

DIRIGENTISCUOLA- Di.S.Conf.
ASSOCIAZIONE PROFESSIONALE-SINDACALE
DIRIGENTI AREA ISTRUZIONE E RICERCA
CONFEDERATI CODIRP



LA PREVENZIONE DELL'OBESITA' TRA DIRITTO E SCIENZA MEDICA

PREVENZIONE ATTRAVERSO CORSI SPECIFICI: DEFINIRE I RUOLI E LE COMPETENZE, IL CHI FARA' COSA

PREMESSA

Ci vorrebbero ore per definire ruoli e competenze.

In 10 minuti posso solo procedere per concetti in forma sintetica, ovvero per pillole.

In premessa dobbiamo tenere presente concetti e prerequisiti che valgono per qualsiasi argomento formativo:

- 1- L'essere umano è un prodotto di cultura. Non nasce e cresce predefinito. Ergo va formato.
- 2- Perché agisce per come pensa e pensa per come è formato.
- 3- Nei primi cinque anni il bambino, scienza insegna, apprende circa il 50% di quello che apprenderà in tutto il resto della vita.
- 4- La prima formazione avviene in famiglia.
- 5- La nostra società avanzata organizza corsi di tutti i generi: pre parto, post parto, allattamento, ecc... ma non corsi di formazione in senso lato. La maggior parte dei genitori procede nella educazione e formazione per trial and error o per ricordi della propria infanzia, ovvero per apprendimento empirico.
- 6- L'educazione e la formazione richiede sinergia, direbbe mia figlia, come in una orchestra: **l'armonia c'è se ognuno fa la sua parte.**
- 7- Le agenzie formative sono tre: FAMIGLIA – SOCIETA' – SCUOLA.
- 8- Affinché il PRODOTTO sia ottimale le tre agenzie dovrebbero agire in sinergia e questo molto spesso non accade. Lì dove le altre agenzie non sono in sinergia rimane solo la scuola. La scuola come contropotere, scriveva Postum. Ma per potere fungere da contropotere deve avere insegnanti preparati le cui competenze vanno verificate prima di affidare loro dei bambini.
- 9- Ed infine basta con la ricerca. Appliciamo quello che sappiamo. Lo iato tra quello che sappiamo e quello che facciamo è abissale. Passiamo dalle parole ai fatti.

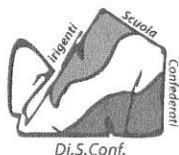
Sede operativa: Via Arenula n. 16 – 00186 - ROMA

Sede Legale e amministrativa: Viale Luigi Pinto n. 87 - 71122 FOGGIA

TELEF/FAX 0881748615 – Cell.: 349 2503243 - C.F. 94086870717

PEC: dirigentiscuola@pec.it - Mail: dirigentiscuola@libero.it - info@dirigentiscuola.org -

Sito: www.dirigentiscuola.org – Canale Telegram: <https://t.me/DirigentiScuola>



DIRIGENTISCUOLA- Di.S.Conf.
ASSOCIAZIONE PROFESSIONALE-SINDACALE
DIRIGENTI AREA ISTRUZIONE E RICERCA
CONFEDERATI CODIRP



Tanto premesso

L'obesità infantile è riconosciuta a livello globale come una delle più gravi sfide di **salute pubblica** del XXI secolo. In Italia, i dati della sorveglianza confermano un'elevata prevalenza di sovrappeso e obesità nella popolazione scolastica, con percentuali significative che si concentrano in particolare nelle regioni meridionali.

Questa condizione non è solo un problema estetico, ma una vera e propria **patologia cronica** a eziologia multifattoriale, che predispone a gravi complicanze fisiche (come diabete di tipo 2, ipertensione e malattie cardiovascolari) e psicosociali che si manifestano in età pediatrica e tendono ad aggravarsi in età adulta.

Di fronte a un fenomeno in gran parte **prevenibile**, l'identificazione di contesti e strategie d'intervento efficaci è **cruciale**.

La **scuola** emerge come un **luogo insostituibile e centrale** per l'apprendimento, non solo di nozioni accademiche, ma anche per lo sviluppo psicofisico complessivo di bambini e ragazzi.

L'ambiente scolastico, per la sua capacità di raggiungere in modo sistematico un'ampia fascia di popolazione, indipendentemente dal contesto socio-economico, detiene un **ruolo strategico** nel promuovere e consolidare stili di vita sani: alimentazione corretta e attività fisica regolare.

