



- Nella nostra Asl ben il 60% delle madri di bambini sovrappeso e l'8% delle madri di bambini obesi ritiene che il proprio bambino sia normopeso o sottopeso.
- Nelle famiglie con bambini in sovrappeso, la percezione non cambia in rapporto al sesso del bambino. Analoga situazione si presenta nelle famiglie di bambini obesi.
- Sia per i bambini in sovrappeso che per quelli obesi la corretta percezione non è associata alla scolarità della madre.

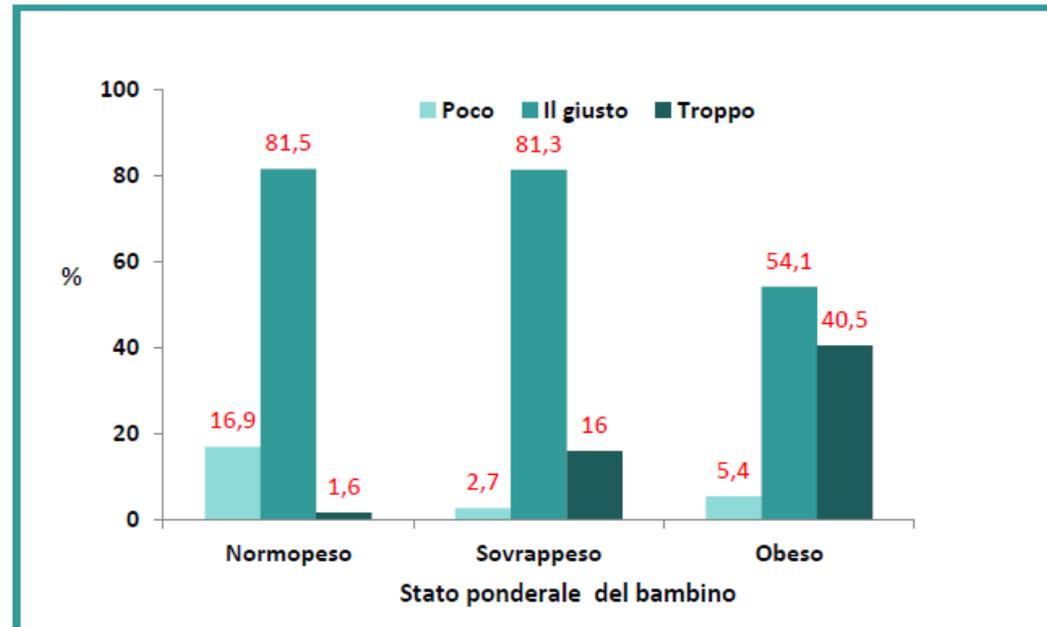
# PERCEZIONE MATERNA



Qual è la percezione della madre rispetto alla quantità di cibo assunta dal proprio figlio? \_\_\_\_\_

La percezione della quantità di cibo assunto dai propri figli può influenzare la probabilità di operare cambiamenti positivi. Anche se vi sono molti altri fattori determinanti di sovrappeso e obesità, l'eccessiva assunzione di cibo può contribuire al problema.

La percezione materna della quantità di cibo assunta dai figli (%)



- Solo il 16% delle madri di bambini sovrappeso e il 40,5% di bambini obesi ritiene che il proprio bambino mangi troppo.
- Considerando i bambini in sovrappeso e obesi insieme, non è stata constatata nessuna differenza per sesso dei bambini o per livello scolastico della madre.

