

# LA SALUTE E L'ALIMENTAZIONE

Milano



Comune  
di Milano

Famiglia, Scuola e Politiche Sociali

## L'Ospedale Fatebenefratelli per la scuola

Nei paesi industrializzati il progressivo cambiamento delle abitudini nutrizionali e di vita di bambini e adolescenti, associato ad altri fattori, ha portato alla comparsa di patologie caratteristiche dell'età moderna fra cui sovrappeso e obesità.

Non si tratta di problemi di natura estetica ma di vere e proprie forme di malnutrizione. In tutta Europa e in quasi tutti i Paesi occidentali l'obesità ha assunto i connotati di una vera e propria "epidemia" come è stata definita dall'European Health report 2002.

In Italia la prevalenza di questa patologia risulta la più elevata d'Europa.

La gravità delle complicanze (malattie cardiovascolari, pressione alta, diabete, ipercolesterolemia, conseguenze di ordine psicologico, ecc.) legate ad essa rende opportuna un'azione di prevenzione o di trattamento il più tempestiva possibile.

La prevenzione viene effettuata attraverso tre canali:

- riduzione della sedentarietà;
- promozione di una vita attiva;
- abitudini nutrizionali corrette.

La Divisione di Pediatria dell'Ospedale Fatebenefratelli, diretta dal Dott. Luca Bernardo con uno staff di specialisti (pediatra endocrinologa, dietista, adolescentologo, psicologa, ecc.) svolge una capillare azione di intervento declinata in:

- incontri rivolti a bambini e ragazzi differenziati per età per un approccio, una scelta del linguaggio e degli ausili da utilizzare, i più consoni possibile alle caratteristiche dei partecipanti;
- incontri rivolti ai genitori;
- predisposizione di materiali informativi.



## ALIMENTAZIONE IN ETÀ EVOLUTIVA

(Scuola dell'infanzia, scuola primaria e secondaria di primo grado)

La proposta si articola in:

- **un incontro informativo teorico** durante il quale una pediatra, una dietista ed una psicologa incontrano bambini e ragazzi su temi importanti quali:
  - la conoscenza degli alimenti (quali sono, la loro diversa funzione, a cosa servono);
  - l'importanza nutrizionale dei singoli alimenti per una corretta crescita del nostro corpo;
  - l'importanza nutrizionale come prevenzione di patologie e disturbi di ordine psicologico;
  - le abitudini alimentari da modificare;
- **un successivo incontro pratico di laboratorio;**
- **una conferenza per i genitori:** consigli pratici per un'alimentazione corretta.

## ATTIVITÀ FISICA QUOTIDIANA E SPORT

(Scuola dell'infanzia, scuola primaria e secondaria di primo grado)

Il ruolo dell'attività fisica quotidiana per la conservazione di un corretto rapporto massa magra/massa grassa corporea, il consumo energetico (equilibrio fra nutrizione e consumo calorico), l'importanza del movimento per il tono dell'umore: questi gli argomenti che saranno affrontati da un pediatra referente dell'ambulatorio di servizio dello sport.

Anche per questa proposta sono previsti:

- **un incontro informativo teorico per i bambini e i ragazzi;**
- **una conferenza per i genitori.**

## I N F O R M A Z I O N I

Referente	Comune di Milano - via Porpora 10 Tel. 02/88462758 - Fax 02/88462604
Prenotazioni	mediante modulo allegato
Costi	gratuito
Trasporto	a cura della scuola
Realizzazione	Ospedale Fatebenefratelli e Oftalmico - Divisione di Pediatria

