



ADI MAGAZINE

Rivista Scientifica dell'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica

3

settembre

1991

in questo numero

LA NUTRIZIONE E LA MALATTIA
IL CONGRESSO NAZIONALE
LA NUTRIZIONE E LA MALATTIA SOCIARIA



Spedizione in abbonamento postale

- 70% - Filiale di Terni

Comunicazione e memorizzazione in educazione alimentare

N. Anelli, M. Villa, S. Rosati, S. Bertazzoli, O. Sculati

Unità di Nutrizione -SIAN- Dipartimento di Prevenzione A.S.L. di Brescia

INTRODUZIONE E OBIETTIVI

Nell'ambito degli interventi di educazione alimentare e di sorveglianza nutrizionale è stata attivata una verifica inerente la memorizzazione di nozioni e riferimenti divulgati nelle classi nel corso di due progetti educazionali sviluppati rispettivamente uno e due anni fa. La peculiarità dei 2 interventi è stata quella di paragonare le porzioni a volumi noti con l'intento di facilitare l'apprendimento degli utenti, tenendo conto delle difficoltà che i ragazzi possono avere nel definire il peso delle porzioni. Il progetto attuato due anni fa, riguardava l'assunzione di una adeguata quantità di calcio; quello sviluppato più di recente riguardava il consumo di verdura, frutta e legumi.

MATERIALI E METODI

La verifica sul progetto calcio ha interessato 63 studenti di 2 Scuole Superiori. Il questionario compilato direttamente in classe dai ragazzi valutava la memorizzazione dei riferimenti volumetrici delle porzioni suggerite di formaggio, le abilità di scelta fra alimenti contenenti calcio e il ricordo di alcune nozioni utili riguardanti il contenuto di calcio nei cibi e nelle acque. Per il progetto verdura frutta e legumi sono stati coinvolti 167 alunni di 2 Scuole Elementari ed 1 Scuola Media. Le domande vertevano sul ricordo del riferimento sulla dimensione ed il numero delle porzioni di verdura e frutta da consumare ogni giorno.

RISULTATI

Per il progetto calcio il 17% ha ricordato il volume scelto per i formaggi molli, il 2% degli studenti ha ricordato quello riferito al formaggio duro. Il 41% degli studenti ha ricordato che la porzione di latte della colazione può essere sostituita con 2 vasetti di yogurt (e non con uno solo), il 43% ha invece erroneamente sostenuto che l'acqua oligominerale può rappresentare una buona fonte di calcio e l'84% dei ragazzi ricorda che si introduce più calcio consumando un'arancia a spicchi piuttosto che bevendo una spremuta. Nelle Scuole Elementari il 26% degli alunni ricorda il volume delle porzioni di verdura che deve consumare ed il 16% quello della frutta. Nelle Medie è del 75% per la verdura e del 42% per la frutta. Per quanto riguarda il numero delle porzioni da consumare al giorno, nelle Scuole Elementari il 29% lo ricorda sia per la frutta che per la verdura; risultato simile nelle Medie salvo che per la frutta dove il 40% lo ha ben memorizzato.

DISCUSSIONE E CONCLUSIONI

L'analisi di questi primi risultati incoraggia nel perseverare con l'utilizzo di questa metodica di insegnamento. Sia i concetti teorici che quelli volumetrici esplicitati durante gli interventi nelle classi sono stati memorizzati da una discreta percentuale di studenti. Per i paragoni dei cibi a riferimenti volumetrici noti del questionario calcio la difficoltà del ricordo può essere dovuta al fatto che i riferimenti utilizzati sono stati molteplici (audiocassetta, cassetta VHS, rullini di macchina fotografica, palla da tennis, etc.). Sono infatti state numerose (38%) le risposte sulle porzioni citando volumi errati che erano comunque stati utilizzati durante l'indagine. Il lungo intervallo di tempo per la verifica può avere influito. Diversa è invece la situazione che riguarda il progetto verdura, frutta e legumi. In questo caso il rientro è stato effettuato a distanza di 1 anno, i ricordi sono probabilmente più freschi e la memorizzazione dei riferimenti anche volumetrici è stata maggiore. Nelle Scuole Medie il ricordo dei volumi utilizzati era più vivo, facilitato anche dal fatto che è stato utilizzato un solo volume di paragone alle porzioni (la palla da tennis) nelle Scuole Elementari e quello del pugno, più personalizzato e gestuale, nelle Scuole Medie.

Includere dei test di memorizzazione dei contenuti negli interventi di educazione alimentare può aiutare a migliorare la qualità degli stessi e costituire un utile indicatore della loro efficacia.

Obesità: metodi diagnostici a confronto

P. Attianese*, G. Ciriello**, M. De Fina***, R. De Prisco

*Facoltà di Farmacia Università degli Studi di Salerno

ASL 1 Venosa - *Presidente Feder-Farma Vibo Valentia - ****GNR

INTRODUZIONE

Accertare genericamente la presenza di una condizione di obesità non è un compito difficile: un esame obiettivo già ne può evidenziare la presenza. Però, è indispensabile anche avere dati che ci indicano in termini numerici l'entità, la natura dell'eccesso di peso e la sua distribuzione per valutare il grado di obesità e le variazioni che questo subisce nel tempo. La semplice determinazione del peso correlata all'età non è sempre sufficiente perché, un eccesso ponderale, può essere presente non solo nel soggetto obeso ma anche nel soggetto con massa muscolare particolarmente sviluppata.

SCOPO E METODI

Lo scopo è quello di mettere in relazione due metodi per diagnosticare e misurare l'obesità: il peso relativo percentuale e il percentile del BMI. La disponibilità di tabelle con i valori percentili permette di precisare la posizione del dato rilevato sul relativo centile, il quale, se supera il 95°, indica per convenzione una condizione di obesità.

RISULTATI

Sono stati esaminati 386 studenti 233 femmine e 153 maschi con 12 ± 3 . Con il calcolo del peso relativo percentuale sono risultati: 144 soggetti normopeso, 141 obesi, 70 sovrappeso e 31 sottopeso. Con la valutazione del percentile del BMI sono risultati obesi 81 soggetti di cui 40 femmine e 41 maschi.

CONCLUSIONI

E' preoccupante l'alta percentuale di soggetti obesi e in sovrappeso calcolati col calcolo del peso percentuale relativo in una regione come la Campania che è la culla della "Dieta Mediterranea." Sono però dati da rivalutare con adeguati coefficienti di correzione e con un numero maggiore di soggetti esaminati. Questi dati e, soprattutto quelli relativi all'obesità ci fanno riflettere come, diagnosticare l'obesità in età evolutiva non è semplice e c'è discrepanza tra vari metodi diagnostici utilizzati. Però perché l'anamnesi personale, l'anamnesi familiare e le misure antropometriche come ad esempio la misura della circonferenza del polso, la taglia e la circonferenza vita sono valutazioni utili per un corretto approccio terapeutico.