# PERCEZIONE MATERNA

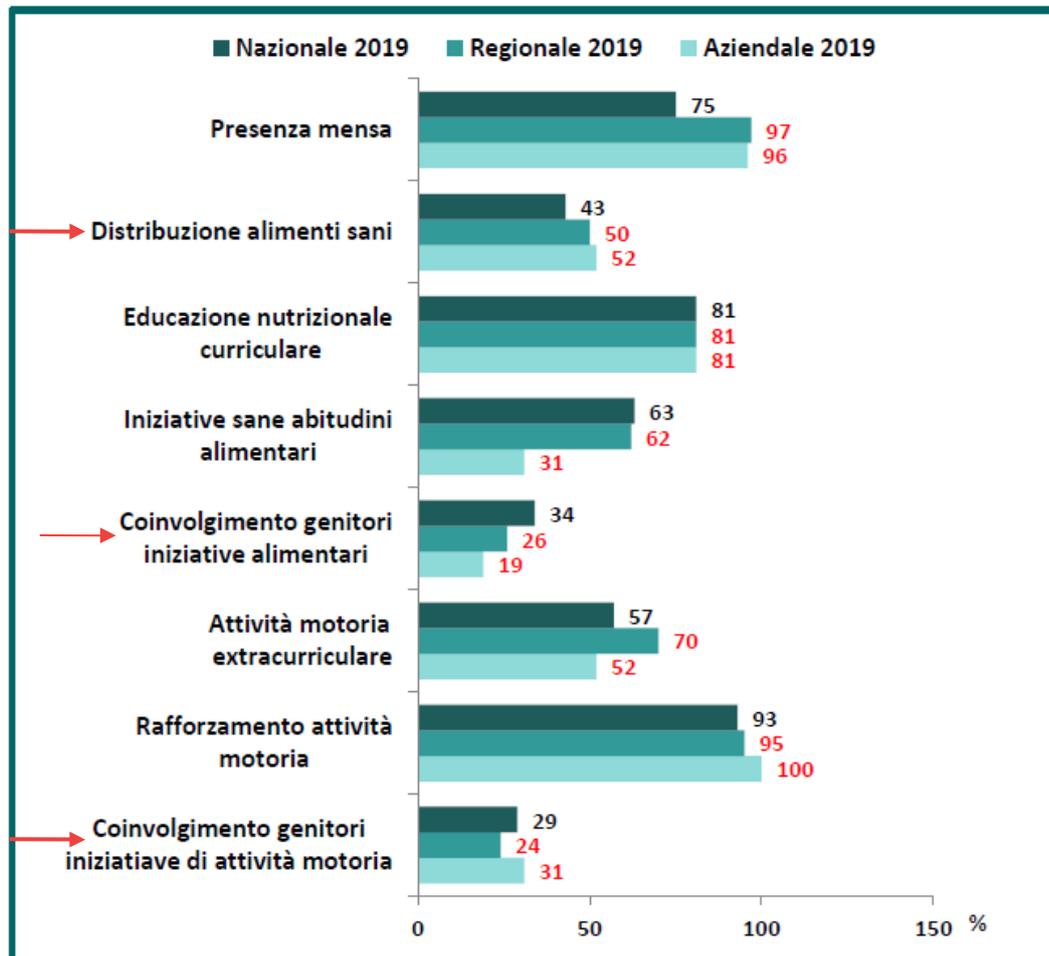


## Per un confronto

MADRI CHE PERCEPISCONO	Valori aziendali (%)						VALORE REGIONALE 2019 (%)	VALORE NAZIONALE 2019 (%)
	2008	2010	2012	2014	2016	2019		
in modo adeguato* lo stato ponderale del proprio figlio, quando questo è sovrappeso	63	62	55	46,8	64,6	40	52	46,9
in modo adeguato* lo stato ponderale del proprio figlio, quando questo è obeso	88	90	96	87,1	57,1	91,9	92	86
l'assunzione di cibo del proprio figlio come "poco o giusto", quando questo è sovrappeso o obeso	67	80	67	78,2	72	75,9	66	69,9
l'attività fisica del proprio figlio come scarsa, quando questo risulta inattivo	32	31	43	37,3	29,2	32,2	36	46,9

