

Trenta minuti in più al giorno di attività fisica per prevenire il diffondersi dell'obesità tra gli studenti

*Ministero dell'Istruzione, dell'Università, della Ricerca e Federalimentare
lanciano l'offensiva per promuovere un'alimentazione equilibrata e stili di vita corretti.
Prende l'avvio anche un Concorso per le scuole sulla storia dell'alimentazione*

Trenta minuti di attività fisica al giorno in più all'interno o all'esterno della scuola: è uno degli obiettivi del Progetto **“Alimentazione, movimento, stili di vita: istruzioni per l'uso”** promosso dal Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca e da Federalimentare (l'organizzazione che riunisce le 18 Associazioni di categoria aderenti a Confindustria), in collaborazione con la Federazione Medico Sportiva del Coni, la Federazione Italiana dei Medici Pediatri, l'Unione Nazionale Consumatori, i Forum Regionali dei Genitori.

“Per la prima volta in Italia, – spiega **Luigi Rossi di Montelera**, Presidente di Federalimentare – e coerentemente a quanto indicato dalla recente **“Strategia globale su dieta, attività fisica e salute”** dell'**Organizzazione Mondiale della sanità**, istituzioni pubbliche e private uniscono i loro sforzi per promuovere stili di vita salutari nelle scuole, per contribuire a ridurre i rischi derivanti da una alimentazione non corretta e da una ridotta attività fisica. Il diffondersi del sovrappeso e dell'obesità anche tra le giovani generazioni è causato da una molteplicità di fattori tra loro diversi: per questo al Progetto parteciperanno tutti i diversi soggetti che possono contribuire ad affrontare il problema globalmente, in linea con le più avanzate esperienze europee. Basti pensare a quella realizzata nelle città di Fleurbaix e Laventie nel nord della Francia, dove nel periodo 1992-2000, un Progetto sperimentale multidisciplinare nelle scuole ha permesso di contenere l'aumento dell'obesità dei ragazzi all'1% e delle ragazze al 4% a fronte di una media nell'area circostante rispettivamente del 95 e del 195%. O basti pensare alla iniziativa per combattere l'obesità tra i giovani appena avviata in Germania, dove alla **“Piattaforma Alimentazione e Movimento”** proposta dal Governo hanno aderito ben 800 diversi soggetti, in rappresentanza dei diversi settori coinvolti: dall'educazione alla sanità, dall'industria ai sindacati, dallo sport ai genitori, ecc.”

“Questo Progetto”, osserva il Ministro Letizia Moratti, “si inquadra in un percorso didattico per le scuole di primo e secondo grado, che prevede di inserire stabilmente nel curriculum scolastico il tema di una corretta alimentazione correlata ad una sana attività motoria, visti unitariamente come componenti essenziali per uno stile di vita salutare, coerentemente con quanto prevede la recente Riforma della scuola e con le indicazioni dell'Organizzazione mondiale della sanità”.

“Tra i problemi che dobbiamo affrontare”, sottolinea il **Ministro Moratti**, “c’è quello dell’obesità, che sta assumendo proporzioni preoccupanti, per l’aumento del numero di soggetti interessati e per l’accentuazione della gravità di quei quadri clinici per i quali l’obesità rappresenta un fattore di rischio. In Italia, negli ultimi dieci anni, la prevalenza dell’obesità è aumentata del 50%. Ancor più evidente è l’incremento nei soggetti in età pediatrica”.

“La comunità scientifica internazionale”, conclude il Ministro Moratti, “è concorde nel ritenere che numerosi e complessi sono i fattori che determinano questo incremento del fenomeno: dalle caratteristiche individuali alle condizioni socio-economiche, ambientali e culturali, agli stili di vita “non salutari”, questi ultimi caratterizzati da abitudini alimentari scorrette accompagnate da una progressiva e marcata riduzione dell’attività fisica. Tutti siamo ben coscienti di quanto sia difficile individuare percorsi atti ad indurre un cambiamento negli stili di vita, tanti sono gli stimoli e i condizionamenti socio-ambientali a cui sono sottoposte soprattutto le giovani generazioni. Il mondo della scuola non può e non vuole sottrarsi a questa responsabilità”.

