

MARTEDÌ 17 NOVEMBRE 2015
Giornale di Monza

Sanità 41

PROGETTO «FitFoodnessCAMKids» continua in due nuovi plessi: «La cosa più importante è tenere un regime alimentare equilibrato»
Allarme «carni rosse», il Cam nelle scuole per spegnere gli allarmismi

MONZA (pdn) L'allarme «carni rosse» scoppato in queste settimane sta seminando nei genitori dubbi circa il corretto stile di vita alimentare per i propri figli.

In quest'ottica, il pool di esperti del progetto FitFoodnessCAMKids Expo 2015, che coinvolge centinaia di bambini delle scuole primarie di Monza, si è mobilitato per fornire indicazioni e suggerimenti in riferimento alle dichiarazioni emesse dall'Agenzia Internazionale per la

Ricerca sul Cancro, organo dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (Oms).

Insaccati «sicuramente cancerogeni» e carne rossa «probabilmente cancerogena»? «L'allarmismo mediatico sul tema è ingiustificato, poiché in realtà l'Oms ha confermato informazioni già conosciute - spiega **Sergio Bernasconi**, specialista del Cam di Monza e professore ordinario di Pediatria - Da molti anni, ormai, le piramidi alimentari consigliano una ridu-

zione della carne a 2/3 volte alla settimana, a cui va aggiunta una quota di derivazione dal pesce. Va poi sottolineato che, per quanto riguarda le carni lavorate, i problemi possono derivare dalle modalità di preparazione e dall'aggiunta di conservanti».

Dunque, la quantità di carne sulla tavola dei più piccoli va sicuramente moderata, ma risulta ancor più importante inserirla in un regime alimentare equi-

librato, che comprenda il giusto apporto proteico, anche attraverso legumi e cereali. Il Cam è dunque pronto per la seconda fase del progetto FitFoodness: da gennaio saranno coinvolti altri due plessi monzesi (la «Raiberti» e la «De Amicis», per un totale di oltre 400 bambini coinvolti), impegnati nei prossimi mesi in attività scolastiche in aula, laboratori esperienziali, workshop e convegni.