

Rassegna Stampa

PROGETTI La studentessa Alice Lucia Torre di Concorezzo ha discusso la tesi magistrale in Alimentazione e nutrizione umana alla Statale

L'educazione alimentare del Cam funziona e diventa una tesi di laurea

Il progetto "FitFoodness" promosso dal Cam di Monza per una corretta alimentazione in età pediatrica diventa una tesi di laurea. Merito di Alice Lucia Torre, 26 anni, studentessa di Concorezzo che, la scorsa settimana, ha discusso la tesi magistrale in Alimentazione e nutrizione umana all'Università degli studi di Milano, presentando uno studio dedicato ai risultati del progetto.

"Imparare giocando: un nuovo approccio per diffondere corretti stili di vita in età pediatrica" è il titolo della tesi che analizza il

format promosso da Cam nelle scuole primarie Raiberti, De Amicis e Rubinowicz coinvolgendo 420 studenti con insegnanti e famiglie. Il metodo coniato da FitFoodness Cam Kids si basa su 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. I bambini, guidati dalla mascotte Mino nel "regno di MelaMangio",

si sono cimentanti in attività ludico-educative, apprendendo la buona alimentazione e le sane abitudini all'attività motoria.

Grazie ad un questionario distribuito a bambini e genitori la neo dottoressa ha potuto raccogliere i dati e capire quanto le abitudini alimentari siano state modificate dopo la partecipazione al progetto. «L'obiettivo del mio lavoro - spiega la neo-dottoressa - è stato quello di valutare se questa forma di educazione possa effettivamente apportare miglioramenti nelle abitudini alimentari



Alice Lucia Torre

e nello stile di vita dei bambini». I questionari sottoposti a bambini e genitori prima e dopo la partecipazione al progetto scolastico ha permesso di mettere in luce interessanti evoluzioni nello stile di vita dei bambini sottoposti al trattamento. In particolare è mi-

gliorata la qualità della merenda a metà mattina, con un miglior bilanciamento di proteine e carboidrati nell'arco della giornata, è cambiato anche il modo di andare a scuola (meglio a piedi che con i mezzi), è aumentato il consumo quotidiano di frutta e verdura. I dati raccolti in città mostrano come la situazione sia in partenza migliore rispetto alla media nazionale, 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). ■ R.Red.