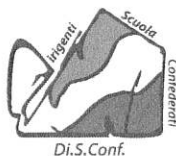
=====

La Scuola va bene organizzata come pilastro dell'educazione sanitaria

La prevenzione dell'obesità infantile a scuola si articola attraverso un approccio **olistico e multidisciplinare** che coinvolge diverse sfere dell'ambiente educativo. Non basta limitarsi all'educazione teorica; è **necessario agire su tre fronti principali**:

-l'educazione alimentare,

Sede operativa: Via Arenula n. 16 – 00186 - ROMA
Sede Legale e amministrativa: Viale Luigi Pinto n. 87 - 71122 FOGGIA
TELEF/FAX 0881748615 – Cell.: 349 2503243 - C.F. 94086870717
PEC: dirigentiscuola@pec.it - Mail: dirigentiscuola@libero.it - info@dirigentiscuola.org -
Sito: www.dirigentiscuola.org – Canale Telegram: <https://t.me/DirigentiScuola>



DIRIGENTISCUOLA- Di.S. Conf.
ASSOCIAZIONE PROFESSIONALE-SINDACALE
DIRIGENTI AREA ISTRUZIONE E RICERCA
CONFEDERATI CODIRP



- la promozione dell'attività fisica
- l'ottimizzazione dell'ambiente scolastico.

=====

1. Interventi di Educazione Alimentare

L'educazione alimentare è il cardine della prevenzione in ambito scolastico. L'obiettivo non è solo **trasmettere nozioni sui nutrienti**, ma favorire la **consapevolezza** e lo sviluppo di un **rapporto sano e positivo** con il cibo.

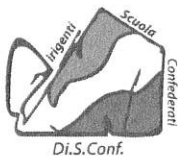
- **Curricoli Integrati:** L'educazione alimentare deve essere integrata nei curricoli in modo **interdisciplinare**. Ad esempio, si possono usare **le scienze per studiare la piramide alimentare**, la **matematica per calcolare le calorie** o **l'arte per creare materiali informativi**.
- **Conoscenza Pratica:** Le iniziative di maggior successo sono quelle orientate alla pratica, come **laboratori di cucina, orti didattici, e collaborazioni con produttori locali per conoscere la stagionalità e la provenienza degli alimenti**. Questo aiuta i bambini a riconoscere e apprezzare il **gusto naturale** degli alimenti freschi.
- **Riconoscimento delle Porzioni:** Una componente fondamentale è l'educazione al **riconoscimento delle porzioni adeguate** per l'età, un aspetto spesso sottovalutato a livello familiare.

2. Promozione dell'attività fisica e dello stile di vita attivo

La riduzione della sedentarietà è altrettanto cruciale. L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) raccomanda almeno **60 minuti al giorno** di attività fisica di intensità **moderata-vigorosa per i soggetti tra i 3 e i 17 anni**. La scuola deve garantire il raggiungimento di questo obiettivo.

- **Potenziamento dell'Educazione Fisica:** L'introduzione di **lezioni obbligatorie aggiuntive** di educazione fisica, specialmente nella **scuola primaria**, è dimostrata essere un intervento efficace nel contrasto all'obesità.

Sede operativa: Via Arenula n. 16 – 00186 - ROMA
Sede Legale e amministrativa: Viale Luigi Pinto n. 87 - 71122 FOGGIA
TELEF/FAX 0881748615 – Cell.: 349 2503243 - C.F. 94086870717
PEC: dirigentiscuola@pec.it - Mail: dirigentiscuola@libero.it - info@dirigentiscuola.org -
Sito: www.dirigentiscuola.org – Canale Telegram: <https://t.me/DirigentiScuola>



DIRIGENTISCUOLA- Di.S.Conf.
ASSOCIAZIONE PROFESSIONALE-SINDACALE
DIRIGENTI AREA ISTRUZIONE E RICERCA
CONFEDERATI CODIRP



- **Attività Fisica Integrata:** Si devono promuovere non solo lezioni strutturate, ma anche **intervalli attivi** e **l'utilizzo delle pause ricreative per il movimento**. Incoraggiare l'uso di mezzi attivi (bicicletta, cammino) per raggiungere la scuola (progetti **Pedibus** e **Bicibus**) promuove uno stile di vita attivo quotidiano.
- **Sviluppo Motorio e Sport:** La scuola deve stimolare i bambini a trovare un'attività motoria organizzata che sia gradita, con una frequenza **di 2-3 volte a settimana**, sviluppando le attitudini individuali.

=====

La Ristorazione scolastica e l'ambiente

Il contesto fisico e normativo scolastico deve essere coerente con i messaggi educativi veicolati in classe, trasformando la scuola in un vero e proprio **ambiente promotore di salute**.

