

GARANTIRE CORRETTE SCELTE ALIMENTARI NELLE MENSE AZIENDALI

Utilità della formazione e dei marchi di "qualità nutrizionale"



T.D. Spagnoli,

S. Cossai,

L. Bioletti,

L. Cesari

VALUTAZIONE MENU' MENSE

Strategia prevenzione primaria obesita'



MENSE SCOLASTICHE



Scelte e rotazione piatti predeterminate

MENSE AZIENDALI

Scelte alternative

Frutta o dolce?

Primo asciutto
o in brodo ?



Carne o
formaggio ?



SCOPO DEL PROGETTO

Educare gli utenti di una mensa aziendale
alla scelta razionale degli alimenti del menù

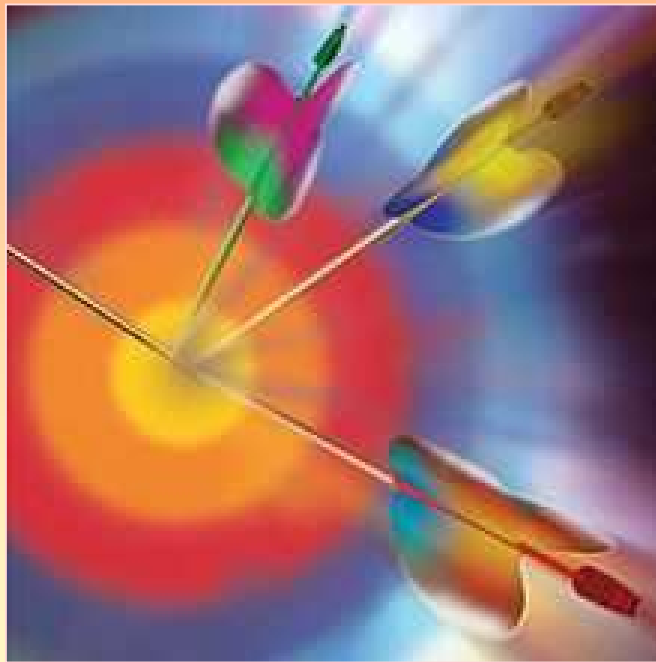


..... basata sui fabbisogni



MATERIALI E METODI

La popolazione TARGET



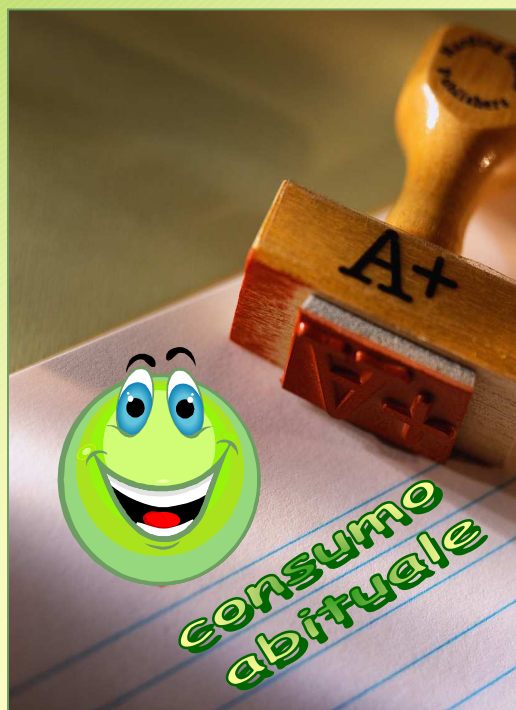
Progetto Adulti "In forma"



Ospedale di Susa

MATERIALI E METODI

Il marchio salute



<i>mensa dipendenti - menù invernale - PRIMA settimana - PRANZO</i>			
2006/07	<i>primi piatti</i>	<i>secondi piatti</i>	<i>contorni</i>
	Q 😊 risotto alle verdure	A rotatine di pollo alle mandorle	Z purea di spinaci
	W 😊 zuppa contadina c/pasta	D uova sode con ins.russa	X 😊 fagiolini B10 all'olio
lunedì	E 😊 pasta in bianco	F 😊 bistecca ai ferri	C 😊 carote rapè
	T Yogurt	G gorgonzola	
		H 😊 manzo affumicato	

