

Prot. n. PG/2017/225332 del 23/06/2017

Ai Sigg. Dirigenti Scolastici degli  
Istituti di Istruzione Comprensivi  
Istituti di Istruzione Superiori  
LORO SEDI

Oggetto: Linee guida regionali per la Ristorazione Scolastica.

L'alimentazione rappresenta una componente fondamentale nella vita dell'uomo e può diventare uno strumento basilare che, se utilizzato con criterio, consente di mantenere e promuovere lo stato di salute dell'individuo.

È scientificamente dimostrato che l'adozione, sin dalla prima infanzia, di corrette abitudini alimentari, influisce favorevolmente sulla prevenzione della maggior parte delle patologie cronico-degenerative (diabete di tipo 2, malattie cardiovascolari, obesità, osteoporosi, alcuni tipi di tumore, etc.), di cui l'alimentazione scorretta è uno dei principali fattori di rischio.

I dati epidemiologici internazionali segnalano che le popolazioni dei Paesi industrializzati, soffrono (e muoiono) a causa di malattie dovute ad un eccesso di nutrienti e di energia, anche in correlazione a stili di vita non salutari (sedentarietà, abuso di alcol, tabagismo).

Anche nel nostro Paese si rileva la notevole diffusione di patologie legate a comportamenti a rischio, quali le abitudini alimentari scorrette. Una tendenza preoccupante che, purtroppo, riguarda anche un numero considerevole di bambini.

L'obesità ed il sovrappeso in età infantile, oltre ad un'azione diretta sulla salute del bambino, rappresentano un fattore di rischio certo per lo sviluppo di gravi patologie in età adulta.

Nella ASSL di Lanusei il sistema di sorveglianza "OKkio alla SALUTE", nel 2016, ha evidenziato che complessivamente poco meno del 26% dei bambini (più di un bambino su quattro) presenta un eccesso ponderale, che comprende sia sovrappeso che obesità.

"OKkio alla SALUTE" ha, inoltre, permesso di evidenziare la presenza, anche tra i bambini della nostra ASSL, di abitudini alimentari che predispongono all'aumento di peso: in particolare, non fare la prima colazione o farla in maniera non adeguata (ossia sbilanciata in termini di carboidrati e proteine); fare una merenda di metà mattina abbondante; non consumare quotidianamente frutta e/o verdura; assumere abitualmente bevande zuccherate e/o gassate.

I nuovi modelli di vita e di lavoro hanno portato allo sviluppo di nuove forme organizzative del vivere sociale, con ricorso, sempre più frequente, al consumo di pasti fuori casa; è quindi sempre più diffusa la necessità di consumare pasti in mensa, in tutte le fasi della vita (dall'asilo nido alla casa di riposo per anziani).

Un'alimentazione equilibrata e corretta, ma anche gradevole ed accettabile, costituisce per tutti un presupposto essenziale per il mantenimento di un buono stato di salute e, in età evolutiva, per una crescita ottimale.

A scuola, una corretta alimentazione ha il compito di educare il bambino all'apprendimento di abitudini e comportamenti alimentari salutari.

L'alimentazione del bambino deve essere considerata in un contesto più ampio, quale quello dell'ambiente, inteso non solo in senso fisico, ma anche socio-culturale e psicologico.

A scuola i bambini imparano a stare a tavola, a mangiare ciò che hanno nel piatto senza sprechi e ad apprezzare sapori nuovi a volte inconsueti.

L'introduzione di alimenti nuovi può essere facilmente accettata, se si supera un eventuale iniziale rifiuto, grazie alla collaborazione degli insegnanti e/o del personale addetto che stimola il bambino ad un positivo spirito di imitazione verso i compagni e incoraggiandolo all'assaggio e alla progressiva accettazione dei diversi gusti e sapori.

Gli insegnanti, già sensibili grazie alla loro valida formazione professionale sui principi dell'alimentazione, sulle metodologie di comunicazione idonee a condurre i bambini ad un consumo variato di alimenti, sull'importanza dei sensi nella scelta alimentare, sulla valenza della corretta preparazione e porzionatura dei pasti, rivestono un compito cruciale nel favorire l'arricchimento del modello alimentare casalingo del bambino (soprattutto in situazioni particolari o disagiate), con nuovi sapori, gusti ed esperienze alimentari, gestendo con serenità le eventuali difficoltà iniziali di alcuni bambini ad assumere un cibo mai consumato prima o un gusto non gradito al primo assaggio.

I docenti hanno pertanto un ruolo fondamentale nell'educazione alimentare, anche con il coinvolgimento attivo delle famiglie, al fine di favorire l'acquisizione di abitudini alimentari corrette.

Le presenti linee guida regionali sono state realizzate dall'Assessorato dell'Igiene e sanità e dell'assistenza sociale (Servizio Sanità pubblica veterinaria e sicurezza alimentare - settore degli alimenti e bevande), con la collaborazione dei Servizi di Igiene degli alimenti e della nutrizione delle ASSL della Sardegna.

Particolare attenzione è stata rivolta ai soggetti con allergie e/o intolleranze (comprese le persone celiache) ed alla promozione dell'utilizzo del sale iodato.

Le linee guida hanno il compito di fornire indicazioni operative per tutti coloro che hanno un ruolo nella gestione del pasto nelle mense scolastiche, affinché ciò avvenga nel rispetto di tutti gli aspetti che ne fanno una fonte di salute e piacere, anche nel caso di diete destinate a persone soggette a restrizioni alimentari.

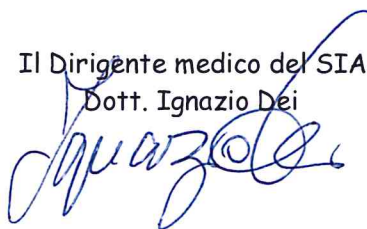
L'obiettivo è, inoltre, quello di dare suggerimenti per organizzare una ristorazione scolastica che offra un'alimentazione equilibrata in termini di nutrienti e calorie e che, pur nel rispetto delle esigenze cliniche di utenti con diagnosi certa di intolleranze/allergie alimentari, sia varia e congegnata in modo da evitare momenti di isolamento, cercando di mantenere l'importante ruolo socializzante ed educativo della mensa scolastica.

Le **"Linee Guida regionali per la Ristorazione Scolastica"** sono disponibili sul sito istituzionale dell'ASSL: [www.asllanusei.it](http://www.asllanusei.it) seguendo il percorso: **SERVIZI SANITARI - Prevenzione - Igiene alimenti e della nutrizione - Nuove linee guida regionali per la ristorazione scolastica.**

Si invitano cortesemente le SS.LL. a favorire la più ampia diffusione delle LL.GG. regionali tra il personale docente e non docente della Scuola, gli studenti e le loro famiglie.

Questo Servizio rimane a disposizione per eventuali iniziative inerenti l'educazione alimentare che la Scuola ritenga opportuno organizzare.

Il Dirigente medico del SIAN  
Dott. Ignazio Dei



Il Responsabile del SIAN  
Dott. Andrea Loddo

