

Al Cirfood district La ricerca sull'alimentazione sana



«Come far mangiare verdure ai bambini»

► «La nutrizione di qualità nei bambini è un obiettivo che può essere perseguito solo con la collaborazione di famiglie, aziende della ristorazione collettiva e legislatore». Lo afferma Michele Antonio Fino, docente all'Università di Scienze gastronomiche di Pollenzo, che oggi presenta al Cirfood district una ricerca su bambini e alimentazione sana.

► **Della Porta** a pag.12



I bambini
a tavola

di Jacopo Della Porta

Oggi la presentazione dei risultati della ricerca "Nourishing School" «Per educare serve alleanza tra famiglia, mense e istituzioni»

«Alimentazione sana: serve piano nazionale per i bimbi»

Reggio Emilia Gli anni in cui si forma il gusto alimentare dei bambini sono quelli compresi tra la prima e la seconda elementare. Mentre in quarta e in quinta le preferenze sono già molto strutturate. Pertanto, se vogliamo che i nostri figli abbiano corretti stili alimentari non c'è tempo da perdere e bisogna intervenire quando la propensione alla sperimentazione è maggiore, perché con il passare del tempo i bambini sviluppano una fobia delle cose nuove e diventano più schizzinosi.

Queste sono alcune delle considerazioni che emergono dalla ricerca "Nourishing School", realizzata dall'Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo, con la collaborazione di Milano Food Policy e il supporto tecnico di Cirfood, i cui esiti saranno presentati oggi dalle 10 presso il Cirfood District di via Nobel a Reggio Emilia.

Si tratta di una grande rilevazione demoscopica (oltre duemila questionari distribuiti a genitori e bambini) condotta per capire come sia cambiato il rapporto con il cibo dei minori e delle famiglie durante e dopo la pandemia di Covid19.

«Dalla ricerca emerge chiaramente che la nutrizione di qualità nei bambini è un obiettivo che può essere perseguito solo con la collaborazione di famiglie, aziende della ristorazione collettiva e legislatore: è tutto collegato. Oggi, però, questi soggetti non lavorano in sinergia e questo problema



Michele Antonio Fino
Professore associato di fondamenti del diritto europeo nell'università di Pollenzo

affonda le radici nella mancanza di una cultura alimentare ampia nel paese» dice Michele Antonio Fino, docente all'Università di Scienze gastronomiche di Pollenzo.

Lo studio ha fornito molti spunti interessanti. Ha evidenziato che gli alunni che sono abituati a mangiare in mensa sprecano meno rispetto a chi ci va soltanto saltuariamente. Inoltre, ha confermato l'importanza della famiglia nei corretti stili alimentari. Se in casa si consumano molti vegetali, i bambini non li sprecano, invece se tra le mura domestiche si consuma un eccesso di proteine animali gli alunni non consumano la verdura.

Lo studio fa emergere diverse criticità. L'apporto di proteine dovrebbe essere fornito prima di tutto dai vegetali, in seconda battuta da uova e pesce e solo in terza dalla carne. Ma spesso non è affatto così.

La ricerca è stata avviata nel periodo della pandemia e ha analizzato gli stili alimentari durante e dopo l'emergenza Covid. Uno degli aspetti osservati è stato un aumento del consumo del cibo cosiddetto spazzatura nel periodo del confinamento domestico.

I questionari hanno evidenziato in modo chiaro la necessità imprescindibile di una diffusa opera educativa, a più livelli, che permetta agli adulti di comprendeere

Oggi a Reggio al Cirfood District saranno presentati i risultati della ricerca "Nourishing School"

re le sfide a lungo termine inevitabilmente connesse con il mangiar sano dei bambini.

Nourishing School è un progetto che fotografa la situazione alimentare dei bambini, negli anni della pandemia, concentrandosi sull'età della scuola primaria a livello nazionale.

I questionari sono stati distribuiti in Lombardia, Veneto, Emilia-Romagna, Toscana, Umbria, Marche, Lazio e Campania, concentrandosi sulla scuola primaria e sui genitori dei giovani

Tra i 6 e gli 8 anni si forma il gusto e dunque si deve promuovere subito la corretta alimentazione

alunni.

In particolare, le realtà di Salerno, Ladispoli, Firenze, Perugia, San Marcello di Ancona, Vigo di Legnago, Formigine, Cinisello Balsamo e Milano hanno composto un quadro corrispondente alla diffusione della ristorazione scolastica.

Il Cirfood District, che ospita l'evento di oggi, sarà sede anche della Summer School "Innovazione e strategia dell'impresa agroalimentare" promossa dall'Università di Pollenzo insieme all'Università di Parma dal 17 al 21 luglio (le iscrizioni sono ancora aperte, maggiori informazioni si possono consultare sul sito di Cirfood).

© RIPRODUZIONE RISERVATA