I risultati di una indagine condotta in 5 stati membri (Germania, Francia, Gran Bretagna, Italia e Repubblica Ceca) su “**Cosa pensano gli europei della loro alimentazione e della loro salute?**”, condotta da Globescan (e presentata in Italia in occasione della conferenza stampa) ha evidenziato che i programmi di educazione scolastica sono considerati di gran lunga il mezzo più efficace per promuovere salutari stili di vita e abitudini alimentari equilibrate: in tutti e cinque i Paesi coinvolti essa viene infatti risulta al primo posto tra cinque possibili opzioni, con una media de 43% di risposte, seguita a distanza dalla riduzione di alcune sostanze negli alimenti, con il 17%.

L’avvio dell’iniziativa “**Alimentazione, movimento, stili di vita: istruzioni per l’uso**”, in questa prima fase, vuole introdurre nelle scuole attività che garantiscano una pratica quotidiana di almeno 30 minuti di attività motoria al giorno. L’obiettivo del Progetto è infatti quello di validare, con il coinvolgimento diretto di docenti e allievi, un percorso didattico per le scuole elementari e medie inferiori che permetta di inserire stabilmente nel curriculum scolastico il tema dello sviluppo dell’attività motoria e di una corretta alimentazione ad essa correlata, visti unitariamente come componenti essenziali per uno stile di vita salutare, coerentemente con quanto prevede la recente Riforma della scuola.

L’attività didattica, che coinvolgerà nel corso di un biennio alcune centinaia di scuole in tutte le ventidue province dell’Abruzzo, della Calabria, del Piemonte e della Puglia, si articolerà nel concreto, da una parte in un monitoraggio, analisi ed elaborazione di proposte sulle abitudini alimentari individuali correlate agli stili di vita, dall’altra in una attività pratica di educazione al movimento (attraverso giochi e semplici esercizi che non richiedono attrezzature particolari) al fine di abituare i più giovani a sviluppare una propria capacità al muoversi, attività utile non solo per la crescita fisica, ma anche per un armonioso e “gioioso” inserimento nel proprio contesto sociale. A supporto di questa attività didattica sarà realizzata una “**Guida pratica per gli insegnanti**”.

La seconda iniziativa presentata in occasione della conferenza stampa è inserita nell'ambito della grande rassegna espositiva promossa dal Ministero per i Beni e le Attività Culturali dedicata ai **“Cibi e sapori nell'Italia antica”**, che nei prossimi dodici mesi coinvolgerà oltre 110 musei e siti archeologici. La rassegna, finalizzata a valorizzare il patrimonio archeologico ed artistico italiano e ad affermare la dimensione multi-etnica e multiculturale della nostra civiltà, prevede l'allestimento di mostre ed esposizioni, la ricostruzione storica di ambienti di conviti e banchetti e la organizzazione di convegni, visite guidate ed eventi culinari, anche in collaborazione con altre Amministrazioni. Nell'ambito di tale importante rassegna nazionale il Miur di intesa con il Ministero dei Beni e le Attività Culturali e in collaborazione con Federalimentare, ha bandito un concorso sul seguente tema: **“Il linguaggio del cibo: storia dell'alimentazione in Italia dalle origini ai nostri giorni”**. Al concorso potranno partecipare classi e/o gruppi di studenti delle scuole di ogni ordine e grado con lavori singoli o collettivi, che, in relazione all'età degli studenti e alla tipologia dell'indirizzo di studio, potranno essere realizzati in forma di elaborati scritti, rassegne storiche, ricerche, o in forma grafico-pittorica, plastica o multimediale (video - cd eccetera).

Roma, 23 novembre 2004