



Investire in salute:
sistemi e reti per ottimizzare i risultati

La synchronie du bien-être

RESPONSABILE DEL PROGETTO: Dott. CESARE ARIONI
Direttore Dipartimento Materno Infantile - Azienda USL Valle d'Aosta

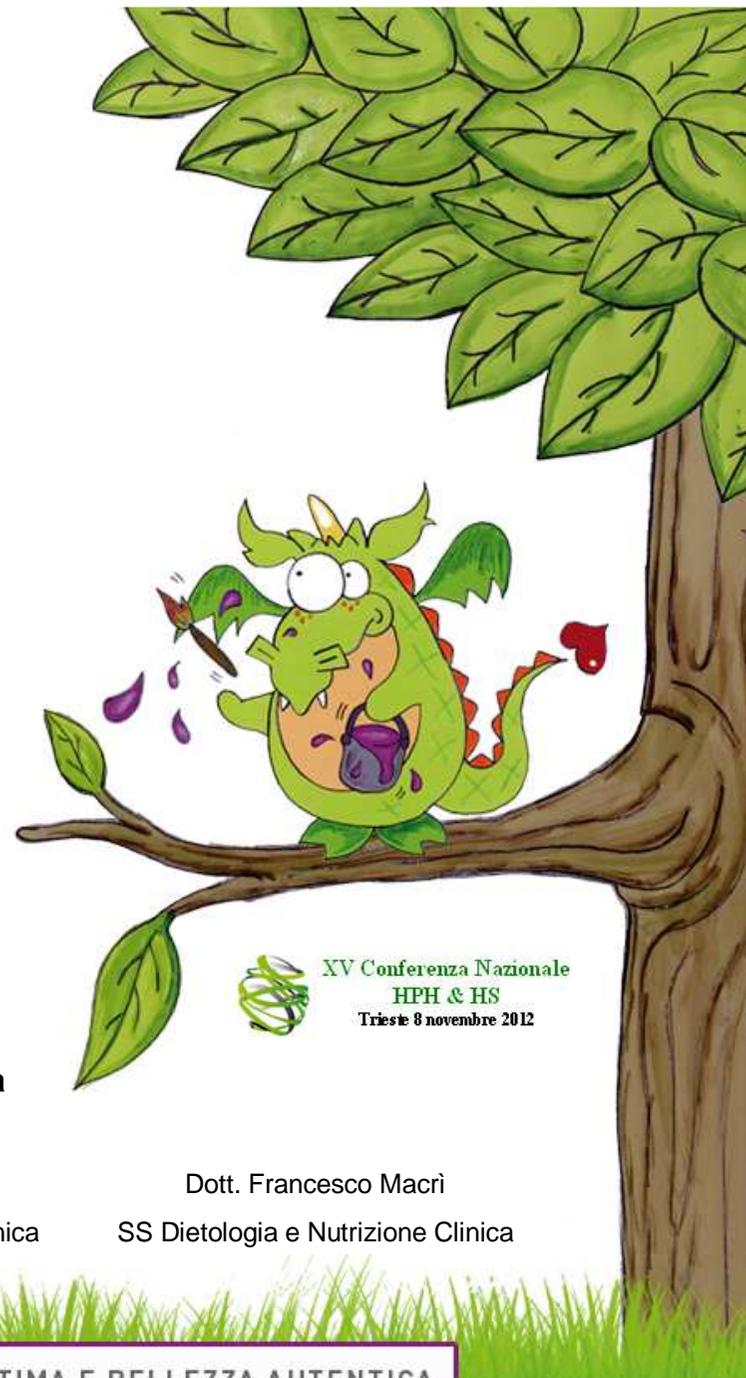


Azienda USL Valle d'Aosta

Dott. Andrea Perruquet
SC Pediatria e Neonatologia
aperruquet@ausl.vda.it

Dott. ssa Renata Cane
SS Dietologia e Nutrizione Clinica

Dott. Francesco Macri
SS Dietologia e Nutrizione Clinica



XV Conferenza Nazionale
HPH & HS
Trieste 8 novembre 2012

ALIMENTAZIONE

ATTIVITÀ FISICA

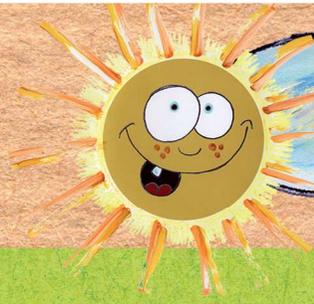
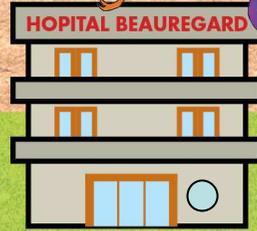
AUTOSTIMA E BELLEZZA AUTENTICA

