



## Il progetto FitFoodness CAMKids Expo 2015 diventa anche una tesi di laurea

14 luglio 2016



A poche settimane dalla conclusione dell'anno scolastico, che ha segnato il termine della seconda fase del progetto FitFoodness CAMKids, Alice Lucia La Torre discute presso l'Università degli Studi di Milano la sua tesi dal titolo "**Imparare giocando: un nuovo approccio per diffondere corretti stili di vita in età pediatrica**".

Classe '90, residente a Concorezzo, la studentessa del corso di Laurea Magistrale in Alimentazione e Nutrizione Umana ha dedicato l'elaborato finale del suo percorso di studi al progetto del CAM di Monza, che ha visto quest'anno il coinvolgimento di circa 420 studenti delle scuole primarie monzesi Raiberti, De Amicis e Rubinowicz con i loro insegnanti e famiglie. **FitFoodness CAMKids** ha portato anche nel 2016 attività didattiche in aula, laboratori esperienziali, affiancamento di bambini e insegnanti durante le ore curricolari di attività motoria da parte di Fisiatri ed esperti in Scienze Motorie, convegni, workshop e pubblicazioni dedicate a insegnanti e genitori.



Gli studenti, guidati dalla mascotte CAMMino nel “regno di MelaMangio”, si sono cimentati in questi mesi in attività ludico-educative, apprendendo **la buona alimentazione e le sane abitudini all’attività motoria**. Un percorso dalla forte valenza socio-educativa, che quest’anno si è ulteriormente avvalorato del contributo analitico di Alice Lucia La Torre, che ha svolto la sua tesi su un’indagine scientifica condotta in questi mesi attraverso questionari a genitori e studenti.

“L’obiettivo del mio lavoro – spiega la neo-dottoressa – è stato quello di valutare se una forma di educazione come quella prevista dal progetto FitFoodness CAMKids possa effettivamente apportare miglioramenti nelle abitudini alimentari e nello stile di vita dei bambini. Attraverso la valutazione delle risposte fornite ai questionari somministrati prima e dopo l’intervento anche a **140 bambini** di un gruppo di controllo, ho potuto rilevare interessanti evoluzioni nello stile di vita dei bambini sottoposti al trattamento”. Il miglioramento della qualità della merenda a metà mattina, con un miglior bilanciamento di proteine e carboidrati nell’arco della giornata, un’incoraggiante variazione delle modalità di raggiungimento dell’istituto scolastico (**si predilige il percorso a piedi piuttosto che con i mezzi**) e un aumento del consumo quotidiano di frutta e verdura, sono soltanto alcuni dei primi risultati positivi emersi dall’analisi svolta da Alice.

Dallo studio è emerso anche che i genitori di bambini sovrappeso od obesi tendono a sottostimare lo stato ponderale dei propri figli e la quantità di cibo da loro assunta, ritenendo quindi non necessarie correzioni al loro stile di vita. Da diverse indagini (es. OKkio alla Salute, Sistema di sorveglianza del Ministero della Salute) emerge come **la scuola sia a tutti gli effetti il luogo di elezione** perché qualsiasi intervento su salute e stili di vita dei bambini possa avere efficacia.

I dati monzesi emersi dall’indagine condotta nell’ambito del progetto FitFoodness dimostrano come la situazione monzese sia in partenza lievemente migliore rispetto alla media nazionale rilevata da OKkio alla salute, con il 19,4% di bambini in sovrappeso e solo il 2,9% di bambini obesi (rispetto al 20,9% di bambini in sovrappeso e il 9,8 % di obesi in Italia). **100 bambini obesi di oggi sono 75 futuri adulti obesi**, ma, fortunatamente, evidenze scientifiche stanno dimostrando come le politiche preventive, soprattutto in età precoce, siano vincenti: il progetto monzese è un’ulteriore conferma di questo grande potenziale anche nel nostro territorio.

“Chiaramente l’indagine è il risultato di un lavoro analitico-scientifico di qualche mese – chiarisce la studentessa –, che però già lascia intravedere i risultati positivi di un **percorso di sensibilizzazione** ponderato basato sui tre target – studenti, genitori, insegnanti – per combattere l’obesità infantile”. Grande soddisfazione al CAM per questo nuovo traguardo raggiunto insieme ad Alice, che si è brillantemente laureata con 107 negli scorsi giorni. Il polo sanitario monzese sta già organizzando la terza fase del progetto FitFoodness CAMKids, che prenderà avvio a settembre alla riapertura delle scuole.