Verona - 7 maggio 2009
Sala convegni Gran Guardia

Dalla ristorazione collettiva ….
alle scelte in salute

" L'alimentazione al nido per crescere in salute. Sinergie sul territorio "

GIAMPIETRO CHIAMENTI
SEGRETARIO REGIONALE VENETO FEDERAZIONE ITALIANA MEDICI PEDIATRI

L'alimentazione al nido per crescere in salute

Come è organizzata l'alimentazione sotto il profilo

- qualitativo
- quantitativo
- dedicato (diete speciali)
- educativo

nel contesto dell'asilo nido e in rapporto all'età ed esigenze del bambino?

L'alimentazione al nido per crescere in salute

Indice dell'opuscolo

- Allattamento materno al nido
- Lo svezzamento
- Raccomandazioni nel primo anno di vita
- Introduzione di nuovi alimenti
- Menù diviso per età
- Diete speciali
- Ricettario
- Regole per una corretta alimentazione nel bambino

L'alimentazione al nido per crescere in salute

Punti di forza di un metodo

- Scelta degli alimenti
- Controllo alimentare: igiene e sicurezza
- Stagionalità e varietà settimanale menù
- Composizione del pasto e merende
- Modalità di preparazione degli alimenti
- Cucina interna e trasporto del cibo in rapporto alla tipologia del nido
- Informazione e complementarietà con famiglia e suo tramite col pediatra

L'alimentazione al nido per crescere in salute

Profilo educativo

- Forma, colore, consistenza del cibo e del contenitore nell'offerta
- Mangiare insieme ad altri
- Approccio libero se pur sotto controllo

L'alimentazione al nido per crescere in salute

Analisi di un problema:

Il bambino a rischio di malnutrizione nella società industriale in rapporto a

- qualità e quantità della alimentazione
- contesto di errati stili di vita

SCARSA PERCEZIONE DA PARTE DEI GENITORI

MOLTO PIU' PREOCCUPATI DALLA "MAGREZZA" CHE DAL SOVRAPESO

L'OBESITA' nel BAMBINO

LA VERA PANDEMIA DEL TERZO MILLENNIO

Rischi dell'obesità

Malattia metabolica

Colesterolo Ipertensione Diabete

rischio cardiovascolare

Fattori che favoriscono il rischio di obesità in età infantile ed adolescenziale

La prevenzione non la può fare solo il pediatra

Allattamento

Alimentazione nel primo anno di vita

Controllo dell'alimentazione dopo il primo anno di vita

Promozione dell'attività fisica

Necessari interventi di diversi attori in collaborazione professionale

Fattori che favoriscono l'alta prevalenza di obesità in età infantile ed adolescenziale: **approccio globale**

La prevenzione …. e la cura dell'obesità

non sono la dieta !!…. ma un insieme

Corretta alimentazione

Corretto stile di vita

L'OBESITA' nel BAMBINO

LA VERA PANDEMIA DEL TERZO MILLENNIO

insegnare una corretta alimentazione

Piramide degli alimenti

Limitare al minimo indispensabile condimenti e dolci

Alternare e moderare il consumo di secondi piatti quali carni, pesci, uova, salumi, formaggi.

Verdura e frutta non devono mai mancare

Pasta e pane devono essere assunti ogni giorno

fare tanto movimento

Non educare all’uso di merendine confezionate

L'alimentazione al nido per crescere in salute

L'ALIMENTAZIONE IN COMUNITA' COME OCCCASIONE DI:

- *EDUCAZIONE ALIMENTARE*

- *SVILUPPO DI SINERGIE POSITIVE TRA SOGGETTI DIVERSI*

L'alimentazione al nido per crescere in salute :
alcuni quesiti

- Mangiare per crescere o mangiare per il ben-essere ?
- Il pasto al nido come soddisfazione di bisogno o anche momento di educazione?
- Domicilio e struttura comunitaria: due mondi separati o utile integrazione?
- Pediatra, comunità e famiglia:cosa condividono nell'alimentazione?

L'alimentazione al nido per crescere in salute :
alcuni quesiti

- Comunità e bambino con problemi : sono conciliabili?
- Educazione al gusto o adattamento alle abitudini?
- Qualità degli alimenti o compatibilità economica ?

L'alimentazione al nido per crescere in salute

Raccomandazione conclusiva :

è necessaria una

alleanza strategica

fra i vari soggetti coinvolti

GRAZIE
PER L'ATTENZIONE .....