\* Adeguato = un po' in sovrappeso/molto in sovrappeso

# CONFRONTO TRA SITUAZIONE LOCALE, REGIONALE E NAZIONALE



# HBSC PIEMONTE 2018 - risultati

- circa la metà del campione (54%) dichiara di svolgere almeno un'ora di attività fisica dai due ai quattro giorni alla settimana. Il 79% degli undicenni il 74% dei tredicenni e il 72% dei quindicenni passa davanti alla TV un tempo pari o inferiore alle due ore giornaliere
- riguardo alle abitudini alimentari emerge che più della metà dei ragazzi dichiara di fare colazione ogni giorno prima di andare a scuola, anche se la percentuale diminuisce all'aumentare dell'età. Il consumo di frutta e verdura risulta inferiore alla raccomandazione di almeno 5 porzioni al giorno, viceversa quello di dolci e bevande zuccherate appare eccessivo (seppure in calo rispetto alla rilevazione 2004).
- un'analisi dello stato nutrizionale mette in luce che il 15,7% è in sovrappeso o obeso, mentre il sottopeso riguarda più del 3,2% degli intervistati. Diffusa è poi la sensazione di malessere che gli adolescenti vivono nel rapporto con la loro immagine corporea



# HBSC PIEMONTE 2018 - risultati

<https://www.epicentro.iss.it/hbsc/pdf/report/piemonte-2018.pdf>

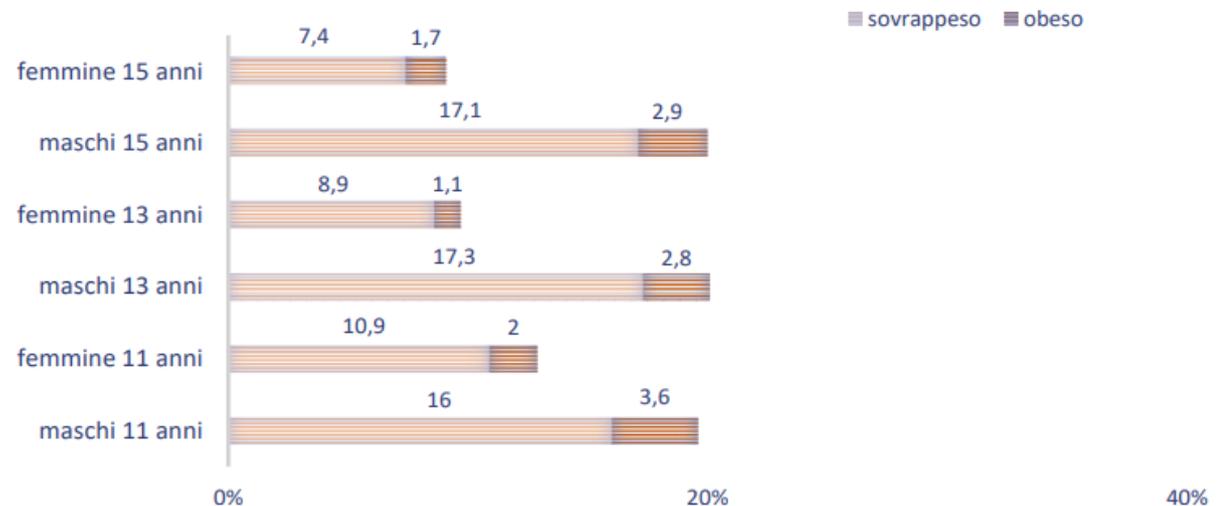
**TABELLA 5.11 VALUTAZIONE DEL PESO IN BASE AL IMC (CALCOLATO SU PESO E ALTEZZA DICHIARATI), PER ETÀ (%)**

	11 anni (%)	13 anni (%)	15 anni (%)	Totale
<b>SOTTOPESO</b>	4	2,9	2,3	3,2
<b>NORMOPESO</b>	79,6	81,8	82,7	81,2
<b>SOVRAPPESO</b>	13,6	13,3	12,7	13,3
<b>OBESO</b>	2,8	2	2,4	2,4

La maggior parte dei ragazzi risulta essere normopeso (81%), i ragazzi sottopeso sono il 3%, i sovrappeso sono il 13% e gli obesi sono il 2%, senza differenze sostanziali per età.

Sono notevoli, invece, le differenze di genere: a tutte le età i maschi sovrappeso e obesi sono quasi il doppio delle femmine (fig. 5.4)

**Figura 5.4 Frequenza di sovrappeso e obesità per genere ed età (%)**



# HBSC PIEMONTE 2018 - risultati

<https://www.epicentro.iss.it/hbsc/pdf/report/piemonte-2018.pdf>

Nella tabella 5.13 sono riportate le frequenze dei ragazzi che si percepiscono “un po’ troppo grasso” e “decisamente troppo grasso” in relazione al proprio IMC (dichiarato), per classe di età.

