

NUTRIRSI CON "SAPIENZA"

GLI STUDENTI DELL'ISTITUTO ALBERGHIERO DI LADISPOLI PARTECIPANO AL CONVEGNO SULL'EDUCAZIONE ALIMENTARE ORGANIZZATO ALL'UNIVERSITA' "LA SAPIENZA" DAL G.O.N.G. (GRUPPO ORIENTAMENTO NUTRIZIONE GIOVANI)

Molti i temi sul tavolo dei relatori, lunedì 20 marzo, nell'Aula Magna del Rettorato dell'Università "La Sapienza" di Roma, per il convegno organizzato dal G.O.N.G., il Gruppo Orientamento Nutrizione Giovani. Fra i presenti, anche alcuni allievi dell'Istituto Alberghiero di Ladispoli, accompagnati dalla docente di Scienza e Cultura dell'Alimentazione Prof.ssa Rosa Gozzolino.

Coordinato dal Prof. Alessandro Pinto, il 'Gong' riprende le sue attività a servizio degli studenti, dei professori e di tutto il personale universitario. Ma non solo.

Nato per iniziativa della Prof.ssa Anna Patti, presso il Dipartimento di Scienze di Sanità Pubblica e Malattie Infettive, il 'Gong' ha spostato da quest'anno la sua sede presso l'Unità di Ricerca in Scienze dell'Alimentazione e Nutrizione Umana del Dipartimento di Medicina Sperimentale. "La finalità del 'Gong' – spiegano i suoi coordinatori – è quella di promuovere negli ambienti di studio e di lavoro un corretto stile di vita, basato su una sana alimentazione ed un'attività fisica regolare". "Applicando, sperimentando e verificando sul campo le indicazioni dei principali programmi istituzionali nel settore della salute e, in particolare, dell'alimentazione, il 'Gong' vuole essere uno strumento di monitoraggio e di innovazione, che attraverso il dialogo con le Istituzioni si propone di divenire un concreto punto di riferimento, nell'ambito dell'Educazione Alimentare".

Allarmanti i dati riguardanti la diffusione delle patologie croniche e dei disturbi legati ad un'alimentazione scorretta: nel Lazio queste malattie coinvolgono oltre 211 mila persone, spesso anche bambini e pre-adolescenti. 17.000 sono i casi di anoressia, 76.000 quelli di bulimia, 117.000 i disturbi da alimentazione incontrollata.

"L'acronimo G.O.N.G. vuole alludere ad una sorta di risveglio della "coscienza alimentare". Il nostro obiettivo, nella pratica didattica quotidiana – ha sottolineato la Prof.ssa Rosa Gozzolino, Docente di Scienza e Cultura dell'Alimentazione dell'Istituto Alberghiero di Ladispoli – è quello di aumentare il livello di consapevolezza degli studenti, in relazione a corretti modelli di consumo, in una società 'veloce', in cui l'alimentazione sta perdendo di vista valori di estrema rilevanza, quali la semplicità e la frugalità. L'importante è favorire, sin dai primi ordini e gradi scolastici, il consumo e la diffusione di alimenti sani, promuovere la prevenzione dell'abuso di alcool e tabacco e indirizzare le industrie alimentari a ridurre il tenore di grassi saturi, zuccheri e sale, soprattutto nei prodotti di consumo di larga diffusione (quali snack e altri cibi confezionati). Il nostro è un Istituto Alberghiero – ha aggiunto la Prof.ssa Gozzolino – quindi l'attenzione ad un corretto rapporto con l'alimentazione e ad un "consumo consapevole" rientra in un articolato percorso curricolare, che riguarda trasversalmente tutte le discipline".

"Il Gong – hanno osservato anche Betty Carlini e Maddalena Monaco, Docenti di Scienza e Cultura dell'Alimentazione dello stesso Istituto, presenti al seminario – è un progetto che vede coinvolte diverse figure, quali psicologi, sociologi, antropologi, medici e nutrizionisti, con lo scopo di promuovere un corretto stile di vita negli ambienti di lavoro, in particolare a scuola e all'Università. È stato molto interessante l'intervento di alcuni studenti del Corso di Laurea in Dietistica, che hanno esposto il progetto dal titolo "Meno consumi più legumi", svolto nella mensa universitaria della "Sapienza", per incentivare e promuovere un maggior consumo di legumi. Potrebbe essere interessante allargare questo progetto anche alle scuole di ogni ordine e grado, per poter sensibilizzare i ragazzi ad un corretto stile di vita in cui sia presente un'attività fisica regolare ed una sana alimentazione".

Di particolare interesse, infatti, nell'ambito del convegno che si è svolto alla "Sapienza", gli interventi riguardanti il cosiddetto "Progetto Ponte" fra Scuola, Università e mondo del lavoro. Pietro Lucisano, Valeria del Balzo, Alessandro Vienna, Giulia Cairella e Daniela Galeone hanno spiegato al pubblico le azioni del Miur in relazione all'educazione alimentare nelle scuole e ai programmi nazionali di prevenzione per la nutrizione in età evolutiva.

"Il GONG – hanno sottolineato i referenti del Gruppo – oltre ad essere un servizio per la Comunità Universitaria della Sapienza, collocandosi come ponte tra il mondo della scuola e quello del lavoro e, in accordo con la *mission* propria di una struttura accademica, orientata alla formazione ed alla ricerca, si configura anche come un progetto *in fieri* basato su diverse tipologie di intervento: realizzazione di percorsi educativi, seminari tematici, produzione e diffusione di materiale informativo, sensibilizzazione sui temi dell'Educazione alla Salute, monitoraggio sullo stato di nutrizione della popolazione studentesca. In particolare, il GONG prevede giornate specificamente dedicate alle Scuole Secondarie Superiori, "Porte aperte alla Sapienza": occasioni imperdibili di formazione e aggiornamento professionale sul tema dell'Educazione Alimentare, declinato in ogni sua forma.

Prossimi appuntamenti alla Sapienza il 23 marzo ("Come orientarsi sulla via del sale fra scienza e falsi miti") e il 2 giugno (Giornata mondiale sui disturbi alimentari).