

Presentazione Linee di Indirizzo Regionali sulla Ristorazione scolastica

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
ULS Umbria 1

Panicale, 12 settembre 2014

OBESITÀ: IMPATTI SULLA SALUTE

PUBBLICA E SULLA SOCIETÀ

LE CAUSE



Ampia offerta di alimenti a prezzi contenuti che hanno un elevato apporto energetico e un basso livello nutrizionale



Progressivo calo dei prezzi del cibo e delle bevande a fronte di un aumento del reddito pro capite e di una più estesa capacità di acquisto a livello mondiale



Condizioni di lavoro: crescente terziarizzazione che causa lunghe giornate lavorative e alta sedentarietà

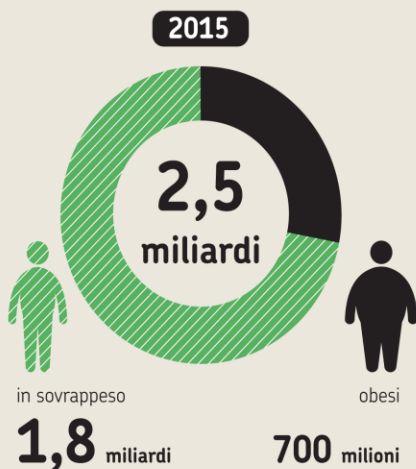
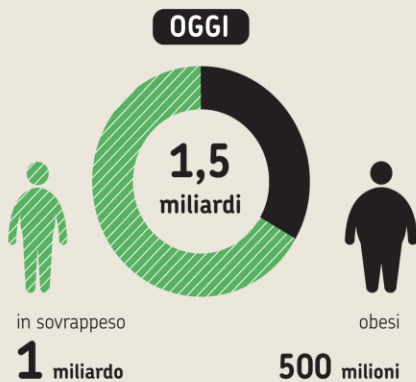


Alta urbanizzazione e lunghi e frequenti spostamenti in auto



Stili di vita: minore tempo dedicato alla preparazione e al consumo dei pasti, scarsa attività motoria, basso livello di educazione alimentare

LE DIMENSIONI DEL FENOMENO

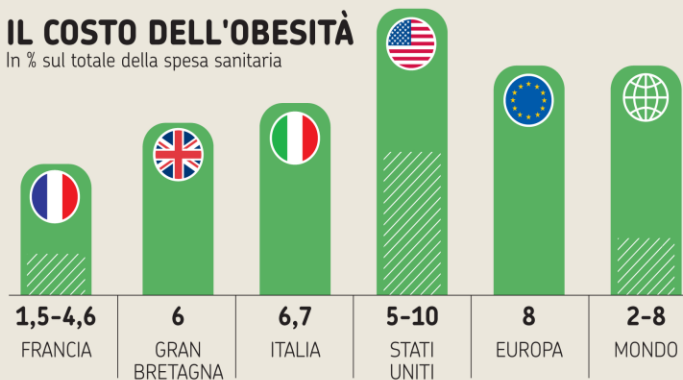


All'obesità sono associati:

- Una più alta mortalità per l'insorgenza di patologie croniche
- Più alti impatti ambientali ed emissioni di gas serra
- Impatti negativi in termini di rendimenti scolastici e produttività lavorativa

IL COSTO DELL'OBESITÀ

In % sul totale della spesa sanitaria



Mediamente, la spesa sanitaria sostenuta da una persona obesa è

25%

più alta di quella di un soggetto normopeso

LE RACCOMANDAZIONI



1. Informare e mobilitare l'opinione pubblica affinché sia più consapevole e reattiva sulle conseguenze economiche, sociali e ambientali dell'obesità



2. Programmare un impegno congiunto di governi e settore privato, attivare piani integrati di medio-lungo periodo



3. Diffondere la cultura della prevenzione affinché i comportamenti salutari diventino sempre più una scelta consapevole fin dalla gestazione



4. Insegnare abitudini sane fin dall'infanzia facilitando l'accesso a strutture e spazi adeguati



5. Utilizzare in modo equilibrato la leva del prezzo, valutando con attenzione "pro" e "contro" dell'introduzione di disincentivi fiscali come le tasse sul "junk food"