=====

Ristorazione Scolastica come Percorso Educativo

La **mensa scolastica** non è solo un servizio, ma un fondamentale momento educativo... ma le scuole con la mensa si contano sulla punta delle dita!

- **Standard Nutrizionali:** È essenziale l'adozione e il monitoraggio di **linee guida nutrizionali** rigorose per i menu, che garantiscano l'apporto corretto di frutta, verdura (almeno 5 porzioni giornaliere), legumi e riducano l'eccesso di grassi saturi, zuccheri e sale. La **Dieta Mediterranea** è il modello alimentare di riferimento.
- **Qualità del Pranzo:** L'ambiente della mensa deve essere **confortevole** e il momento del pasto gestito dalle insegnanti come un **percorso educativo**, incoraggiando la prova di nuovi cibi e l'assunzione di acqua al posto delle bevande zuccherate.
- **Offerta Alimentare Controllata:** È cruciale regolare l'offerta alimentare negli spazi scolastici, ad esempio **eliminando o limitando i cibi e le bevande non salutari da distributori automatici e bar interni**, e garantendo l'accesso continuo all'**acqua potabile**.

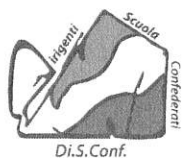
Sede operativa: Via Arenula n. 16 – 00186 - ROMA

Sede Legale e amministrativa: Viale Luigi Pinto n. 87 - 71122 FOGGIA

TELEF/FAX 0881748615 – Cell.: 349 2503243 - C.F. 94086870717

PEC: dirigentiscuola@pec.it - Mail: dirigentiscuola@libero.it - info@dirigentiscuola.org -

Sito: www.dirigentiscuola.org – Canale Telegram: <https://t.me/DirigentiScuola>



DIRIGENTISCUOLA- Di.S.Conf.
ASSOCIAZIONE PROFESSIONALE-SINDACALE
DIRIGENTI AREA ISTRUZIONE E RICERCA
CONFEDERATI CODIRP



=====

Ruolo dei Docenti e del Personale Scolastico

Il personale scolastico, dagli insegnanti ai cuochi, è un **modello di comportamento** e un mediatore fondamentale. È indispensabile dotare i docenti di **strumenti aggiornati** e di una formazione specifica per la gestione e la prevenzione del disagio legato al peso, e per promuovere attivamente gli stili di vita sani.

=====

L'Alleanza con la Famiglia e il Territorio

Sebbene la scuola abbia un ruolo centrale, gli interventi educativi al suo interno **non possono bastare da soli** per sconfiggere l'obesità. Il successo della prevenzione è strettamente legato alla capacità di stabilire una **forte alleanza terapeutica e educativa** con la famiglia e il contesto territoriale.

=====

Il Patto Educativo Scuola-Famiglia

L'obesità infantile è spesso associata a una **scarsa consapevolezza dei genitori** circa l'influenza negativa dell'eccesso di peso sulla salute e sullo sviluppo psicofisico.

- **Coinvolgimento Attivo:** La scuola deve **coinvolgere attivamente i genitori** attraverso incontri, seminari e materiali informativi semplici e comprensibili. È fondamentale superare l'idea del "**bambino in salute come bambino grasso**".
- **Coerenza degli Stili di Vita:** Il patto educativo deve mirare a garantire la **coerenza** tra le abitudini promosse a scuola e quelle praticate in casa (es. consumo della colazione, limitazione del tempo trascorso davanti a schermi – TV/tablet/videogiochi – **a meno di due ore al giorno**, promozione del sonno regolare).

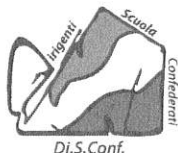
Sede operativa: Via Arenula n. 16 – 00186 - ROMA

Sede Legale e amministrativa: Viale Luigi Pinto n. 87 - 71122 FOGGIA

TELEF/FAX 0881748615 – Cell.: 349 2503243 - C.F. 94086870717

PEC: dirigentiscuola@pec.it - Mail: dirigentiscuola@libero.it - info@dirigentiscuola.org -

Sito: www.dirigentiscuola.org – Canale Telegram: <https://t.me/DirigentiScuola>



DIRIGENTISCUOLA- Di.S.Conf.
ASSOCIAZIONE PROFESSIONALE-SINDACALE
DIRIGENTI AREA ISTRUZIONE E RICERCA
CONFEDERATI CODIRP



- **Feedback e Monitoraggio:** La misurazione periodica del peso e dell'altezza (ad esempio tramite i progetti di sorveglianza) con un **feedback riservato e non stigmatizzante** ai genitori dei bambini in sovrappeso o obesi, è uno strumento utile per incoraggiare la ricerca di un percorso di stile di vita controllato.

