

### FitFoodness CAMKids Expo 2015: i corretti stili di vita si apprendono a scuola

In risposta a dati sull'obesità e salute infantile sempre più preoccupanti, il **CAM di Monza** ha sviluppato un progetto per le scuole che coinvolge, oltre a medici e pediatri, anche insegnanti, famiglie e bambini, veri protagonisti dell'iniziativa. Si tratta di attività e incontri volti ad affrontare il tema dei corretti stili di vita con un approccio non solo sanitario, ma globale: sociale, educativo e culturale. Imparare giocando e sperimentando: questa la proposta del progetto **FitFoodness CAMKids Expo 2015**, rivolto a 300 studenti delle **scuole primarie monzesi Raiberti e De Amicis**, che si propone di **sensibilizzare i giovani in età pediatrica sull'importanza di una sana alimentazione e abitudine al movimento** per prevenire l'insorgenza di patologie che si associano all'obesità. Grazie alla sinergia con il **Comitato Scientifico di Expo 2015** che ha sostenuto l'iniziativa, alla collaborazione con l'**Università Milano Bicocca** e al desiderio da parte del **Comune di Monza** di avviare un'iniziativa di sensibilizzazione territoriale sull'infanzia, un'équipe di specialisti del CAM, congiuntamente al corpo insegnati, ha elaborato un percorso che prevede attività didattiche in aula – in svolgimento sino al 7 giugno attraverso l'ausilio di materiali ludico-formativi per gli studenti –, 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 dedicati a insegnanti e genitori. Gli studenti, guidati **dalla mascotte CAMMino** nel "regno di *MelaMangio*", apprendono così la buona alimentazione e le buone abitudini all'attività motoria. Insegnare da subito i corretti stili di vita, come dimostra la più recente letteratura scientifica, è l'unica vera arma per poter ambire a una prevenzione efficace delle patologie cardiovascolari universalmente diffuse non soltanto nell'adulto ex-bambino sovrappeso (e/o obeso), ma ormai ampiamente presenti tra i bambini stessi. A suggellare l'impegno costante del CAM di Monza a creare "Cultura della Salute", **sabato 16 maggio, presso l'Auditorium di Viale Elvezia, è stato organizzato un simposio aperto al pubblico dal titolo "Il cibo del futuro: l'alimentazione del futuro tra sostenibilità e nuove risorse"**, che avrà come tema il rapporto tra cibo e medicina, tra alimentazione e salute nell'ambito del più ampio confronto che si svolge in questi stessi tempi a Expo 2015.