6. Incoraggiare l'impegno dell'industria alimentare e della distribuzione in iniziative di salute pubblica promosse e guidate dai governi



7. Dare battaglia all'ambiente obesogenico, combattere i fattori che inducono a stili di vita e scelte alimentari scorretti e rendono difficile compiere scelte salutari

Malattie croniche: l'epidemia trascurata

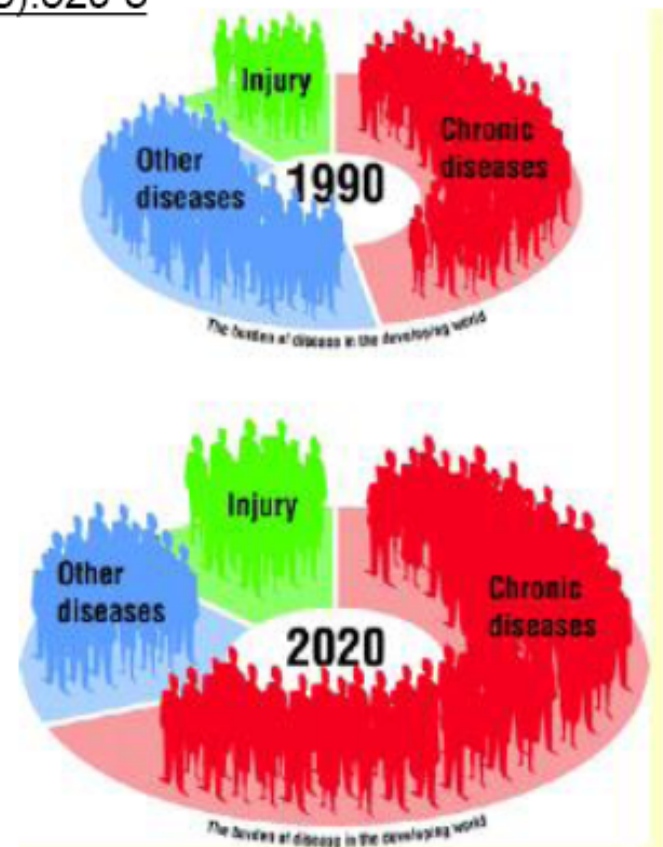
W The neglected epidemic of chronic disease

Lancet. 2005 Oct 29-Nov 4;366(9496):1514.

Stemming the global tsunami of cardiovascular disease

Lancet. 2011 Feb 12;377(9765):529-3

Nonostante che circa l'80% del carico assistenziale sia rappresentato da malattie croniche, nonostante il trend in rapida crescita (*tsunami*) delle malattie cardiovascolari in tutto il mondo, **l'epidemia delle malattie croniche non è affrontata con la necessaria determinazione e con strategie appropriate.**



Le cause delle cause

Alla base delle malattie croniche ci sono i determinanti “distali”, le cosiddette “cause delle cause”; questi sono un riflesso delle principali forze che trainano le modifiche sociali, economiche e culturali, come globalizzazione, urbanizzazione, invecchiamento della popolazione e politiche ambientali in genere.

