

**cam**

CENTRO ANALISI MONZA

Data
Pubblicazione
Frequenza25 maggio 2015
Il Giorno
quotidiano

Rassegna Stampa

L'INDAGINE

I rischi

Il progetto riguarda 300 bambini delle scuole elementari Raiberti e De Amicis di Monza, gli insegnanti e le loro famiglie

Un'indagine dell'Università Bicocca rileva che il 4% degli alunni soffre di ipertensione spesso legata al sovrappeso



MONZA

Trecento bambini nel progetto salute sull'alimentazione

di **ALESSANDRO CRISAFULLI**

-MONZA-

CHI MANGIA SANO... va lontano. È la filosofia del progetto Fitfoodness Camkids Expo 2015. Un percorso che vede impegnati 300 bambini delle scuole Raiberti e De Amicis di Monza - col coinvolgimento di insegnanti e famiglie - e che è ormai in dirittura d'arrivo (a giugno le premiazioni per tutti). Con un bilancio che è entusiasmante, sia per chi l'ha promosso,

cioè il Centro Analisi Monza sotto la regia del dottor Maurizio Biraghi, che per chi vi ha preso parte. E che dimostra come investire sulla buona alimentazione abbinata all'attività motoria sia la ricetta vincente per far crescere i bambini in maniera sana, equilibrata, consapevole.

DA UN SONDAGGIO fra i 27 docenti che si sono messi in gioco è emerso che il 100% dei bambini

sono interessati al progetto. E il lavoro fatto in classe ha permesso di seminare bene, perché poi i bambini ne hanno parlato anche a casa, nel 78% dei casi: questi ne hanno riferito positivamente nel 92% dei casi. Una «contaminazione» fondamentale confermata dai dati del Ministero della Salute: il 9% dei bambini salta la prima colazione, il 31% la fa troppo sbilanciata, il 67% fa uno spuntino di metà mattina troppo abbondante; il 21% dei genitori dichiara che i figli non consumano quotidianamente frutta e verdura e il 43% si riempie di bevande gassate e zuccherate. Per i ragazzi è stato messo a punto un percorso che prevede attività didattiche in aula, laboratori esperienziali, affiancamento durante le ore di ginnastica da parte di fisioterapisti ed esperti in Scienze Motorie, convegni, workshop e pubblicazioni dedica-

te a insegnanti e genitori. «Bisogna evitare i cosiddetti cibi spazzatura - sottolinea il dottor Biraghi -. E' stato realizzato uno studio che mostra come su 31.500 spot pubblicitari in tv, ben 5.500 siano sulle merendine. L'iniziativa si propone di affrontare in modo pragmatico il tema con un approccio non solo sanitario, ma globale: sociale, educativo e culturale.

LA RICERCA Studio del Cam in sinergia con Asl e 36 pediatri

Grazie alla sinergia con il Comitato Scientifico di Expo 2015, alla collaborazione con la Bicocca e al desiderio da parte del Comune di Monza di avviare un'iniziativa di sensibilizzazione territoriale sull'infanzia.



**INCONTRO
ALLA RAIBERTI**

Cibo e sport Prevenzione e sane abitudini

- MONZA -

DOMANI, dalle 18.30 alle 20.15, alla scuola primaria in via Raiberti 4 a Monza, si terrà l'incontro dal titolo «Alimentazione, attività fisica e benessere psicologico in età pediatrica». Un confronto fra specialisti, famiglie e insegnanti nell'ambito del progetto FitFoodness CAM-Kids Expo 2015. «Il proliferare di informazioni non sempre corrette da parte dei media, che spesso propagandano diete incongrue (dissociate, iperproteiche, macrobiotiche etc.) - è spiegato nella presentazione - causa di possibili danni alla salute, richiede sempre più interventi di educazione, alimentare e motoria, che, influenzando le abitudini dei giovani fin dai primi anni, creino la consapevolezza della necessità di acquisire «sane» abitudini di vita, capaci di prevenire così importanti patologie nella età adulta». La serata sarà ricca di spunti e consigli concreti per le famiglie. Iscrizione obbligatoria per partecipare telefonando al 039.2397450 o mandando una mail a segreteriaorganizzativa@cam-monza.com

Ale.Cri.