**TABELLA 5.13 FREQUENZA DI RAGAZZI CHE SI PERCEPISCONO GRASSI O MOLTO GRASSI RISPETTO AL PROPRIO IMC, PER ETÀ (%)**

	11 anni (%)	13 anni (%)	15 anni (%)	Totale
<b>SOTTOPESO</b>	2,9	7,1	0	3,7%
<b>NORMOPESO</b>	14,6	20	19,8	18,3%
<b>SOVRAPPESO</b>	48,2	61,3	60,4	56,7%
<b>OBESO</b>	58,3	78,9	71,4	73,3%

La maggior parte dei ragazzi sovrappeso (56,7%) e obesi (73,3%) si percepisce “un po’ troppo grasso” o “decisamente troppo grasso” (59,2%). Tuttavia anche una percentuale non trascurabile (18,3%) di ragazzi normopeso/ sottopeso si considera troppo grasso; tale fenomeno è meno marcato negli undicenni.

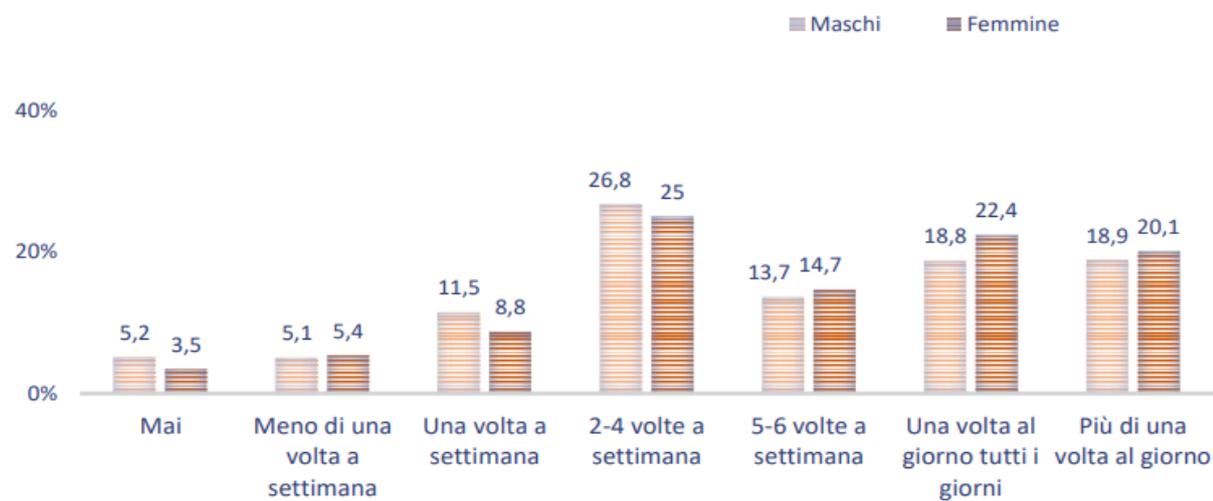
Ai ragazzi è stato anche chiesto se nel periodo in cui hanno compilato il questionario fossero a dieta; in tabella 5.14 è possibile consultare quanto dichiarato dai ragazzi.

**TABELLA 5.14 “IN QUESTO PERIODO SEI A DIETA O STAI FACENDO QUALCOSA PER DIMAGRIRE?”, PER ETÀ (%)**

	11 anni (%)	13 anni (%)	15 anni (%)	Totale
<b>NO, IL MIO PESO È QUELLO GIUSTO</b>	52,8	43,7	41,4	46,9
<b>NO, MA DOVREI PERDERE QUALCHE CHILO</b>	18,8	23	25,6	21,9
<b>NO, PERCHÉ DOVREI METTERE SU QUALCHE CHILO</b>	12	12,5	14,3	12,8
<b>Sì</b>	16,4	20,7	18,6	18,4

