



# L'educazione alimentare attraverso le fattorie didattiche e sociali

Giovanni Dara Guccione

**CREA – Centro di ricerca Politiche e Bio-economia**

*Alia, 22 ottobre 2022*

## Allarme obesità giovanile in Italia

- Nell'Ue, l'Italia il maggior numero di bambini obesi.
- Secondo l'Istituto Superiore di Sanità, in Italia, in meno di un decennio la percentuale di obesità infantile è passata dal 9 al 12,5%, con punte del 24% nell'età tra i 6 e i 13 anni.
- In Campania un bimbo su cinque è obeso, mentre il Veneto (5,7%) ha il triste primato tra le regioni del nord Italia.
- Genitori “distratti” e “molto affaccendati” non prestano adeguata attenzione all'educazione alimentare dei loro figli.
- La maggior parte dei bambini non viene infatti abituata ai sapori della frutta e della verdura, con la conseguenza che anche crescendo rifiuteranno questi alimenti.

# Sistema di monitoraggio **Okkio alla Salute**

- l'8% dei bambini salta la prima colazione
- il 33% fa una colazione inadeguata, cioè sbilanciata in termini di carboidrati e proteine condizionando negativamente l'equilibrio calorico del resto dei
- il 53% a metà mattina fa una merenda troppo abbondante
- a tavola il 20% dei genitori dichiara che i propri figli non consumano quotidianamente frutta e verdura
- durante la giornata il 36% consuma quotidianamente bevande zuccherate o gassate

## **Alcuni dati in Sicilia**

- bambini 8-9 anni 22,3% in sovrappeso
- 12,9% obesi

# Bambini di 8-9 anni in sovrappeso e obesi, per Regione

Fonte dati: OKkio alla Salute, indagine 2016



■ minore uguale 25   ■ maggiore di 25 e minore 35   ■ maggiore uguale 35

# Report della Commissione Echo (Ending Childhood Obesity)



- **Promuovere l'assunzione di cibi sani:** implementare programmi globali che promuovano una sana alimentazione tra bambini e adolescenti,
- **Promuovere l'attività fisica:** implementare programmi che promuovano l'attività fisica e riducano i comportamenti sedentari tra bambini e adolescenti.
- **Assistenza durante la gravidanza:** al fine di ridurre il rischio di obesità infantile, prevenendo un peso alla nascita troppo basso o troppo alto, prematurità e altre complicanze in gravidanza.
- **Attenzione alla dieta e all'attività fisica durante l'infanzia:** promuovendo l'allattamento al seno, limitando il consumo di cibi ad alto contenuto di grassi, zucchero e sale e assicurando la disponibilità di cibi sani.
- **Salute, alimentazione e attività fisica per i bambini in età scolare:** attraverso la definizione di standard per i pasti scolastici, eliminando la vendita di alimenti e bevande non sani, includendo e rafforzando l'educazione fisica e l'educazione alla salute e alla nutrizione nel curriculum scolastico.
- **Weight management:** attraverso l'implementazione di azioni multicomponenti dirette alle famiglie.

## Reg. UE 1308/13 e 1370/13

- distribuzioni gratuite di latte e suoi derivati (yogurt e formaggi), laboratori sensoriali, giornate a tema e altre iniziative speciali
- diffusione di messaggi educativi sulla prevenzione degli sprechi alimentari
- coinvolgimento delle scuole e delle famiglie nelle attività di educazione alimentare
- attivazione di forme di cooperazione con le regioni e istituzioni territoriali, al fine sviluppare forme di cooperazione con le regioni e le istituzioni territoriali



# I programmi di educazione alimentare

- **2.900** gli istituti scolastici che hanno fornito la propria adesione
- **1.200.000** alunni coinvolti
- **960.000** alunni saranno coinvolti nelle distribuzioni regolari
- **240.000** alunni coinvolti in iniziative con distribuzioni speciali e giornate dedicate alla realizzazione di laboratori sensoriali.



# Aziende e Fattorie didattiche

Aziende agricole e/o zootecniche che, oltre all'attività produttiva, offrono, in un'ottica di multifunzionalità, **servizi alla collettività** promuovendo la scoperta e la conoscenza:

- dell'ambiente rurale
- dell'origine degli alimenti
- di tecniche di lavorazione dei prodotti tipici nel rispetto dell'ambiente e del territorio



## Obiettivi dell'educazione alimentare in azienda/fattoria didattica

- Incontrare i Protagonisti: la storia degli agricoltori e degli anziani che, in campagna, a differenza dalla città conservano ancora un ruolo rilevante.
- Conoscere gli alimenti: le caratteristiche dei cibi, mangiare locale/Km0, i prodotti tipici e tradizionali
- Preparare e insieme cucinare, impastare, conservare le verdure, usare i condimenti.



# Strumenti dell'educazione alimentare in azienda/fattoria didattica

- Metodo induttivo dalla pratica alla teoria
- Degustazione consapevole e laboratori del gusto
- Percezione sensoriale



# Cereali, legumi e loro derivati

- La riscoperta di antiche varietà di grani e leguminose locali
- Differenza tra cereali e legumi
- I piatti combinati cereali-legumi
- L'importanza degli integrali



# Olio extravergine d'oliva



- Dall'oliva all'olio
- Le caratteristiche organolettiche del prodotto
- Le caratteristiche nutrizionali
- I derivati dell'olio



## Possibili soluzioni

- Incrementare il consumo, ad almeno 2 volte al giorno, di frutta e verdura
- Ridurre il numero dei bambini che non prestano attenzione alla quantità di sale e/o al consumo di cibi salati.
- Incrementare i programmi di educazione alimentare
- Ridurre gli sprechi alimentari e le perdite nelle filiere e fino al consumo
- Introduzione di una tassazione efficace sulle bevande zuccherate
- Introduzione di «*Etichette di pericolo*» (Claims non salutistici)

# Grazie per l'attenzione

Giovanni Dara Guccione

[giovanni.daraguccione@crea.gov.it](mailto:giovanni.daraguccione@crea.gov.it)



• Less air pollution

• Reduces soil erosion, lessens soil pollution, and maintains soil fertility

## Benefits of ORGANIC FARMING

• Tastier and more nutritious food

• No artificial food production and longer food quality



• Profitable and cost-effective

• Less water pollution

• No pesticides or synthetic fertilizers used

• Less animal diseases



• Animals produce more products