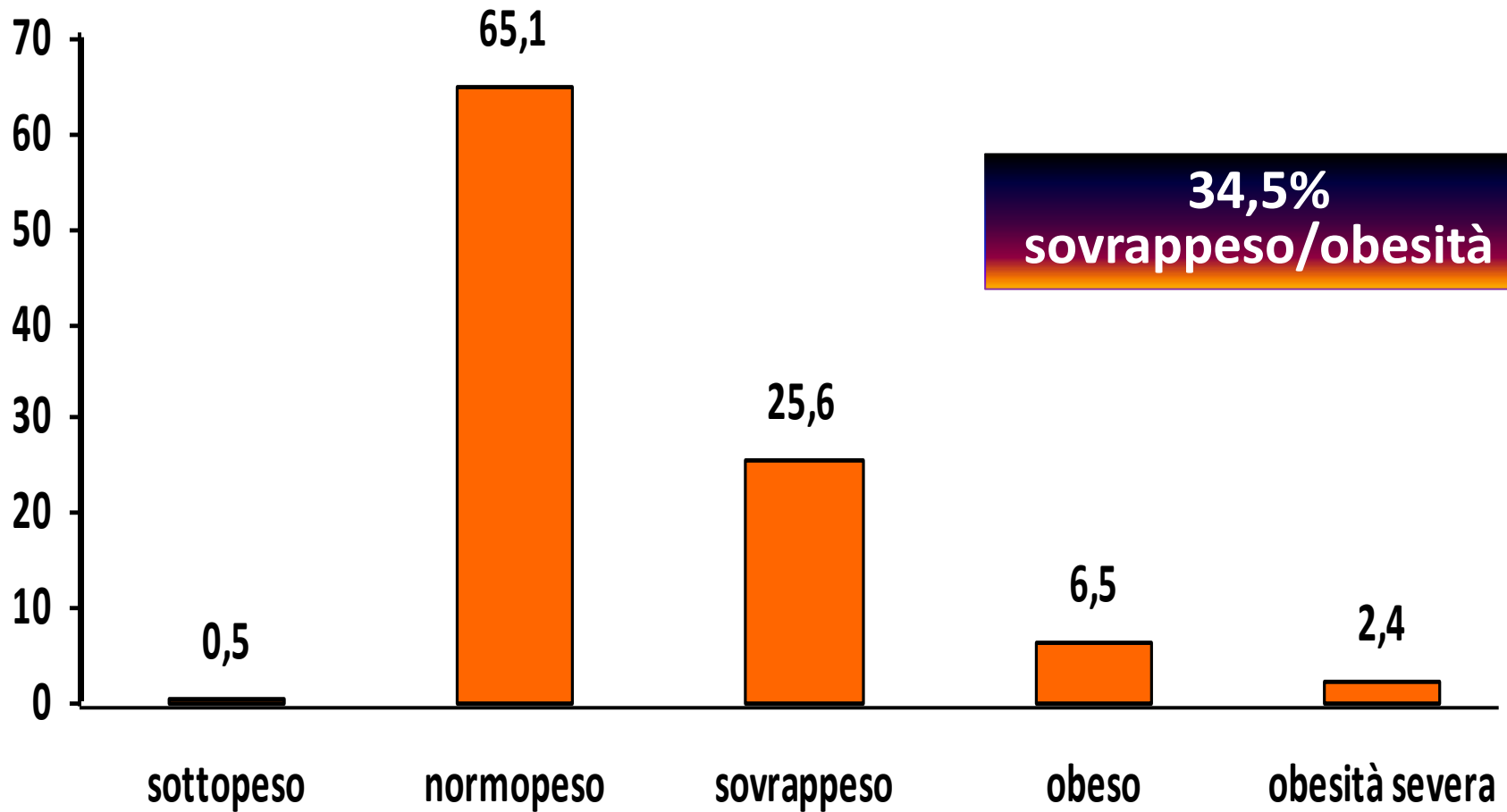
Cause delle malattie croniche



I dati epidemiologici regionali