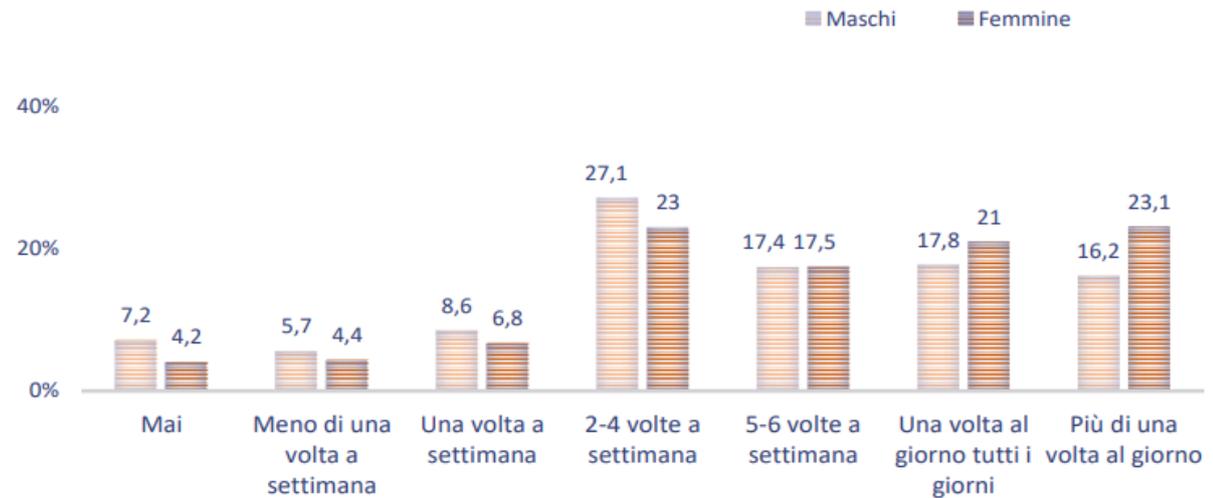
# HBSC PIEMONTE 2018 - risultati

Frequenza del consumo di frutta per genere (%)



# HBSC PIEMONTE 2018 - risultati

Frequenza del consumo di verdura per genere (%)



Per quanto riguarda le differenze di genere, si evidenzia una prevalenza delle ragazze fra quanti consumano verdura almeno una volta al giorno (44% delle femmine contro il 34% dei maschi).

# HBSC PIEMONTE 2018 - risultati

<https://www.epicentro.iss.it/hbsc/pdf/report/piemonte-2018.pdf>

**TABELLA 5.10 FREQUENZE DI “CONSUMO ALMENO UNA VOLTA AL GIORNO TUTTI I GIORNI” CON INDICATORI SINTETICI, PER ETÀ E GENERE (%)**

	11 anni (%)		13 anni (%)		15 anni (%)	
	Maschi	Femmine	Maschi	Femmine	Maschi	Femmine
<b>FRUTTA</b>	42	45,7	35,5	39,9	34	40,4
<b>VERDURA</b>	34,5	43,4	32,4	44,4	35,3	44,7
<b>DOLCI</b>	25,4	27,7	27,7	31,5	29,5	29,7
<b>COLA O ALTRE BIBITE ZUCCHERATE/ GASSATE</b>	14,2	9,7	13,6	10,7	13,2	7,3
<b>SNACK SALATI</b>	13,8	18,1	13,5	20,7	12,7	14,9
<b>CEREALI (COME CORN FLAKES, MUESLI, ECC.)</b>	17,4	18,3	15,6	13,8	17,2	12,5
<b>CEREALI (PANE, PASTA, RISO)</b>	52,6	53,4	61,4	61,5	69	57,8
<b>LEGUMI</b>	10,7	10,5	7,5	7,4	8,4	8,2

Non si riscontrano sostanziali differenze di genere nel consumo dei diversi alimenti se non per il consumo di verdura: le ragazze che consumano verdura almeno una volta al giorno sono circa il 44% contro il 34% dei ragazzi.

Per quanto riguarda le differenze per età, si riscontra fra i maschi un calo nel consumo di frutta all'avanzare dell'età (42% degli undicenni contro il 34% dei quindicenni) e un aumento di quanti consumano cereali almeno una volta al giorno, (52% dei ragazzi di 11 anni, 61% di 13 anni e 69% di 15 anni).

