

Tutti a tavola con Boyfox

Il Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione dell'AUSL di Modena, in collaborazione con "Gli amici del Cuore", realizza negli asili nido, scuole dell'Infanzia, Elementari e Medie dell'intera provincia di Modena, un progetto di Educazione Alimentare

Publicato in "Cuore in...forma" Organo di informazione dell'associazione di volontariato "Gli Amici del Cuore di Modena". Giugno 2005

Ricerche scientifiche evidenziano chiaramente quanto un buon stile di vita abbia un impatto positivo sulla salute, a tutte le età.

I fattori di rischio più importanti per lo sviluppo delle malattie croniche sono: l'ipertensione, l'elevato livello di colesterolo nel sangue, lo scarso consumo di frutta e verdura, l'essere sovrappeso, l'essere sedentari, il fumo. Ben cinque di questi sei fattori sono strettamente in relazione con la dieta e con l'attività fisica.

In base a tali premesse, ben si comprende perché, al fine di raggiungere i migliori risultati nella prevenzione delle malattie croniche, i progetti di educazione alla salute debbano riconoscere pienamente il ruolo centrale della dieta, della nutrizione e della attività fisica. E' inoltre dimostrato come, specie in questo campo, sia indispensabile ideare, pianificare e realizzare piani di promozione della salute, in cui ciascun cittadino svolga un ruolo attivo per il proprio e per l'altrui benessere, oltre ***ad attuare azioni volte a favorire comportamenti salutari fin dalla primissima infanzia***, condizione indispensabile per mantenere un buono stato di salute nel tempo.

Scopo del progetto pluriennale di Educazione Alimentare "**Mangia giusto muoviti con gusto**", che si inserisce nell'ambito dei Piani per la Salute della Provincia di Modena, è quello di promuovere sani comportamenti alimentari e motori nei bambini frequentanti Asili Nido, Scuole materne, Elementari e Medie della Provincia di Modena, attraverso il coinvolgimento attivo degli insegnanti e delle famiglie. Esso ha preso avvio nell'Anno Scolastico 2003/2004 ed è proseguito, con ancora maggior successo, durante l'attuale Anno Scolastico 2004/2005.

Mascotte del progetto è un furbo volpacchiotto dal nome Boyfox. La creazione della mascotte ha l'obiettivo di rendere più accattivante il materiale, sia per i bambini che per le famiglie, ma soprattutto quello di rendere immediatamente riconoscibile il progetto educativo, con qualsiasi canale ed in qualsiasi luogo esso venga diffuso nei prossimi anni.

Nella costruzione e realizzazione del progetto è stato dato un particolare rilievo alla Promozione, alle Strategie di Comunicazione ed alla diffusione capillare, alla popolazione, dei risultati ottenuti.

Il progetto comprende 3 fasi fondamentali:

- 1. Il corso di formazione per gli insegnanti**
- 2. Il percorso educativo in classe svolto dagli insegnanti utilizzando sussidi didattico-informativi predisposti dal Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione**
- 3. Il concorso a premi**

Nell'anno scolastico 2004-2005, hanno aderito al corso di formazione 51 insegnanti, mentre le classi partecipanti al concorso sono state 40 con circa 850 alunni complessivi.

Per favorire la diffusione di messaggi di salute fra gli alunni e le famiglie, attraverso la scuola, è stato predisposto uno specifico materiale rappresentato dal "*Patto per una sana alimentazione*" dalle 6 "*Cartoline della salute*" e dal "*Ricettario di Boyfox*".

Obiettivo del concorso, negli ultimi due anni scolastici, era quello di stimolare nei bambini un maggior consumo di frutta e verdura a scuola ed a casa.

A questo proposito, da parte delle stesse insegnanti, su due scuole campione, è stata effettuata una rilevazione sui consumi di frutta e verdura nella mensa scolastica prima e dopo l'iniziativa, all'insaputa degli alunni. E' risultato uno spiccato miglioramento dei consumi, anche riferito allo stesso tipo di frutto o verdura, dopo l'intervento, con una percentuale molto alta di bambini che consumavano per intero la porzione. Questo risultato testimonia l'efficacia dell'intervento.

Nella realizzazione del progetto, che continuerà e si svilupperà ulteriormente nei prossimi anni scolastici, è stato fondamentale il supporto da parte de "Gli amici del Cuore", che hanno contribuito sia per la stampa di materiale illustrativo consegnato agli alunni ed alle insegnanti, sia per il finanziamento di un premio speciale per le classi partecipanti al concorso di educazione alimentare. Durante i corsi di formazione, realizzati in varie zone della provincia, i volontari della Associazione, hanno avuto modo di informare gli insegnanti sulla attività sociale e di sensibilizzarli alla cultura del volontariato.