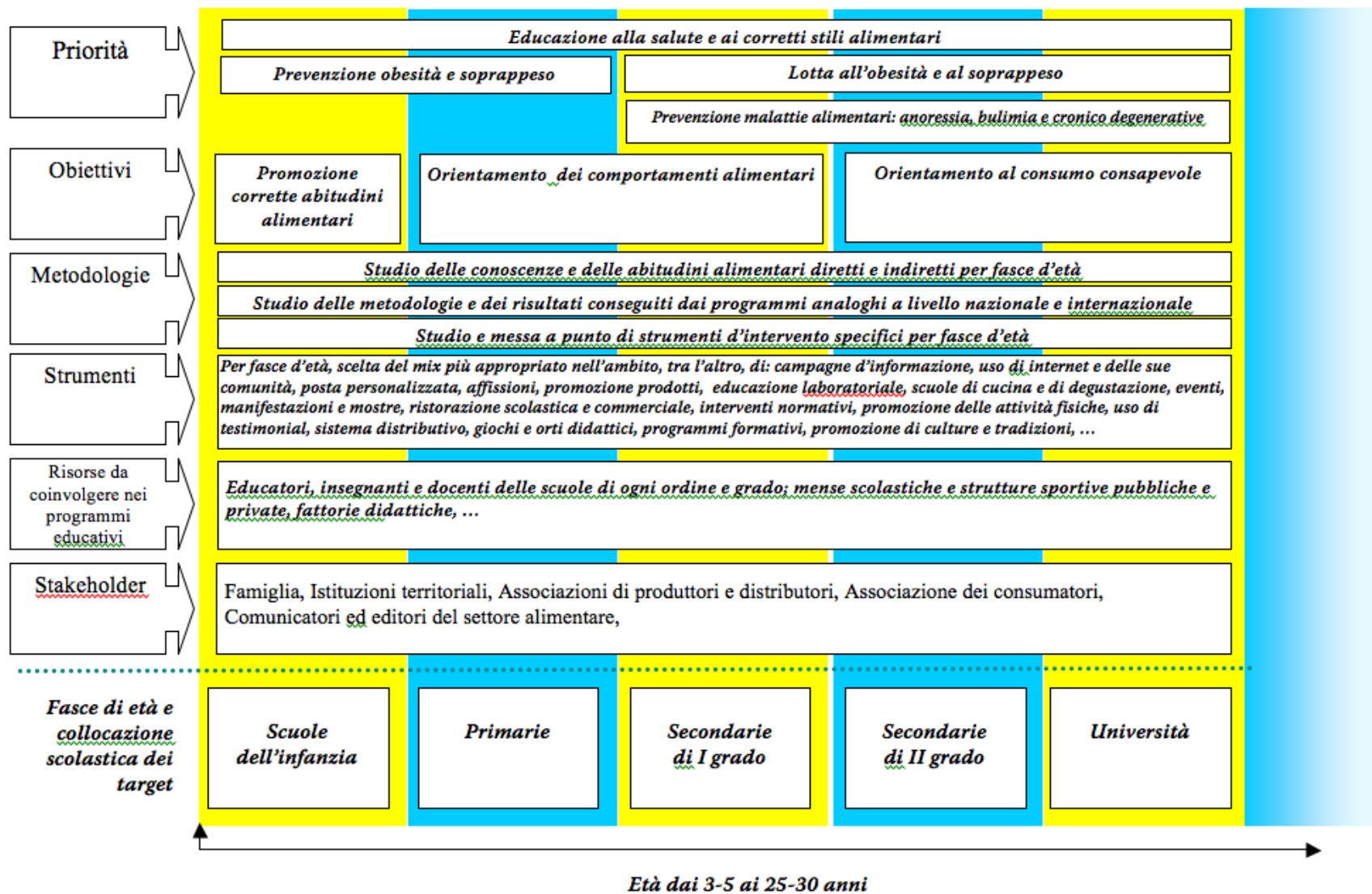
Stato ponderale dei bambini di 8 e 9 anni (%)