# HBSC PIEMONTE 2018 - risultati

Stili di vita e Salute degli adolescenti  
CAPITOLO 5. ABITUDINI ALIMENTARI E STATO NUTRIZIONALE

**Cos'è cambiato rispetto alle rilevazioni precedenti?**

	2004	2008	2014	2018
Colazione 5 giorni a settimana (11 anni)	67,5%	72,4%	65,3%	66,1%
Colazione 5 giorni a settimana (15 anni)	55,2%	55,4%	56,4%	57,7%
Consumo di frutta almeno una volta al giorno (11 anni)	43,4%	49,7%	46,2%	43,8%
Consumo di frutta almeno una volta al giorno (15 anni)	42,2%	46,2%	39%	36,9%
Consumo di verdura almeno una volta al giorno (11 anni)	31,9%	36,2%	35,9%	38,8%
Consumo di verdura almeno una volta al giorno (15 anni)	35,6%	37,4%	41,3%	39,7%
Dolci almeno una volta al giorno (11 anni)	34,3%	28,9%	25%	26,5%
Dolci almeno una volta al giorno (15 anni)	42%	35,6%	28%	29,6%
Bibite almeno una volta al giorno (11 anni)	19%	14,8%	14,5%	12%
Bibite almeno una volta al giorno (15 anni)	20,1%	19%	14,2%	10,5%
sovrappeso/ obesi (11 anni)	29,3%	29,8%	17%	16,4%
sovrappeso/ obesi (15 anni)	19%	14,8%	9,3%	15%
si sentono grassi (11 anni)	27,9%	24,7%	21%	20,2%
si sentono grassi (15 anni)	30%	25%	25,6%	26,4%
a dieta o pensano che dovrebbero (11 anni)	41,8%	40,7%	41,4%	35,1%
a dieta o pensano che dovrebbero (15 anni)	49,7%	44,9%	43,5%	44,2%
si lavano i denti almeno una volta al giorno (11 anni)	93,8%	95%	96,5%	96,2%
si lavano i denti almeno una volta al giorno (15 anni)	99%	98%	97,5%	96,6%

ABITUDINI ALIMENTARI



**Realizzazione di almeno un progetto di promozione della dieta sana, equilibrata e sostenibile per il contrasto di sovrappeso e obesità nei bambini, da proporre alle scuole nelle aree territoriali individuate con maggior bisogno\*.**



Azione 13.5 equity oriented ←

## ***Corso di Formazione Docenti***

**Tema di salute:** alimentazione e attività fisica

**Responsabile di progetto:** Giuseppina Beviglia, dirigente medico SIAN

**Gruppo di progetto:** Componenti Gruppo di Lavoro Programma 13 PLP “Alimenti e salute”, Referente Programma 1 PLP “Scuole che promuovono salute”, Referente Programma 2 PLP “Comunità attive”

**Destinatari:** docenti scuole dell’infanzia, primaria e secondaria di 1° grado dei **Distretti di Casale M.to e Acqui Terme\***.

**Premessa:** La sorveglianza Okkio alla salute 2019 segnala la persistenza, e in alcuni casi l’aggravamento, nei bambini piemontesi di un alto livello di sovrappeso/obesità, specie in alcuni territori, e di cattive abitudini alimentari. Rispetto alle raccolte precedenti si evidenzia una diminuzione dei bambini che fanno una colazione adeguata e di quanti consumano cinque porzioni al giorno di frutta e verdura. Tutti questi rischi si sono esacerbati in conseguenza del lockdown e dell’ampio ricorso alla DaD durante la pandemia.