Kcal idonee per soggetti con attività leggera

Lipidi totali, saturi, colesterolo, sodio ↓

MATERIALI E METODI

La scelta dei cut off calorici



PIATTI	Cut off Kcal
Primi asciutti	468 (°)
Primi in brodo con legumi	468 (°)
Minestrine o minestrone di verdure miste	349 (*)
Secondi piatti	214
Contorni di verdure	95

Cut off diversi per i primi piatti in base alla possibilità di poter abbinare (*) o no (°)
nello stesso pasto pane o grissini nelle porzioni da mensa

MATERIALI E METODI

La formazione

● Marchio salute

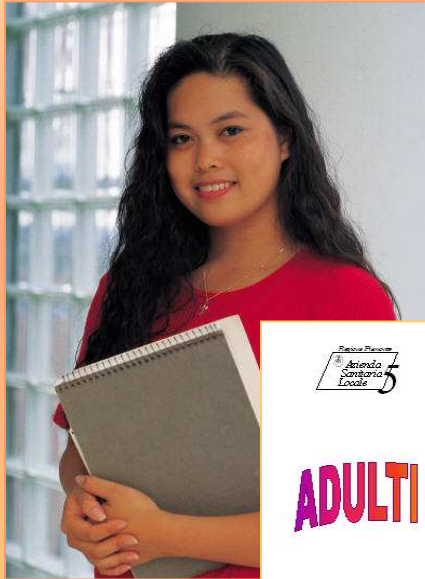
● Rotazione settimanale piatti

● Porzioni adeguate



Adesione volontaria; corso di 4 ore in orario di servizio

Marchio salute




 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SIAN - Area Funzionale Nutrizione

ADULTI "IN-FORMA"!



**Prevenzione negli ambienti di lavoro
 attraverso promozione di stili alimentari
 corretti e adeguati livelli di attività
 fisica**

...orico non superiore alle
 calorici per i vari piatti
 standard consigliate dai
 o all'interno del range
 con una **faccina verde**
 che il piatto può essere
 arda gli altri piatti che
 mbolo, il consumo non

...di degli altri criteri che
 a di consumo abituale o
 auto di grassi totali e in
 lo e di colesterolo.

...stato assegnato come
 ia il consumo di **pasta di**
 parati con **sughi semplici**.
 ece sono da consumare
 idi e colesterolo. Fanno
 che sono state inserite

...tra i primi consigliati dal momento che, fra le paste all'uovo,
 rientrano all'interno del limite calorico e sono state proposte in
 menù solamente una volta al mese (giovedì, 1 settimana).

**Ed ora vi presentiamo
 il vostro menù settimanale invernale
 con le preparazioni consigliate
 dal Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
 di Collegno (TO)**



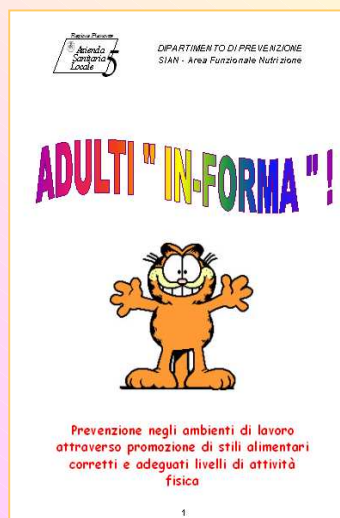
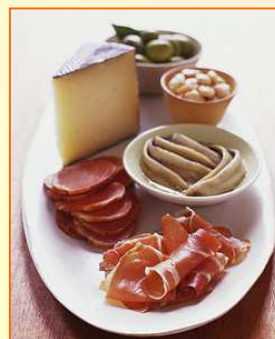
**Le preparazioni consigliate sono state
 contrassegnate con una faccina verde sorridente**