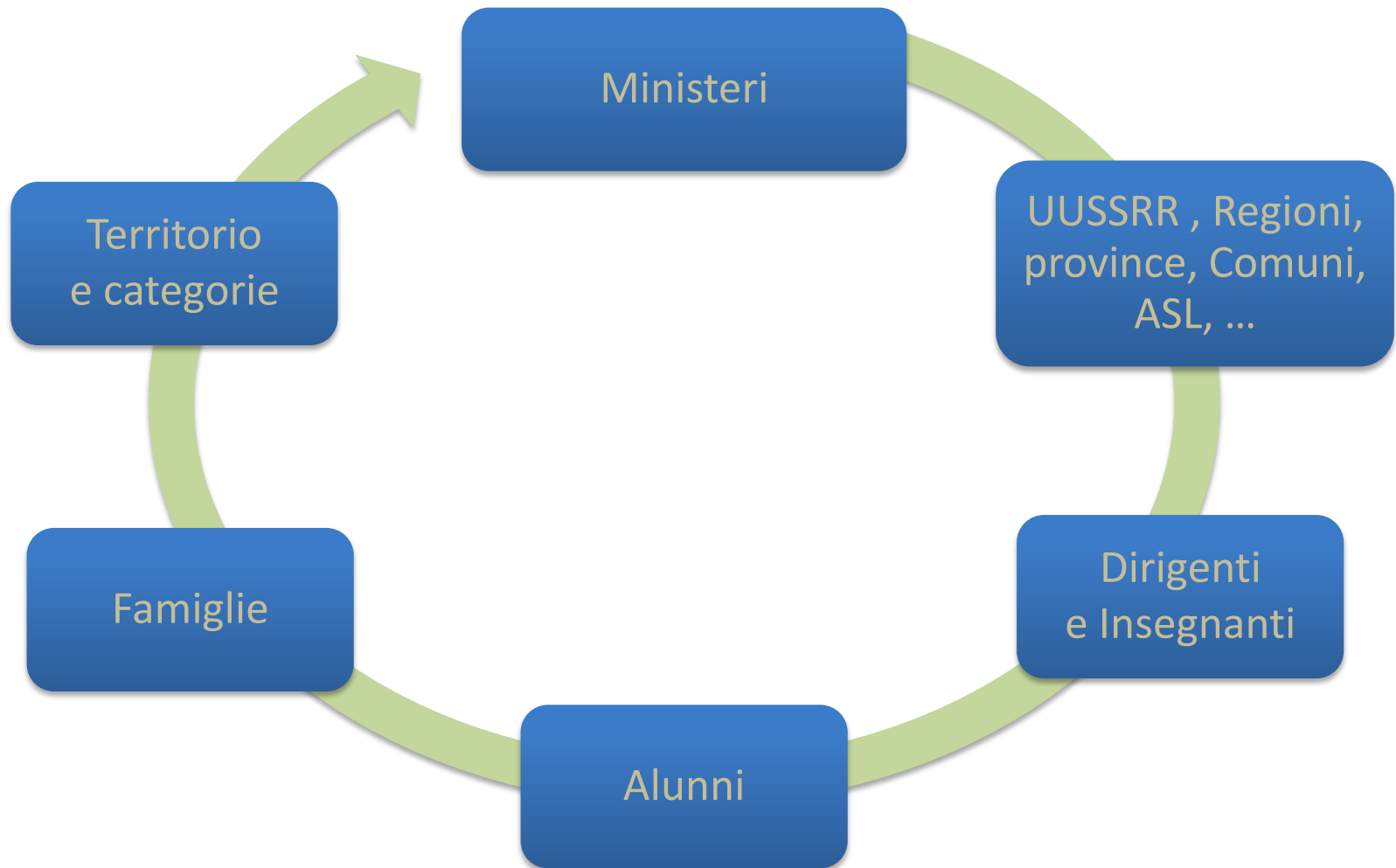
LIVELLI DI EVIDENZA PER SOVRAPPESO E OBESITA'

Effetto protettivo	<i>Livello di evidenza</i>	Incremento del rischio	<i>Livello di evidenza</i>	Nessuna relazione	<i>Livello di evidenza</i>
• Svolgimento regolare di attività fisica	+++	• Stile di vita sedentario	+++	• Contenuto proteico della dieta	+
• Regimi alimentari ad elevato contenuto in fibra	+++	• Regimi alimentari con alimenti ad elevata densità energetica	+++		
• Promozione di un'alimentazione equilibrata nei bambini sia in ambito scolastico che a casa	++	• Basso livello socio-economico nei soggetti di sesso femminile	++		
• Consumo di alimenti a basso indice glicemico	+	• Consumo di bevande zuccherate e succhi di frutta	++		
• Allattamento al seno	+	• Frequente consumo di pasti fuori casa	+		
• Aumento del numero giornaliero dei pasti	0	• Controllo dell'assunzione calorica, seguita da periodi di disinibizione	+		
		• Consumo di bevande alcoliche	0		

Continuità nel **tempo** e nello spazio nell'erogazione degli interventi: dal pre-scuola all'università



