

La Mensa scolastica ha un'importante funzione pedagogica, sociale e di educazione alimentare per gli oltre 2 milioni di alunni tra i 3 e i 10 anni che la frequentano, come dimostrato dalle numerose evidenze scientifiche che attestano come i bambini che la utilizzano abbiano abitudini alimentari più salutari rispetto ai coetanei che non hanno questa opportunità.

Rinviando per le considerazioni relative alla sicurezza alimentare e nutrizionale a quanto già esplicitato dalla Dr.ssa Guberti sul precedente IOL, ritengo a tal proposito utile una riflessione sul tema “*panino da casa*”.

E' a tutti noto quanto sia difficile indurre modifiche stabili verso stili di vita salutari e quanto ciò sia oggi più che mai necessario per contrastare la crescente obesità e le sue gravi complicanze cronico-degenerative.

Il Ruolo della Mensa Scolastica per la promozione della sana alimentazione è, d'altronde, chiaramente definito dalle Linee di Indirizzo Nazionali per la Ristorazione Scolastica (Ministero della Salute), così come credo sia ben nota, a larga parte dei genitori impegnati nel difficile compito di educare i propri figli verso abitudini alimentari salutari, la difficoltà insita nel far loro accettare ed apprezzare il consumo di alimenti quali ortaggi, verdure e pesce.

I menù scolastici in uso nelle scuole italiane, elaborati (e/o validati) dai SIAN nel rispetto dei LARN 2014 (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana) sono per l'appunto finalizzati a garantire al bambino, che quotidianamente consuma il pasto a mensa, una alimentazione varia ed equilibrata che gli faccia scoprire e apprezzare una vasta gamma di “gusti” e di alimenti, posti alla base della

sana alimentazione e della Dieta Mediterranea, quali fattori protettivi per la salute.

Il Mondo della Scuola e della Sanità sono impegnati a trasformare sempre più il momento del pasto conviviale a scuola in una occasione privilegiata per far accettare al bambino alimenti spesso per “definizione” poco graditi, quali frutta, verdure e pesce.

In tal senso i pasti serviti a mensa devono garantire, oltre che i requisiti di base relativi alla sicurezza alimentare e nutrizionale, una buona qualità organolettica e palatabilità per evitare che parte del pasto, sia pure nutrizionalmente equilibrato, rischi di trasformarsi in rifiuto.

Se esiste infatti qualche criticità circa il gradimento dei pasti a mensa, come risulta dal recentissimo “*XIV Rapporto su Sicurezza, qualità, accessibilità a scuola*” pubblicato da Cittadinanzattiva, sulla base di un’indagine condotta da Oricon, (Osservatorio sulla Ristorazione Collettiva e Nutrizione), il quale riporta che il 22% dei pasti non viene consumato (11% primi piatti, 13% secondi piatti, 22% contorni, 9% dessert, 10% frutta e 10% pane) è altrettanto vero che il 78% dei bambini consuma regolarmente il pasto a mensa e, tra questi (come riportato dall’indagine) circa uno su due consuma regolarmente verdura e pesce.

Ciò indica quanto sinora, faticosamente, si sia costruito in tema di sana alimentazione.

In tal senso non credo sia produttivo optare per il “panino da casa”, rinunciando alla forte valenza educativa della mensa ma, piuttosto, ritengo sia invece necessario attivare una stretta rete tra tutti gli “attori” coinvolti nel “sistema mensa scolastica”, non solo per migliorare sempre più la

qualità organolettica e il sistema organizzativo di trasporto dei pasti ma anche per rendere sempre più il momento del pasto a mensa uno strumento educativo, valido ed efficace per la promozione del gusto e della sana alimentazione mediterranea.

Ma ciò sarà possibile solo se Scuola, Sanità, Ditte di Ristorazione e Genitori lavorerà in sinergia di intenti per il raggiungimento di un unico obiettivo comune: *“Costruire oggi la salute dei cittadini di domani”*.