**Il simbolo 😊 indica
 che è consigliata la porzione intera da mensa
 (il simbolo 🍴 indica che è consigliata $\frac{1}{2}$ porzione)**

mensa dipendenti - menù invernale - PRIMA settimana - PRANZO

2006/07	primi piatti	secondi piatti	contorni
	Q 😊 risotto alle verdure	A rolatine di pollo alle mandorle	Z purea di spinaci
	W 😊 zuppa contadina c/pasta	D uova sode con ins.russa	X 😊 fagiolini BID all'olio
lunedì	E 😊 pasta in bianco	F 😊 bistecca ai ferri	C 😊 carote rapè
	T Yogurt	G gorgonzola	
		H 😊 manzo affumicato	
	Q 😊 pasta al ragù	A involtini al v. bianco	Z 🍴 piselli alla francese
		D gamberetti in salsa aurora	X 😊 cavolfiori all'olio
		F 😊 bistecca ai ferri	C 😊 insalata di stagione
		G raschera D.O.P.	
		H Coppa con olive	
		A arrosto di vitello	Z zucchine BID al grana
		D insalata di primo sale	X 😊 tris di verdure lesse

Rotazione settimanale piatti



PRIMO PIATTO	PRANZO	CENA
PRIMO PIATTO ASCIUTTO	5 volte	1 volta
PRIMO PIATTO IN BRODO	1 volta	5 volte
PRIMO PIATTO IN BRODO CON LEGUMI	1 volta	/
PIZZA o PRIMO PIATTO ASCIUTTO CON LEGUMI	/	1 volta

Porzioni in volumi



Foto O. Sculati

TEMPI DI ATTUAZIONE



- **Formazione: febbraio - maggio 2007**
- **Verifica efficacia "marchio salute" su scelte qualitative in mensa con questionario (a 3 mesi: agosto - settembre 2007)**

RISULTATI



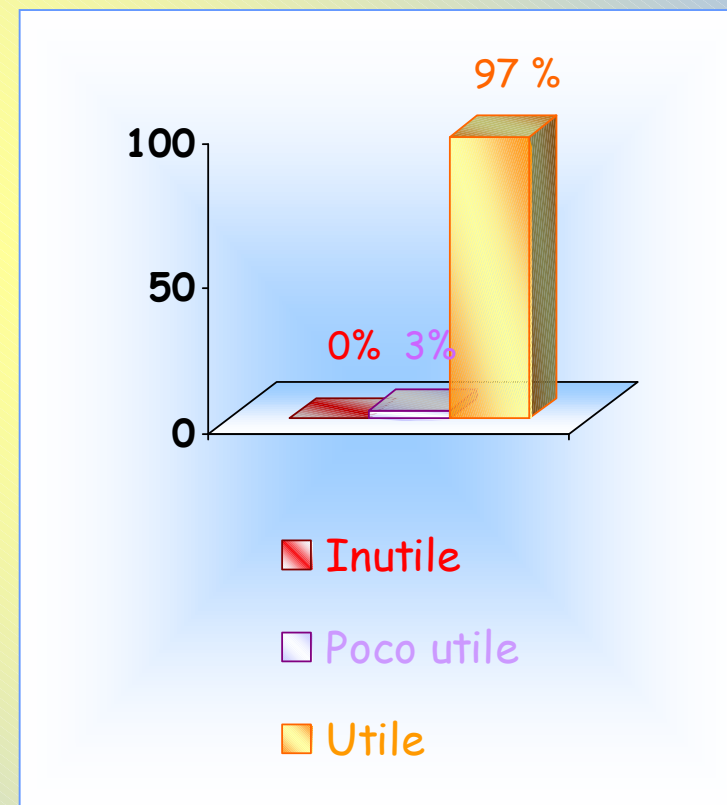
Hanno aderito al progetto
40 su 62 infermieri (65%)



Marchio salute assegnato a
267 piatti su 385 (69%)

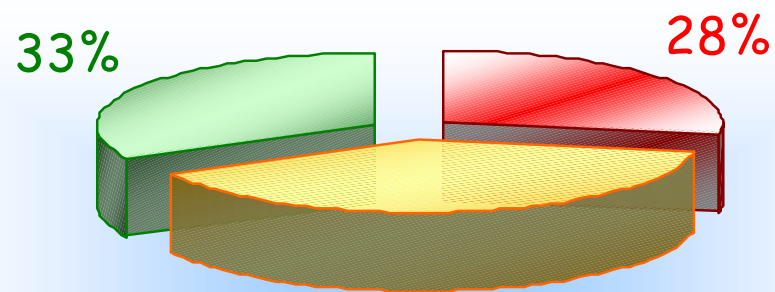
40 infermieri

Per scegliere gli alimenti in mensa
il menù con i "marchi salute" si è dimostrato uno strumento:



40 infermieri

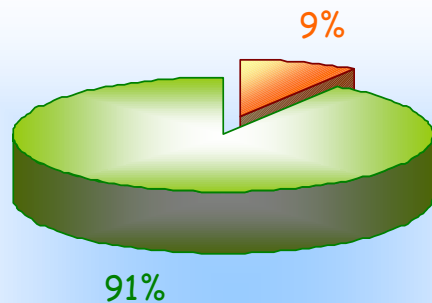
Utilizzo i menù con i marchi salute per scegliere gli alimenti in mensa ?



- 39% SI settimanalmente
- 28% NO quasi mai
- 33% SI quasi quotidianamente

11 infermieri

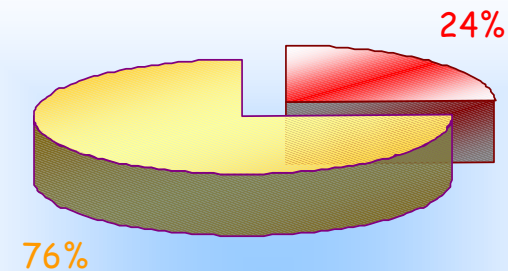
Non usano il menù con i "marchi salute" perchè:



- E' necessario avere sempre con sé il manuale
- Abitualmente non pranzano in mensa, causa impegni di lavoro

29 infermieri

Lo usano (abitualmente o settimanalmente) e hanno notato che le scelte degli alimenti in mensa, rispetto a 3 mesi prima:



- Non sono cambiate
- Sono cambiate

CONCLUSIONI

L'impatto comunicativo dei "simboli salute"

