



di **Carlo Alberto Pratesi**

Bimbi e abitudini alimentari Studio alla Lumsa

L' università Lumsa ha misurato nelle scuole gli effetti di ViviSmart, un programma di educazione alimentare promosso da Abcd (alleanza tra Barilla, Coop e Danone) per contrastare la dilagante obesità e sovrappeso infantile che, purtroppo, vede l'Italia ai primi posti in Europa. Dopo un anno di lezioni in classe e laboratori (simulata una spesa al supermercato), intervistando un campione di 1000 bambini di 3^a e 4^a elementare è emerso un incremento delle competenze circa cosa e quanto mangiare, e sull'importanza del movimento. I ricercatori hanno rilevato significativi aumenti nel consumo di acqua, frutta e verdura, più attività fisica e minore tempo davanti a smartphone e tv. Gli insegnanti e i genitori confermano che i cambiamenti negli stili di vita dei bambini ci sono stati e che hanno in parte condizionato l'intera famiglia. Per chi vuole saperne di più, oggi alle 11.30 alla Lumsa, in via di Porta Castello 44.