=====

Conclusioni e prospettive future

La lotta all'obesità infantile richiede un **investimento strutturale e normativo** che riconosca la scuola come agente primario del cambiamento culturale e sanitario.

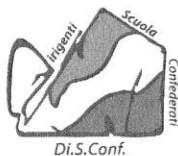
La recente legislazione in Italia che pone la scuola al centro della prevenzione dell'obesità è un passo significativo, orientato alla promozione di comportamenti sani, all'introduzione di programmi motori e all'adozione di regole alimentari nelle mense e negli spazi ricreativi.

Tuttavia, gli studi internazionali e i dati sul campo suggeriscono che l'efficacia a lungo termine degli interventi scolastici è massimizzata solo quando questi sono **ampi, intensivi e coinvolgono in modo sinergico** la comunità, la famiglia e i servizi sanitari.

La prospettiva futura è quella di consolidare la scuola come "**Health Promoting School**", un ambiente che non solo insegna la salute ma la vive e la promuove attivamente in ogni suo aspetto, garantendo ai bambini e ai ragazzi un equo accesso alle opportunità per uno sviluppo psicofisico ottimale, riducendo le disparità sociali e territoriali che troppo spesso si riflettono sul peso corporeo.

=====

Sede operativa: Via Arenula n. 16 – 00186 - ROMA
Sede Legale e amministrativa: Viale Luigi Pinto n. 87 - 71122 FOGGIA
TELEF/FAX 0881748615 – Cell.: 349 2503243 - C.F. 94086870717
PEC: dirigentiscuola@pec.it - Mail: dirigentiscuola@libero.it - info@dirigentiscuola.org -
Sito: www.dirigentiscuola.org – Canale Telegram: <https://t.me/DirigentiScuola>



DIRIGENTISCUOLA- Di.S.Conf.
ASSOCIAZIONE PROFESSIONALE-SINDACALE
DIRIGENTI AREA ISTRUZIONE E RICERCA
CONFEDERATI CODIRP



La **recente legislazione** in Italia che pone la scuola al centro della prevenzione dell'obesità è la **Legge n. 149 del 3 ottobre 2025** (originata dal DDL A.C. 741 ed abb.), riguardante le **"Disposizioni per la prevenzione e la cura dell'obesità"**.

Questa legge, entrata in vigore il 24 ottobre 2025, è significativa poiché:

- **Riconosce l'obesità** ufficialmente come **malattia cronica, progressiva e recidivante** a livello nazionale (l'Italia è il primo Paese al mondo a farlo con una legge organica).
- Definisce la **prevenzione dell'obesità a scuola** come uno degli assi portanti della strategia nazionale.
- Prevede un **ruolo attivo per gli istituti** di ogni ordine e grado nella promozione di stili di vita sani.

Gli interventi previsti dalla Legge n. 149/2025 in ambito scolastico si concentrano su un **approccio educativo integrato** e includono:

- **Educazione Alimentare:**
 - Promozione della conoscenza dei principi base dell'**alimentazione corretta**.
 - Educazione al riconoscimento delle **porzioni adeguate**.
 - Sensibilizzazione sulle conseguenze di abitudini errate.
- **Attività Motoria e Sport:**
 - **Incremento dell'attività motoria** per contrastare la sedentarietà, anche attraverso la riformulazione dell'offerta sportiva scolastica.
- **Inclusione e Contrasto allo Stigma:**
 - Misure per **facilitare la piena partecipazione** degli studenti con obesità alle attività scolastiche, sportive e sociali, riducendo fattori di esclusione, discriminazione e **bullismo** (*body shaming*).
- **Formazione:**
 - Coinvolgimento dei docenti e del personale scolastico in **attività formative** per promuovere stili di vita sani e gestire il disagio.

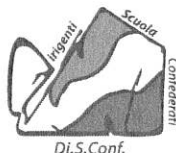
Sede operativa: Via Arenula n. 16 – 00186 - ROMA

Sede Legale e amministrativa: Viale Luigi Pinto n. 87 - 71122 FOGGIA

TELEF/FAX 0881748615 – Cell.: 349 2503243 - C.F. 94086870717

PEC: dirigentiscuola@pec.it - Mail: dirigentiscuola@libero.it - info@dirigentiscuola.org -

Sito: www.dirigentiscuola.org – Canale Telegram: <https://t.me/DirigentiScuola>



DIRIGENTISCUOLA- Di.S.Conf.
ASSOCIAZIONE PROFESSIONALE-SINDACALE
DIRIGENTI AREA ISTRUZIONE E RICERCA
CONFEDERATI CODIRP



L'obiettivo generale è la riduzione del tasso di sovrappeso e obesità nella popolazione scolastica e la diffusione di una **cultura della salute** condivisa tra scuola, famiglia e territorio.

