



**CAM** Il progetto sull'alimentazione sana entra nel suo terzo anno

## L'obesità si previene tra i banchi La sana alimentazione si impara a scuola

■ In rampa di lancio le attività del progetto FitFoodnessCAMKids, che si propone, attraverso un percorso educativo nelle scuole monzesi, di prevenire e contrastare il crescente e allarmante fenomeno di sovrappeso e obesità infantile. Entra così nel vivo il terzo anno di attività del progetto firmato CAM che, dopo il successo delle prime due fasi, torna nelle scuole primarie della città con tante novità e iniziative. Il percorso, avviato nell'anno scolastico 2014-2015, ha come obiettivo

quello di sensibilizzare gli studenti in età pediatrica sull'importanza di una sana alimentazione e abitudine al movimento per prevenire l'insorgenza di patologie che si associano all'obesità. A partire dall'edizione 2015-2016, è stato avviato un monitoraggio scientifico del progetto, attraverso questionari somministrati a bambini e famiglie prima e dopo l'intervento. A gennaio 2017 CAMMino entrerà per il terzo anno nelle scuole. La mascotte del Regno di MelaMangio porterà in aula attività struttu-

rate con materialiludico-didattici realizzati ad hoc e diversificati a seconda della classe di appartenenza, laboratori esperienziali, lezioni da parte di Specialisti e specifiche sessioni di attività motoria curate dai Fisiatri ed esperti in Scienze Motorie del CAM, perché i bambini possano imparare, giocando, la buona alimentazione e le sane abitudini all'attività motoria. Nel corso dell'anno si terranno poi i altri incontri e convegni con docenti e genitori, per guidarli al meglio nel percorso. Sergio Bernasco-



Il progetto che introduce un percorso di sana alimentazione tra i banchi di scuola

ni, professore ordinario di Pediatria all'Università di Parma, evidenzia poi il notevole successo della prima fase dell'indagine svolta in primavera (con il 96% di questionari restituiti, a prova del forte interesse delle famiglie per

queste tematiche). Tra le evidenze epidemiologiche iniziali coerenti con i dati nazionali (prima colazione inadeguata o assente per oltre il 50% dei bambini, consumo di frutta e verdura insufficiente, frequenza troppo alta di consumo di bevande zuccherate), su alcune incoraggianti variazioni (tra la fotografia di partenza e i rilievi dopo 4 mesi di intervento educativo), come il miglioramento della qualità della merenda di metà mattina e l'aumento del consumo quotidiano di frutta e verdura. ■