La Synchronie da bien être

alimentazione

attività fisica

autostima
bellezza autentica



PREPARTO

0-3 anni



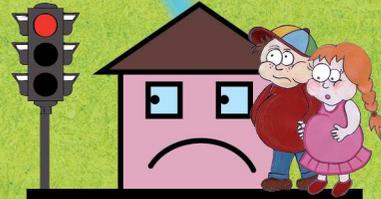
3-5 anni

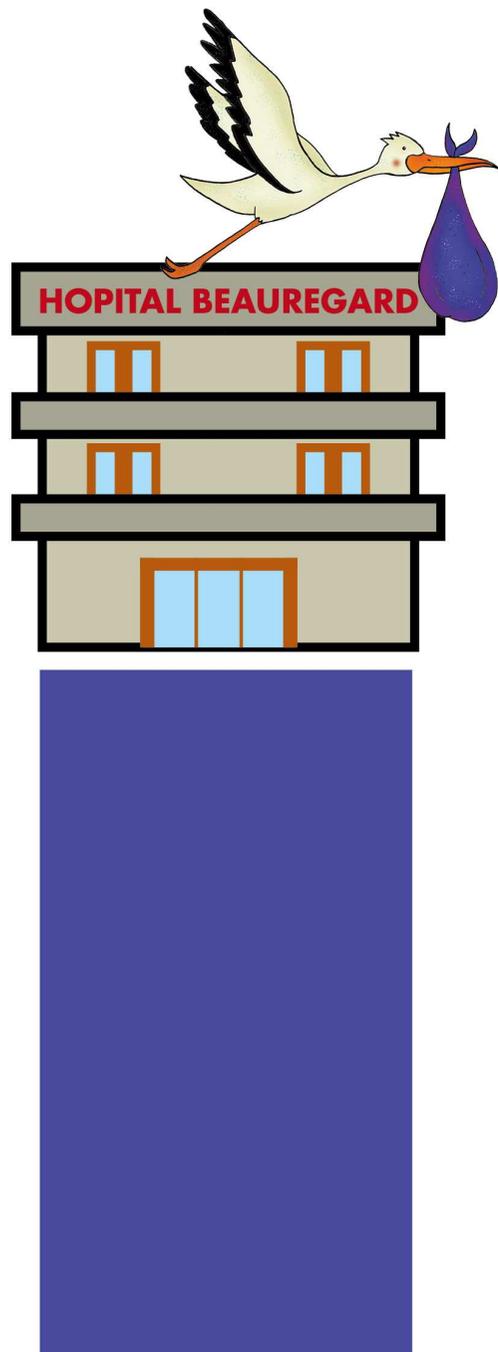
6-10 anni

11-13 anni



14-18 anni



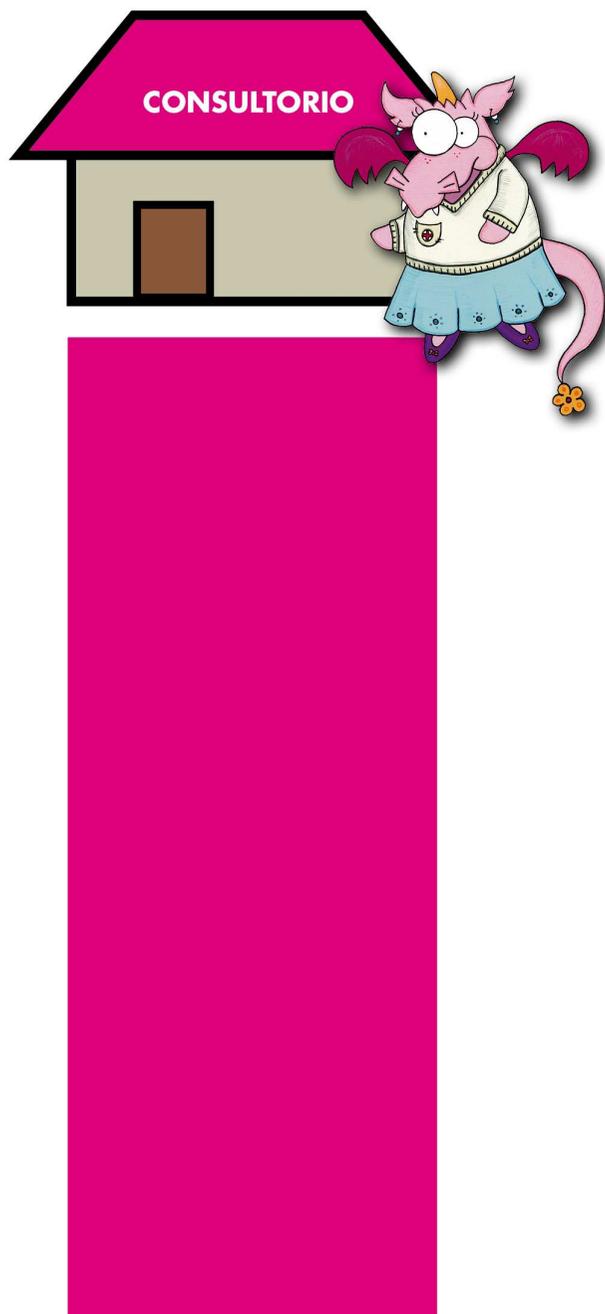


OSPEDALE AMICO DEL BAMBINO

UNICEF- OMS

- **Ostetriche e Assistenti Sanitarie**
- Promozione dell'allattamento al seno esclusivo per i primi sei mesi di vita del neonato.
