

Report OMS - Ginevra 2003

“Diet, nutrition and the prevention
of chronic diseases”

Malattie cardiovascolari, diabete, obesità, neoplasie: patologie su cui
è possibile agire in ambito preventivo

Target privilegiato interventi: età evolutiva

MINISTERO DELLA SALUTE

PIANO NAZIONALE DELLA PREVENZIONE 2005-2007

Linee operative per la pianificazione regionale

Pianificare, a livello regionale e locale, interventi
che mirino a migliorare la nutrizione ed a
promuovere l'attività fisica presso la
popolazione, per le donne in età fertile e i
bambini.

Report OMS - Ginevra 2003

“Diet, nutrition and the prevention
of chronic diseases”

Malattie cardiovascolari, diabete, obesità, neoplasie: patologie su cui
è possibile agire in ambito preventivo

Target privilegiato interventi: età evolutiva

MINISTERO DELLA SALUTE

PIANO NAZIONALE DELLA PREVENZIONE 2005-2007

Linee operative per la pianificazione regionale

Pianificare, a livello regionale e locale, interventi
che mirino a migliorare la nutrizione ed a
promuovere l'attività fisica presso la
popolazione, per le donne in età fertile e i
bambini.

INTERVENTI raccomandati

- 1. Promuovere, sostenere e proteggere, presso i genitori, l'allattamento esclusivo al seno, almeno fino al sesto mese di vita, e le attività di educazione nutrizionale rivolte ai genitori dei bambini in età prescolare**
- 2. Favorire, nelle scuole, la disponibilità di scelte alimentari nutrizionalmente corrette, con speciale riguardo all'eccessivo introito energetico da spuntini calorici e bevande dolcificate.....**
- 3. Sviluppare, per i bambini, attività educative su nutrizione, educazione al gusto ed attività fisica, come parti integranti di educazione alla salute**

Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica

***MINISTERO SALUTE - LAVORO – POLITICHE SOCIALI
APPROVATO 3/05/2010
Conferenza Stato - Regioni***

**Nascono dall'esigenza di promuovere abitudini
alimentari corrette per la promozione della salute e
per la prevenzione delle patologie cronic-
degenerative fin dall'infanzia.**

Nella ristorazione scolastica è di fondamentale importanza **elevare il livello qualitativo dei pasti**, come **qualità nutrizionale e sensoriale**, mantenendo saldi i principi della **sicurezza alimentare**.

La ristorazione scolastica deve essere considerata un **importante e continuo momento di educazione e di promozione alla salute** diretto ai bambini, che coinvolge anche insegnanti e genitori.

Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione
scolastica – maggio 2010

Obiettivi della ristorazione scolastica

- promozione di **abitudini alimentari corrette**;
- **sicurezza** e conformità alle norme;
- appropriatezza delle **caratteristiche nutrizionali** delle proposte alimentari, tecnologie di **cottura**, **derrate utilizzate**,
- buon **gradimento** sensoriale;
- rispetto dei tempi e delle modalità del **servizio**, di comfort e accessibilità;
- congruo rapporto tra **qualità e prezzo**;
- **soddisfazione dell'utenza**

Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione
scolastica – maggio 2010

**Commissione provinciale
interistituzionale di coordinamento**

in merito all'applicazione della

L.R. 29/2002

**Linee guida
nutrizionali per
la Provincia di
Forlì- Cesena**

***“Norme per l’orientamento dei consumi e
l’educazione alimentare e per la
riqualificazione dei servizi
di ristorazione collettiva”***

ASPETTI NUTRIZIONALI

- ***Fabbisogni nutrizionali e apporti raccomandati di energia e nutrienti***
- ***Come tradurre gli apporti raccomandati nei menù per la refezione scolastica***
- ***Necessario un approccio integrato alla promozione della salute (La scuola, il governo locale e nazionale, l'AUSL, il pediatra, la famiglia)***
- ***Allergie e intolleranze: la dietetica speciale***

ASPETTI LEGISLATIVI E MERCEOLOGICI

Azioni

- Applicazione Tabella dietetica bio-mediterranea

- Formazione del personale di cucina

- Formazione educatori per qualificare il momento del pasto e progetti didattici

- Coinvolgimento delle famiglie

- Iniziative rivolte alla cittadinanza

Suddividere l'assunzione di cibo in 4-5 pasti giornalieri

Valorizzare la 1° colazione:

latte o yogurt + cereali (pane, fette biscottate, ecc.)

frutta fresca e/o secca oleosa

**Strategie per
tradurre le
indicazioni
scientifiche**

Scegliere negli **spuntini** alimenti come **frutta
fresca e/o oleosa o yogurt** eventualmente con una
porzione di cereali integrali

Curare il momento del pasto

**Sostenere la capacità di autoregolazione del
bambino**

Tabella Dietetica Bio- Mediterranea

Cosa garantire:

- Equilibrio calorico e nutrizionale all'interno del pasto e della giornata alimentare
- Varietà ed alternanza degli alimenti
- Implementazione del gusto verso alimenti di significato nutrizionale riconosciuto
- Rispetto della stagionalità, sia in termini di alimenti reperibili che di ricette
- Aderenza alle abitudini alimentari locali
- Sicurezza igienica

I menù

- Articolati in 8 settimane
- Grammature per ciascun alimento o ingredienti
(flessibilità dettata da continuo monitoraggio sui consumi)
- Descrizione delle tecniche di preparazione *(frutto di sperimentazione e condivise con il personale di cucina)*
- Possibili sostituzioni a parità nutrizionale
(ampliamento della gamma delle proposte culinarie)

La formazione permanente di cuochi

- Teorica: nutrizionale – dietetica - igiene

- Pratica:

- nuovi alimenti, cotture dietetiche,
combinazioni cromatiche

- cucina naturale

- ricette tradizionali

- ricette etniche

Dietetica
e
Gastronomia

Aspetti
educativi

il coinvolgimento delle famiglie

- **Informativo: incontri nelle scuole
distribuzione di materiale**

- **Formativo: corsi di cucina**

- **scambio quotidiano con educatori
e collaboratori cuochi**

- **Diretto: commissione mensa
valutazione qualità percepita dei pasti**

La qualità degli alimenti impiegati

Qualità

- igienica
 - nutrizionale
 - organolettica
 - merceologica
-
- Privilegiata la scelta di
 - **prodotti freschi**, naturali, **tipici**, provenienti **dall'agricoltura biologica** e dal Commercio **Equo Solidale**

La qualità del prodotto biologico

MINOR RISCHIO TOSSICOLOGICO

Assenza residui di fitofarmaci

- Limiti fissati calcolati in rapporto all'adulto
- Compresenza più principi attivi
- Più prodotti ingeriti contemporaneamente

Contenuto inferiore in nitrati (-70/90%)

QUALITA' NUTRIZIONALE

- + sostanza secca
- + vit. C, potassio, ferro, Calcio
- - sodio

QUALITA' ORGANOLETTICA