

Assaggia e osserva per il consumo consapevole nella scuola

Taste and watch for an aware food consumption in the school

Emilia Guberti*, Monica Negosanti*, Chiara Rizzoli*, Elena Aprile*, Alessandro Lubisco** Rossella Sacchetti***

* *Unità Operativa Complessa Igiene Alimenti e Nutrizione Dipartimento di Sanità pubblica, Azienda USL di Bologna*

** *Dipartimento di Scienze Statistiche “Paolo Fortunati”, Università di Bologna*

*** *Dipartimento di Scienze dell’Educazione “Giovanni Maria Bertin”, Università di Bologna*

Parole chiave: ristorazione scolastica, scarti alimentari, progettazione partecipata, educazione alimentare

RIASSUNTO

Obiettivi: verificare i consumi della mensa scolastica e il gradimento delle diverse preparazioni da parte degli alunni, favorendo negli stessi una maggiore consapevolezza sul cibo consumato/scartato anche in relazione al consumo della prima colazione e dello spuntino di metà mattina; testare strumenti e modalità di gradimento e scarti della mensa scolastica utili a sviluppare strategie efficaci di gestione e di educazione mirate alla prevenzione o riduzione degli scarti.

Metodi: l’istanza di alcuni genitori preoccupati degli ingenti scarti alimentari della ristorazione scolastica ha dato luogo ad una progettazione partecipata che ha visto l’attiva collaborazione fra asse sanitario (SIAN Azienda USL di Bologna), asse educativo (Scuola, Università) e asse sociale (genitori delle classi coinvolte, ditta di ristorazione scolastica e amministrazione locale). Sono stati predisposti due questionari: uno relativo al gradimento ed al consumo dei pasti somministrati e l’altro relativo al consumo della prima colazione e dello spuntino di metà mattina. Fra marzo e maggio 2015 un centinaio di bambini di 3° e 4° classi primarie di due scuole di Bologna, hanno compilato a fine pasto i questionari con il supporto degli insegnanti e delle dietiste dell’UO Igiene Alimenti e Nutrizione in veste di osservatori. Pane e frutta avanzati ed ancora edibili, erano invece destinati alla merenda pomeridiana o al recupero a fini benefici. Le tappe del progetto sono state documentate con un video che testimonia il coinvolgimento dei protagonisti. I risultati elaborati sono stati riportati ai partecipanti al progetto per una riflessione condivisa che ha portato all’avvio di una progettazione per i successivi anni scolastici.

Risultati: in oltre 30 giorni di rilevazione sono stati esaminati 2069 profili alimentari (colazione, merenda mattutina e pranzo). È emerso che mediamente sono stati consumati circa i tre quarti dei primi e dei secondi piatti, mentre il consumo di contorni, pane e frutta è stato di circa la metà. Chi fa una colazione e/o uno spuntino adeguato mediamente ha un consumo maggiore sia del primo che del secondo ma anche di contorno e frutta. Di particolare interesse alcune differenze registrate nelle due scuole interessate dal progetto. In una delle due scuole si è registrato un consumo dei pasti (così come della prima colazione e degli spuntini adeguati) nettamente superiore rispetto all’altra arrivando ad essere quasi il doppio per il contorno (76 vs 43%) e la frutta (64 vs 38%). Lo stile educativo degli insegnanti durante il consumo del pasto, più partecipe ed autorevole, sembra alla base di tale differenza registrata in scuole analoghe per contesto ambientale e socio economico.

Conclusioni: i questionari utilizzati sono risultati semplici e ben accetti dai bambini che hanno partecipato con molto impegno; renderli protagonisti attivi diplomandoli “piccoli assaggiatori” è stato un punto di forza del progetto. Il

progetto ha consentito di far toccare con mano ai diversi protagonisti (educatori, ragazzi, genitori, ristorazione scolastica, ente locale ed ASL) i fattori che condizionano gradimento e scarti della ristorazione scolastica. Si è deciso di proseguire con la progettazione partecipata fra le diverse componenti (educativa, sanitaria e sociale) ed è in fase di avanzata realizzazione un progetto diretto a tutte le scuole del Comune di Bologna teso a favorire il consumo di spuntini adeguati anche attraverso l'offerta sistematica della frutta come spuntino e a realizzare un sistema di monitoraggio degli scarti utile a orientare gli interventi di educazione alimentare e l'offerta della ristorazione scolastica sempre più impegnata a conciliare menù salutari e gradimento degli utenti.

Key words: scholastic foodservice, food waste, joint planning, nutritional education.

SUMMARY

Objectives: monitor school meals and students' appreciation of the different food preparations, promoting their awareness about food use/waste, also in relationship with breakfast and morning snacks. Test tools, determine approval rating, and measure food waste in school canteens in order to develop effective strategies for management and education about prevention or reduction of food waste.

Methods: a movement started by parents and teachers, who were worried about excessive food waste in schools, saw the development of an active collaboration between healthcare (SIAN, Bologna's USL Agency), education (school) and society (parents of the involved classes, company for the scholastic foodservice and local administration). Two questionnaires were prepared, one about the appreciation and consumption of provided meals, and the other about the consumption of breakfast and morning snacks. Between March and May in 2015, a hundred 3rd and 4th grade children filled out the questionnaires at the end of the provided meal, with the help of teachers and UO Hygiene Food and Nutrition' dietitians as observers. Leftover bread and fruits that were still edible were used as afternoon snacks or rescued for charity. Each phase of the project was recorded on videotape in order to prove the main involvement of all parties mentioned. The analyzed results were reported to all the participants of the project and were discussed jointly, beginning the planning for following school years.

Results: during more than 30 days, 2069 nutritional profiles were examined (breakfast, morning snack, and lunch). From these data, it could be seen that about $\frac{3}{4}$ of the first and the second courses were eaten, while side dishes', breads', and fruits', consumption was at about half. Those who had a proper breakfast and/or morning snack ate, on average, a greater quantity of first and second dishes, and also side dishes and fruits. Interestingly, some differences emerged between the two schools involved in the project. In one of the two schools a significantly higher meal consumption (as well as breakfast and morning snacks) was recorded, reaching a two-fold difference for both second dishes (80% vs 40%) and fruits (70% vs 35%). The active and authoritative teaching style of teachers during meals seems to be the basis for the observed difference between schools with equal socioeconomic status.

Conclusions: the questionnaires used turned out to be simple and well accepted by the children, who participated with enthusiasm. A strong point of the project was making them active parts of the process and awarding them with the title of "little tasters". The project allowed all the participants (teachers, students, parents, scholastic foodservice, local administration and ASL) to see the factors that impact on the acceptance of food choice, and the waste of uneaten food at scholastic foodservices. It has been decided to continue with joint planning between the education, healthcare, and social components, and a project for all the schools of Bologna is now at an advanced stage of planning. This project aims to promote the consumption of proper snacks, by offering fruits as a snack, and to create a system to monitor food waste that can be useful to guide both nutritional education interventions, and food choices offered by scholastic foodservices, which are focusing more and more on reaching a balance between offering healthy food and maximizing customer satisfaction.