Verso un'educazione alimentare multi-stakeholder



*Come promuovere
corretti stili di vita nei
bambini – ragazzi?*

A CURA DI:

Francesco Lattanzi *Responsabile Servizio IAN **
Daniela Sorbelli *Servizio IAN**
Deborah Cesaroni *Servizio IAN**
Francesco Cardinalini *Servizio IAN**
Piero Macellari *Servizio IAOA**
Antonio Cardona *Responsabile U.O.C. Pediatria e Neonatologia*
Umberto Lazzerini *Pediatra di Libera Scelta*
Maria Pia Angellotti *Responsabile Sezione Regionale ANDID.....*
Angela Maurizi *Università degli Studi di Perugia*
Roberto Coli *Specialista in Scienza dell'alimentazione*
Massimo Infarinati *Chef Università dei Sapori*

Hanno collaborato all'elaborazione delle tabelle dietetiche:

Myriam Biondi *Dietista*
Giulia Della Bina *Dietista*
Lucia Taragnoloni *Biologa Nutrizionista*

*** *Dipartimento di Prevenzione USL Umbria1***

PRESENTAZIONE

Linee d'indirizzo per la ristorazione scolastica, destinatari e finalità

Contesto di riferimento: Risultati di "Okkio alla salute" 2012

Funzioni e competenze

1. ASPETTI NUTRIZIONALI

1.1 Apporti Giornalieri di Riferimento per l'età evolutiva

1.2 Indicazioni per i nidi d'infanzia

1.3 Criteri di formulazione dei menù e delle tabelle dietetiche per la ristorazione scolastica degli asili nido, delle scuole dell'infanzia, primarie e secondarie

1.4 Frequenze alimentari nella Ristorazione Scolastica

2. TABELLE DIETETICHE PER ASILO NIDO, SCUOLA D'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA.

Introduzione

2.1 Menù asilo nido (autunno - inverno) articolato su 8 settimane

2.2 Menù asilo nido (primavera - estate) articolato su 4 settimane

2.3 Menù asilo nido (autunno - inverno) articolato su 5 settimane

2.4 Menù asilo nido (primavera - estate) articolato su 5 settimane

2.5 Menù asilo nido (autunno - inverno) articolato su 12 settimane

2.6 Menù asilo nido (primavera - estate) articolato su 12 settimane

2.7 Menù materna, elementare e media (autunno - inverno) articolato su 5 settimane

2.8 Menù materna, elementare e media (primavera - estate) articolato su 5 settimane

2.9 Menù materna, elementare e media (autunno - inverno) articolato su 12 settimane

2.10 Menù materna, elementare e media (primavera - estate) articolato su 12 settimane

2.11 Metodi di cottura e alcuni consigli pratici

2.12 Ricettario menù base

3. DIETE SPECIALI

4. CONSIGLI NUTRIZIONALI PER I GENITORI

Come costruire pasti sani per la famiglia

5. CAPITOLATI D'APPALTO

5.1 Criteri e indicazioni per la definizione del capitolato

5.2 Indicazioni sulle caratteristiche merceologiche dei prodotti

5.3 Valutazione qualitativa dei menù

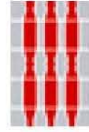
ALLEGATI

1. Calendario stagionale

2. Scheda richiesta dieta speciale

3. Scheda richiesta validazione menù

4. Scheda invio menù adottato per la ristorazione scolastica



Regione Umbria

Giunta Regionale

**LINEE DI INDIRIZZO
PER LA
RISTORAZIONE SCOLASTICA**

MENÙ AUTUNNO-INVERNO 3° settimana

Spuntino ore 10

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(2) Pasta al pomodoro	(7) Minestra di legumi passati	(6) Pasta alle verdure con pomodoro	(16) Pasta e fagioli	(5) Risotto in bianco
(35) Roast beef di maiale	(*) Formaggio morbido	(37) Straccetti di carne bianca	(54) Frittata con prosciutto cotto	(36) Seppie gratinate
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Patate arrosto	(*) Verdura cruda	(*) Piselli in bianco
(*) Pane integrale	(*) Pane comune		(*) Pane integrale	
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

