

## Airuno: alla primaria a scuola di prevenzione con LILT

### Airuno

Otto settimane in cui gli studenti a scuola e le loro famiglie saranno coinvolti in un programma di prevenzione dalle malattie con una corretta alimentazione, in collaborazione con la Lilt. La sezione lecchese della Lega Italiana Lotta ai Tumori terrà infatti lezioni ed effettuerà sondaggi nelle classi dalla seconda alla quinta elementare di Airuno. Un'esperta LILT, la psicologa dottoressa Silvia Decio, effettuerà gli interventi nelle classi per motivare insegnanti e bambini alla sincera compilazione di una scheda di personale alimentazione, attraverso materiale fornito dalla stessa associazione. L'iniziativa impegnerà scuola e famiglie allo scopo di rilevare un quadro sufficientemente completo delle abitudini alimentari degli alunni, e se necessario offrire alle famiglie informazioni su apporti nutrizionali da variare per il benessere del bambino.

L'obiettivo è chiaro: sensibilizzare il maggior numero possibile di persone ad una alimentazione adeguata allo sviluppo completo dell'organismo dei ragazzi e alla prevenzione di malattie, oncologiche ma non solo. L'indagine, anonima, si concluderà verso la fine di marzo con una conferenza tenuta da uno specialista e rivolta a tutti i genitori e le persone interessate.

È possibile rintracciare ogni cibo in una tabella a colori "semaforici": verde = mangiarne a volontà, giallo = mangiarne senza esagerare, rosso = mangiarne poco.

Ad ogni porzione di un certo alimento, consumato nell'arco della giornata secondo i canonici momenti di colazione e/o intervallo, pranzo, merenda, cena, verrà colorato nella scheda un pallino del relativo colore. Al termine dei due mesi la LILT compilerà il punteggio di ogni scheda, ed esporrà i dati raccolti a studenti e genitori. Il "work in progress" della prevenzione è in corso.