*Azione 13.5 equity oriented*

## *Corso di Formazione Docenti*

### **Obiettivi:**

Il corso si pone come obiettivo quello di aggiornare gli insegnanti operativi nei territori dell'ASL AL che presentano le più alte prevalenze di sovrappeso/obesità su tematiche relative a sana alimentazione e movimento, al fine di promuovere “a cascata” corrette abitudini tra gli studenti. In particolare si prefigge di:

- fornire strumenti atti a promuovere abitudini più corrette, tenuto conto dei comportamenti alimentari diffusi tra i giovani ben poco equilibrati
- aumentare il numero di bambini che a metà mattina assumono una merenda adeguata
- illustrare l'impatto che le nostre scelte alimentari hanno sull'ambiente al fine di indirizzare gli studenti e le loro famiglie verso acquisti più sostenibili
- aggiornare sulla lettura delle etichette alimentari, diventate obbligatorie dal 2016, al fine di rendere le scelte alimentari più consapevoli
- promuovere l'attività fisica in quanto alimentazione e movimento sono un binomio imprescindibile per la prevenzione di sovrappeso e obesità
- favorire la conoscenza e l'accesso ai servizi (Consultori e Consultori Giovani)



*Azione 13.5 equity oriented*

## *Corso di Formazione Docenti*

### **Programma:**

- 2 incontri di 2 ore e mezza ciascuno rivolti agli insegnanti di tutti gli ordini scolastici a cui è indirizzato il progetto, in cui verranno presentati e discussi gli obiettivi generali, le strategie, le metodologie e gli strumenti educativi che si intende proporre per l'attuazione del progetto.

- A seguire, per poter fornire strumenti e unità didattiche mirate all'età degli studenti, 1 incontro di 2 ore ripetuto per i tre ordini di scuola, dedicato in esclusiva agli insegnanti della scuola dell'Infanzia, della scuola Primaria e della secondaria di 1° grado.

**Metodologia:** assistenza e consulenza, proposte di unità didattiche/schede operative, lezioni frontali, attività esperienziali (laboratori del gusto, giochi informativi), output (elaborato, performance). Si prevede di ottenere la collaborazione di Associazioni di categoria (agricoltura) e operatori del settore.

**Valutazione:** Utilizzo di test e strumenti per valutare l'apprendimento. Impiego di specifici indicatori del cambiamento individuale (introduzione di buone abitudini, come l'assunzione di una merenda di metà mattina adeguata) e dell'ambiente scolastico.



PREVENZIONE  
PIEMONTE

## Azione 13.3

### *Interventi formativi destinati agli O.S.A.*

*finalizzati a migliorare conoscenze e competenze degli OSA per il miglioramento della qualità nutrizionale e sostenibilità ambientale dell'offerta alimentare*

- 1) Corso cucina Ospedale Acqui Terme
- 2) Corso cucina Ospedale Novi Ligure

*dott. Fabio Mulas – CPS – TPALL*  
*dott.ssa Stefania Santolli – dietista*



PREVENZIONE  
PIEMONTE

## Azione 13.6

### *Corso di sensibilizzazione sulla malnutrizione*

**Responsabile di progetto:** Giuseppina Beviglia, dirigente medico SIAN – titolare Programma 13 PLP “Alimenti e salute”.

**Gruppo di progetto:** Componenti Gruppo di Lavoro Programma 13 PLP “Alimenti e salute”.

**Altri Enti/soggetti coinvolti:** Direzione e Presidenza Casa di Riposo e di Ricovero – P.za C. Battisti 1, Casale M.to.

**Destinatari:** operatori sanitari e operatori del settore alimentare - Casa di Riposo e di Ricovero – P.za C. Battisti 1, Casale M.to.



## Azione 13.6

# *Corso di sensibilizzazione sulla malnutrizione*

## **Obiettivi:**

Il corso si pone come obiettivo quello di migliorare la conoscenza e contenere il fenomeno della malnutrizione nelle sue tre forme (per eccesso, per difetto e da deficit di micronutrienti). In particolare si prefigge di:

- formare sull'utilizzo di un test di screening validato (MNA) all'accesso in struttura;
- inserire nella scheda personale di ciascun ospite la rilevazione del peso corporeo almeno una volta al mese;
- formare sulla corretta distribuzione al momento del pasto in modo da garantire la giusta porzione;
- fornire indicazioni pratiche su come arricchire le preparazioni di consistenza modificata in proteine e/o calorie e gli accorgimenti necessari per cucinare piatti salutari.

Sono previste due edizioni della durata di due ore e mezza ciascuno.