

Comunicato Stampa

CONCLUSI I PRIMI TRE ANNI DEL PROGETTO FITFOODNESS CAMKIDS: ENTUSIASMO TRA I BAMBINI, LE FAMIGLIE E GLI INSEGNANTI COINVOLTI

Un progetto triennale per far acquisire strumenti e conoscenze necessari ad attuare comportamenti salutari. Sono stati circa 400 i bambini coinvolti nel progetto ideato nel 2014 dal CAM di Monza nell'ottica di una politica attiva di prevenzione dell'obesità infantile

Monza, 12 giugno 2017 – Si è chiuso negli scorsi giorni l'anno scolastico 2016/2017 e con esso anche il primo triennio del progetto *FitFoodness CAMKids*, attivato dal CAM di Monza nel 2014 con l'obiettivo di **sensibilizzare i bambini in età pediatrica sull'importanza di una sana alimentazione e abitudine al movimento**, per prevenire l'insorgenza di patologie associate all'obesità. Tre anni intensi, nei quali i piccoli alunni di tre scuole primarie monzesi (Raiberti, De Amicis e Rubinowicz) sono stati coinvolti in una serie di attività mirate a far crescere in loro la consapevolezza di un corretto stile alimentare e di movimento.

Quest'anno il progetto si è rivolto, con attività di gioco e apprendimento in aula e laboratori esperienziali e didattici, a **circa 400 bambini delle classi seconde, terze, quarte e quinte**. L'ultima fase del programma, conclusasi proprio in questi giorni, è stata caratterizzata dal coinvolgimento dei bambini di quinta elementare in una serie di **lezioni svolte dal dr. Maurizio Biraghi del CAM di Monza – coordinatore sanitario del progetto, che ha approfondito con loro il funzionamento dell'apparato digerente**. Una tematica apparentemente difficile, ma che ha incuriosito i piccoli studenti, dimostratisi assolutamente reattivi nel recepire tutte le informazioni e partecipando nel formulare domande anche acute, a conferma del reale interesse verso il funzionamento del nostro organismo, anche in virtù di quanto appreso durante il percorso triennale.

“Quello che più mi ha colpito è stato l'alto livello di consapevolezza e l'interesse di questi bambini. Ho seguito il progetto sin dai suoi albori e sapevo che questi piccoli alunni erano gli stessi che tre anni fa iniziarono il percorso, tuttavia temevo che un argomento così tecnico - seppur spiegato con parole semplici supportate da esempi pratici - potesse disinteressarli. Il risultato è stato in realtà sorprendente, perché il tasso di coinvolgimento si è rivelato altissimo, con domande specifiche sui sintomi e con rimandi diretti a esperienze vissute in casa” – ha spiegato il **dr. Maurizio Biraghi**.

FitFoodness CAMKids è un progetto nato nel 2014, volto ad affrontare in modo pragmatico il tema dei corretti stili di vita - alimentazione e attività motoria - nei bambini, con un approccio sociale, educativo e culturale, coadiuvato dal coinvolgimento di medici, insegnanti e famiglie. Grazie alla **sinergia con il Comitato Scientifico di Expo 2015**, che ha sostenuto l'iniziativa e accordato il proprio patrocinio, 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**, il CAM diede vita al progetto coinvolgendo in un primo momento circa 300 bambini dell'Istituto Scolastico Raiberti di Monza.

Bambini, insegnanti e famiglie furono fin da subito i protagonisti: i primi coinvolti nel prendere parte alle attività educative; i secondi invitati a svolgere lezioni mirate in classe, supportati da materiali

dedicati per le attività di confronto-gioco in aula. Non ultimi per importanza, i genitori, chiamati a condividere con i bambini i messaggi di educazione alimentare e motoria recepiti a scuola, facendoli propri e applicandoli all'interno dell'ambiente domestico. Le azioni messe in atto in questi tre anni si sono proposte di fornire strumenti e conoscenze utili a sviluppare competenze e autonomia di giudizio, rendendo i bambini **capaci di mantenere comportamenti salutari anche a fronte di influenze sociali e ambientali diverse**.

Grazie anche al coordinamento scientifico di **Sergio Bernasconi, Professore Ordinario di Pediatria all'Università di Parma**, il progetto *FitFoodness* è stato plasmato nel 2014 per contrastare il problema dell'obesità, introducendo le regole per un corretto stile di vita già in età infantile, in collaborazione con la scuola, poiché si tratta di una questione culturale, oltre che sociale. *“Per l’OMS l’obesità rappresenta la più grande sfida di sanità pubblica del XXI secolo - spiega Bernasconi – “Essa non si qualifica come mero problema estetico, ma è da considerarsi una vera e propria malattia, anche in età pediatrica. Sono molte, infatti, le complicanze che ne derivano già nell’infanzia sul fronte endocrinologico, neurologico, cardiovascolare, psicosociale etc. 100 bambini obesi di oggi, inoltre, sono 75 futuri adulti obesi, ma, fortunatamente, evidenze scientifiche hanno dimostrato come le politiche preventive, soprattutto in età precoce, siano vincenti”*.

Già alla fine del primo anno i riscontri sono stati ottimi da parte di studenti, insegnanti e famiglie. Il progetto era stato sottoposto a un sondaggio e i dati emersi furono incoraggianti: gli insegnanti coinvolti testimoniarono che il 100% dei bambini si era dimostrato interessato al progetto, con un 78% che ne aveva parlato a casa con le famiglie, riferendone positivamente nel 92% dei casi. Una contaminazione fondamentale e auspicata dall'inizio del progetto, che ha sempre considerato le famiglie protagoniste strategiche e insostituibili, chiamate a far propri i messaggi di educazione alimentare e motoria recepiti a scuola dai bambini nelle abitudini quotidiane, sintonizzando l'ambiente domestico con i corretti principi di buona salute.

A partire dall'edizione 2015-2016, è stato avviato un monitoraggio scientifico del progetto, attraverso questionari (quelli di OKkio alla Salute) somministrati a bambini e famiglie prima e dopo l'intervento. I risultati incoraggianti di questa survey sono stati elaborati nell'ambito di una Tesi di Laurea Magistrale dedicata al progetto *FitFoodness*, che ha evidenziato **interessanti evoluzioni nello stile di vita dei bambini coinvolti nel percorso, analizzando al contempo anche 140 bambini di un “gruppo di controllo”**. Obiettivo dell'indagine: valutare se una forma di educazione come quella prevista dal progetto *FitFoodness CAMKids* potesse effettivamente apportare miglioramenti nelle abitudini alimentari e nello stile di vita dei bambini. Il miglioramento della qualità della merenda a metà mattina con un miglior bilanciamento di proteine e carboidrati nell'arco della giornata, un'incoraggiante variazione delle modalità di raggiungimento dell'istituto scolastico (preferenza del percorso a piedi piuttosto che con i mezzi) e un aumento del consumo quotidiano di frutta e verdura, sono soltanto alcuni dei risultati positivi emersi dall'analisi.

Ufficio stampa

Tramite Srl

Gloria Pulici | +39 0362 907354 | g.pulici@tramite.it

Per informazioni

CAM – Centro Analisi Monza

Federica Gironi | +39 039 23971 | www.cam-monza.com