

Master Universitario in: “SOSTENIBILITÀ SOCIO AMBIENTALE E DELLE RETI AGROALIMENTARI”

A.A 2014/2015

Titolo della tesi: Bambini e alimentazione, un progetto per una merenda più sana e sostenibile.

Autore: SARA MUZZARELLI

ABSTRACT

I dati sull'incidenza di sovrappeso e obesità infantile nel mondo sono allarmanti e, anche in Italia, il fenomeno ha raggiunto dimensioni preoccupanti. L'Italia è uno dei Paesi di nascita della Dieta Mediterranea riconosciuta dalla FAO e dall'UNESCO, modello di salute, sostenibilità e convivialità. Nonostante ciò, la “globalizzazione alimentare” ha fortemente influenzato i modi e i tempi di consumo dei pasti, mettendo in secondo piano le potenzialità che questo modello di dieta riserva per la salute e per l'ambiente. Gli effetti di questo cambiamento, sono riscontrabili nella diffusione di prodotti industriali fabbricati con materie prima di scarsa qualità, di basso costo e con un elevato impatto negativo sull'ambiente. Se si paragonano le indicazioni per una sana alimentazione per i bambini in età scolare, con i rilevamenti sulle loro abitudini alimentari, quello che emerge è che vi sia un consumo eccessivo di merendine, biscotti, *snacks* e bevande zuccherate e gassate. Questi prodotti di tipo industriale, vengono assunti per lo più in un arco di tempo in cui la scuola non ha competenze, cioè durante la merenda pomeridiana.

A partire dalla problematica delle errate abitudini di consumo dei bambini durante la merenda pomeridiana, si descriverà un progetto innovativo che comprende sia una parte commerciale di produzione e vendita/somministrazione di alimenti per la merenda, sia una parte più educativa, in cui sono previsti laboratori pratico/sensoriali.

Nella prima parte dell'elaborato verrà approfondita quindi la tematica dell'alimentazione dei bambini, facendo particolare riferimento agli stili di vita e alle abitudini alimentari scorrette nel contesto italiano. In seguito, utilizzando metodologie e strumenti di *Project Cycle Management* verrà presentata la descrizione del mio progetto e quella della sperimentazione avvenuta negli spazi dei “Bagni Municipali” di San Salvario nell'ambito del tirocinio formativo di Master in Sostenibilità socio ambientale e delle reti agroalimentari.