Spuntino ore 16

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Frutta e yogurt bianco	Pane e olio	Schiacciata con noci	Dolce artigianale	Pane e prosciutto

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdure Pesce, Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico a base di pasta ripiena Contorno, Pane Frutta	Pizza al piatto Contorno crudo, Frutta	Primo piatto con verdure Salumi Contorno, Pane, Frutta

2.7 - MENÙ MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA
Articolato su 5 settimane

MENÙ AUTUNNO – INVERNO 1° settimana

Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane con olio	Schiacciata rosmarino	Yogurt alla Frutta + fette biscottate	Dolce artigianale	Pane e marmellata

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8) Orzo con verdure	(13) Pasta olio e salvia con cannellini	(8) Risotto con verdure	(2) Pasta al pomodoro	(6) Pasta al ragù di verdure
(*) Prosciutto crudo	(38) Frittata con verdure	(42) Fesa di tacchino al forno	(*) Mozzarelline o Formaggio morbido	(55) Pesce alla mugnaia
(*) Patate lesse	(*) Verdura cotta	(*) Piselli in bianco	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda
	(*) Pane integrale		(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Pesce Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pesto Carne rossa Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in in bianco Croستino con mozzarella e verdura Frutta	Piatto unico con Legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure (Minestra) Carne bianca Contorno, Pane, Frutta

2 - RICETTARIO MENÙ BASE E METODI DI PREPARAZIONE

	Nido	Materna	Elementari	Medie
n.1 Cereali con piselli				
Riso brillato/Pasta/Orzo/Farro	40/50 g	50/60 g	70/80 g	80/90 g
Piselli freschi o surgelati	20 g	30 g	40 g	50 g
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
n.2 Pasta al pomodoro - Pasta alla marinara - Pasta fredda con pomodoro e olive				
Pasta di semola/ Tagliatelle secche all'uovo	40/50 g	50/60 g	70/80 g	80/90 g
Passata di pomodoro – pomodori freschi	20 g	30 g	50 g	50 g
Sedano, carota, cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
(Origano, basilico)	10 g	10 g	15 g	15 g
Olive	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
n.3 Crema di verdure e orzo/riso				
Orzo, riso	20 g	30 g	40 g	40 g
Carote, patate, bietola, sedano, cipolla, zucchina	70/80 g	110 g	130 g	170 g
Latte	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
n.4 Gnocchi al ragù				
Gnocchi di patate freschi	100 g	120 g	160 g	180 g
Passata di pomodoro	20 g	30 g	50 g	50 g
Macinato di vitello	10 g	10 g	10 g	15 g
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
n.5 Risotto/Orzo/Pasta in bianco/Aglio e olio/Limone				
Riso brillato/Pasta di Semola/Orzo	40 g	50 g	70 g	80 g
Parmigiano	5/8 g	10 g	10 g	10 g
Olio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Zafferano/salvia/buccia di limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
(Pane grattugiato)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
n.6 Pasta con verdure - Pasta con piselli – Pasta con ragù di verdure – Pasta fredda con verdure				
Pasta di semola	40/50 g	50/60 g	70/80 g	80/90 g
Verdure fresche di stagione	30 g	30 g	40 g	50 g
Sedano, Carota, Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
(Passata di pomodoro facoltativa)	20 g	30 g	50 g	50 g
Piselli	20 g	30 g	40 g	50 g

COMUNE DI PERUGIA

servizi educativi per la prima infanzia (asili nidi) : 758 bambini-

-16 strutture tutte con cucina interna e quindi preparazione in loco dei pasti, approvvigionamento curato dal comune di Perugia;

- scuole dell'infanzia e n.3 scuole primarie a tempo pieno : n. 4400 bambini-

-n. 60 scuole infanzia e n. 3 scuole primarie servite dalla mensa di cui:

-n. 42 scuole a gestione esternalizzata di cui n. 10 poli (sono scuole che hanno la cucina che lavora sia per la scuola che per i terminali) che cucinano anche per n. 28 terminali e n. 4 cucine singole; in queste scuole gli approvvigionamenti sono gestiti direttamente dalle associazioni dei genitori; sono coinvolte tre aziende per il confezionamento dei pranzi.

