

## **Merende salutari gratuite per i bambini a Pian di Massiano**

*Nell'ambito del festival **Figuratevi dal 26 al 28 agosto** un'iniziativa a cura della **USL 1**, in collaborazione con **Coldiretti Umbria** e **Istituto Alberghiero di Assisi**, per aumentare il consumo di frutta e verdura nei bambini in età scolare e contrastare obesità e sovrappeso*

Perugia, 26 agosto 2016 – In occasione del festival **“Figuratevi... di essere bambini”** che si svolge dal **26 al 28 agosto 2016** nel **percorso verde di Pian di Massiano**, il **dipartimento di Prevenzione e il servizio IAN** (Igiene degli alimenti e della nutrizione) della **USL Umbria 1**, in collaborazione con **Coldiretti Umbria** e **l'Istituto Alberghiero di Assisi**, propongono **merende salutari per tutti**. Nel corso di laboratori dedicati ai bambini sulle tematiche dell'educazione alimentare organizzati da alcune fattorie didattiche, è possibile **degustare gratuitamente frutta fresca, frullati e centrifugati** di frutta e verdura proveniente esclusivamente dalle aziende agricole del territorio aderenti al progetto Campagna Amica di Coldiretti Umbria. L'obiettivo è cercare una continuità nelle azioni volte a contrastare la diffusione di sovrappeso e obesità nei giovani, salvaguardando anche la loro salute da adulti. E' ormai noto, infatti, che l'adozione di una dieta scorretta è correlata ad un aumento della suscettibilità alle malattie cardiovascolari, al diabete, ad una immunità ridotta nonché ad una maggiore possibilità di sviluppare obesità.

**I più recenti dati regionali** sulla diffusione del sovrappeso e dell'obesità in bambini della 3° classe primaria (8-9 anni) riportano un **eccesso ponderale nel 32,8 per cento** del campione esaminato; di questi il **22,8 per cento dei bambini è in sovrappeso, l'8 per cento è obeso e il 2 per cento è già affetto da obesità severa**. A questo fenomeno si aggiunge la **manca di consapevolezza da parte dei genitori** sullo stato di sovrappeso/obesità del proprio figlio: nella nostra regione il **56% delle madri di bambini sovrappeso e l'11 per cento delle madri di bambini obesi ritiene che il proprio figlio sia normopeso o sottopeso**. Inoltre, le rilevazioni del Sistema di Sorveglianza Nazionale **“OKkio alla SALUTE” 2014** evidenziano che in Umbria **solo il 42% dei bambini consuma la frutta 2-3 al giorno e il 23 per cento una sola porzione; per il consumo di verdura il dato si abbassa ulteriormente e cioè solo il 21 per cento consuma verdura 2-3 volte al giorno, il 30 per cento una sola porzione**.

**Il dipartimento di Prevenzione della USL Umbria 1 ringrazia la Coldiretti e Campagna Amica per la fornitura delle materie prime, gli allievi dell'Istituto Alberghiero di Assisi che con grande professionalità prepareranno le squisite merende, Emilio Sabbatini, docente all'Università dei Sapori, e lo chef Gabriele Faina.**

**I DATI NAZIONALI.** *In Italia nel 2014 il 25% dei genitori (nel 2012 era il 22%) ha dichiarato che i propri figli non consumano quotidianamente frutta e/o verdura; solo l'8% dei bambini raggiunge le cinque o più porzioni giornaliere consigliate nelle linee guida sulla sana alimentazione (INRAN 11 agosto 2015). Il basso consumo riguarda maggiormente la verdura, infatti il 7% dei bambini non consuma mai la verdura e il 3% mai la frutta. La frutta viene consumata prevalentemente “2-3 volte al dì” nel 38% dei casi e la verdura “qualche volta a settimana”.*

.....  
Ufficio stampa TGC Eventi | Monia Rossi 333.2991700 | [ufficiostampa@tgceventi.it](mailto:ufficiostampa@tgceventi.it)