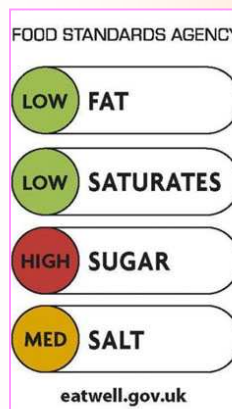


Infermieri ns. progetto



Dati di letteratura

Simboli salute e scelta degli alimenti confezionati



Gran Bretagna



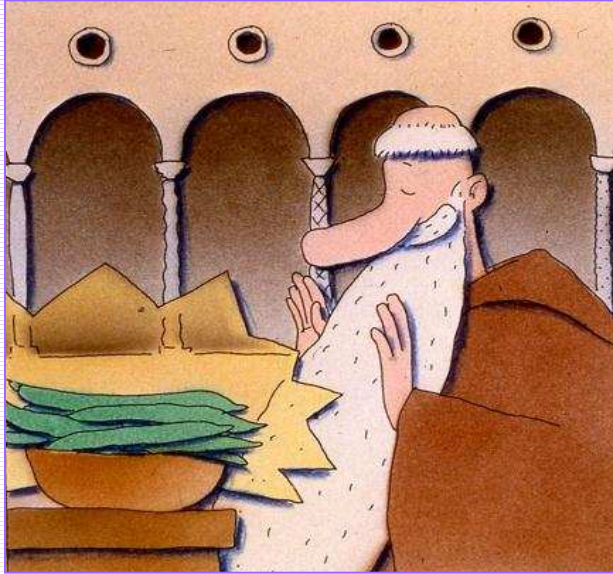
Canada



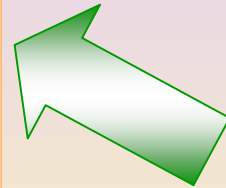
Svezia



Nuova Zelanda



**SIMBOLO =
SEMPLICITA'**

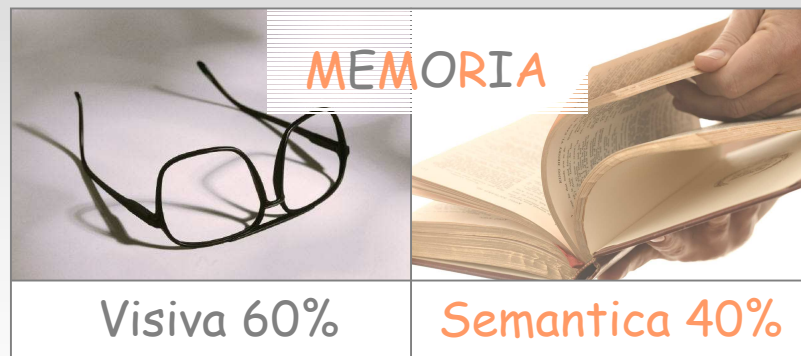


**CUT OFF =
COMPLESSITA'**

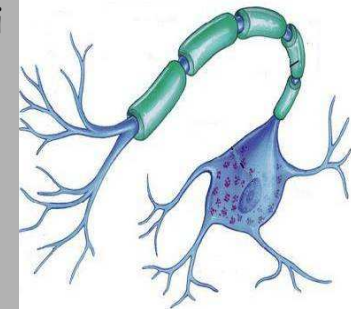


*American Dietetic Association. Total diet approach to communicating food and nutrition information.
J Am Diet Assoc 2002; 102; 100-108.*

Messaggi visivi

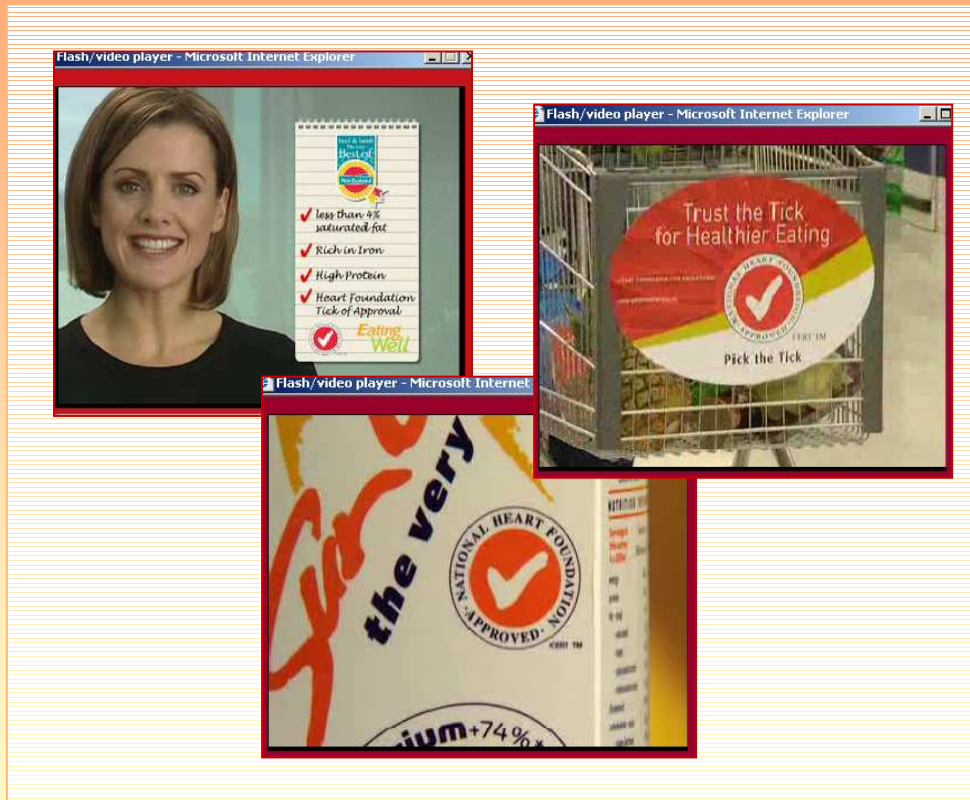


Le aree visive corticali
dove viene percepita
l'immagine sono le
stesse in cui viene
memorizzata



CONCLUSIONI

L'efficacia nelle scelte



Informazione / formazione

CONCLUSIONI

Comunicazione



Formazione



Scelte



GRAZIE PER L'ATTENZIONE