-n. 8 scuole esternalizzate che fanno riferimento ad un unico punto di confezionamento pasti (esterno alle scuole) in cui anche l'approvvigionamento è affidato al gestore.

-n. 13 scuole a gestione diretta del Comune di cui n.3 scuole sono poli e coprono n. 8 terminali e ci sono inoltre n. 2 sc.infanzia singole.

Area	6 m - 13 aa	2/3	6 m - 6 aa	2/3
Intera USL Umbria 1	59.040	44.280	22.081	16.561
Ex USL 2 dell'Umbria	44.211	33.158	16.566	12.425
Trasimeno	6.620	4.965	2.454	1.841

Scheda di rilevamento qualità del pasto: *scheda di sopralluogo*

Operatori: _____

Scuola _____ Comune di _____ Data sopralluogo _____ dalle ore _____ alle _____

N. Utenti pasto _____ ditta _____ N. diete speciali _____ tipo _____

Menù validato dal SIAN: si no Menù esposto si no Estratto dalla LGR si no

Appetibilità e gradimento. Specificare il piatto del giorno e barrare la casella interessata

Il menù comprende lo spuntino si no

Osservazioni: _____

<u>PRIMO PIATTO</u>		<u>SECONDO PIATTO</u>		<u>PIATTO UNICO</u>		<u>CONTORNO</u>		<u>PANE</u>		<u>FRUTTA</u>		<u>DESSERT</u>	
Si	NO	Si	NO	Si	NO	Si	NO	Si	NO	Si	NO	Si	NO
accettato		accettato		accettato		accettato		accettato		accettato		accettato	
Accettato in parte		Accettato in parte		Accettato in parte		Accettato in parte		Accettato in parte		Accettato in parte		Accettato in parte	
rifiutato		rifiutato		rifiutato		rifiutato		rifiutato		rifiutato		rifiutato	

Corrispondenza al menù

Rispetto delle grammature secondo la tabella dietetica per fascia di età

Viene servito il bis

Legenda: accettato (consumato, anche parzialmente, da $\frac{2}{3}$ dei bambini), accettato in parte (consumato, anche parzialmente da $\frac{1}{4}$ a $\frac{3}{4}$), rifiutato (consumato, anche parzialmente, da meno di $\frac{1}{4}$ dei bambini)

Chi decide le porzioni addetti alla distribuzione alunni insegnanti

Conosce le grammature per fascia di età si no

Osservazioni _____

Rispetto dei tempi di consegna e somministrazione dei cibi (pasti veicolati)

N° pasti serviti: _____

Pasti preparati dal centro cottura di: _____

Orario di arrivo dei pasti: _____

Orario distribuzione dei pasti: _____

Osservazioni: _____

Sistema di distribuzione: servizio al tavolo self servicen° di addetti alla refezione: n° sufficiente n° insufficiente

Osservazioni: _____

Tempo dedicato al consumo del pasto: sufficiente non sufficiente (< 30')

Numero di bambini per tavolo: _____

Locale di refezioneSpazio del refettorio: adeguato non adeguatoRumorosità: accettabile non accettabileLuminosità: accettabile non accettabile

Presenza di materiale educativo in tema nutrizionale (poster)

 si no

Presenza delle insegnanti al tavolo dei bambini

 si no

Ruolo attivo dei bambini durante il servizio

 si no

(*apparecchiano, sparecchiano, fanno la raccolta differenziata...)

Qualità sensoriale dei cibi

<u>Preparazione del piatto</u>	Primo piatto	secondo piatto	Piatto unico	contorno	pane	frutta	dolce
ASPETTO							
ODORE							
SAPORE							
TEMPERATURA							

VALUTARE DANDO UN PUNTEGGIO DA 1 A 4 (1 insufficiente, 2 accettabile, 3 buono, 4 ottimo)

Osservazioni _____

Firma operatori asl _____

firma addetti mensa _____