Assolutamente! La **Legge n. 149 del 3 ottobre 2025** (Disposizioni per la prevenzione e la cura dell'obesità) mette in campo una serie di misure specifiche che rendono l'educazione alimentare un pilastro della strategia scolastica.

Ho riportato in una tabella i dettagli specifici sulle iniziative di educazione alimentare previste dalla legge per le scuole. Tabella che consegno agli organizzatori perché il mio tempo è scaduto.

Grazie

Misure Specifiche di Educazione Alimentare (Legge 149/2025)

La normativa affida alle istituzioni scolastiche di **ogni ordine e grado** (dalla scuola primaria alla secondaria) un ruolo attivo, in coordinamento con il Ministero della Salute, per la promozione di:

Ambito di Intervento	Dettaglio dell'Iniziativa	Obiettivo
Didattica Curriculare	Prevede l'introduzione di moduli didattici obbligatori sull'educazione alimentare.	Fornire conoscenze strutturate e competenze di base su nutrizione e corretti stili di vita.
Contenuti Educativi	Le iniziative didattiche sono orientate a:	Rafforzare la consapevolezza dei ragazzi.

Sede operativa: Via Arenula n. 16 – 00186 - ROMA

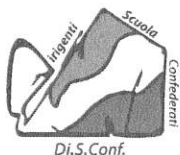
Sede Legale e amministrativa: Viale Luigi Pinto n. 87 - 71122 FOGGIA

TELEF/FAX 0881748615 – Cell.: 349 2503243 - C.F. 94086870717

PEC: dirigentiscuola@pec.it - Mail: dirigentiscuola@libero.it - info@dirigentiscuola.org -

Sito: www.dirigentiscuola.org – Canale Telegram: <https://t.me/DirigentiScuola>

Ambito di Intervento	Dettaglio dell'Iniziativa	Obiettivo
	* Favorire la conoscenza dei principi base dell'alimentazione corretta.	
	* Educare al riconoscimento delle porzioni adeguate .	
	* Spiegare le conseguenze di abitudini errate (eccessi o carenze nutrizionali).	
	* Sensibilizzare sulla relazione tra alimentazione, benessere psicofisico e prevenzione dell'obesità.	
Laboratori e Pratica	Si incoraggia la realizzazione di attività didattiche e laboratoriali sulla nutrizione e sull'equilibrio alimentare, compresi laboratori di preparazione di pasti equilibrati.	Rendere l'apprendimento pratico e coinvolgente.
Mense e Spazi Scolastici	Prevede l'adozione di regole alimentari nelle mense scolastiche e negli spazi ricreativi, spesso tramite l'adeguamento dei menu delle mense.	Garantire un ambiente alimentare sano all'interno della scuola.



DIRIGENTISCUOLA- Di.S. Conf.
ASSOCIAZIONE PROFESSIONALE-SINDACALE
DIRIGENTI AREA ISTRUZIONE E RICERCA
CONFEDERATI CODIRP



Ambito di Intervento	Dettaglio dell'Iniziativa	Obiettivo
Coinvolgimento Familiare	Promozione di campagne di sensibilizzazione e azioni di supporto rivolte anche alle famiglie per la gestione dell'alimentazione dei minori.	Creare un "patto educativo" per la salute tra scuola e casa.
Iniziative Aggiuntive	Promozione della conoscenza delle principali regole alimentari nelle scuole, anche attraverso percorsi educativi extra-curricolari.	Migliorare lo stile di vita degli studenti in modo capillare.

In sintesi, la legge mira a trasformare la scuola in un vero e proprio **presidio di salute pubblica**, integrando l'educazione alimentare in modo strutturale e non occasionale, in sinergia con la promozione dell'attività motoria.

Presidente Nazionale di DIRIGENTISCUOLA

(Attilio Bratta)

Sede operativa: Via Arenula n. 16 – 00186 - ROMA
Sede Legale e amministrativa: Viale Luigi Pinto n. 87 - 71122 FOGGIA
TELEF/FAX 0881748615 – Cell.: 349 2503243 - C.F. 94086870717
PEC: dirigentiscuola@pec.it - Mail: dirigentiscuola@libero.it - info@dirigentiscuola.org -
Sito: www.dirigentiscuola.org – Canale Telegram: <https://t.me/DirigentiScuola>