- Prevenzione sovrappeso/obesità.
- **oltre l'88% di allattamento esclusivo alla dimissione**



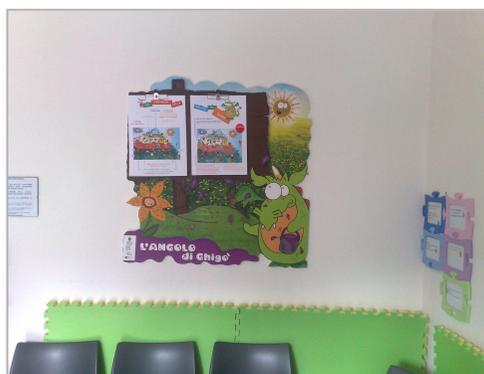


L'ANGOLO DI GHIGO'

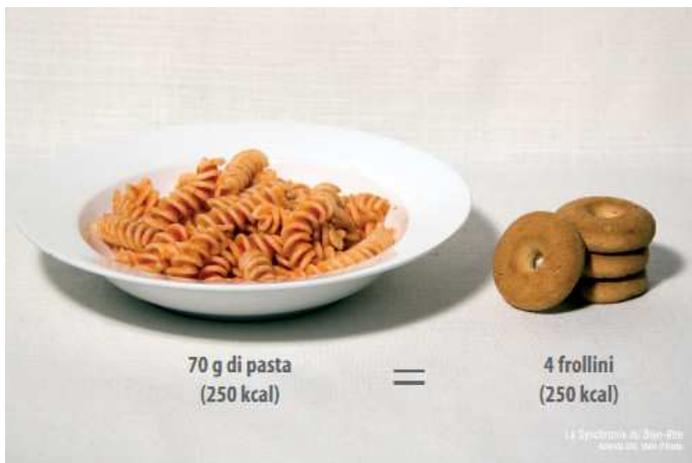
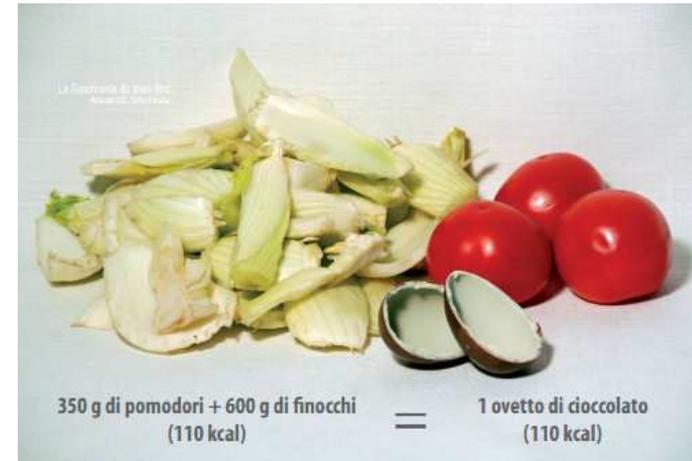
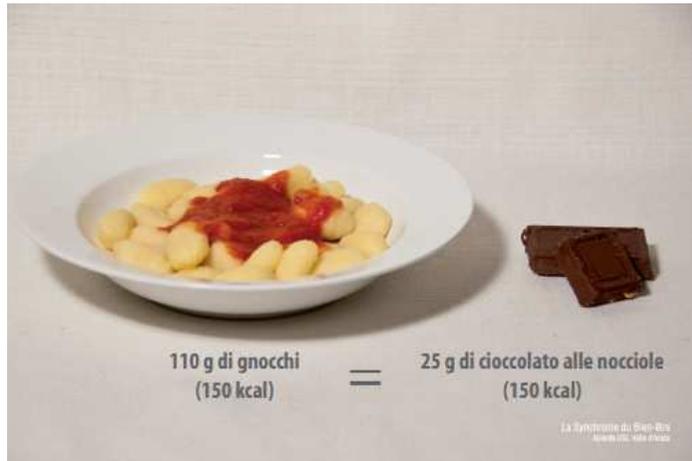
Campagna di promozione della salute avviata su tutto il territorio regionale

Tematiche trattate

Alimentazione – Attività fisica – Austostima – Bellezza autentica



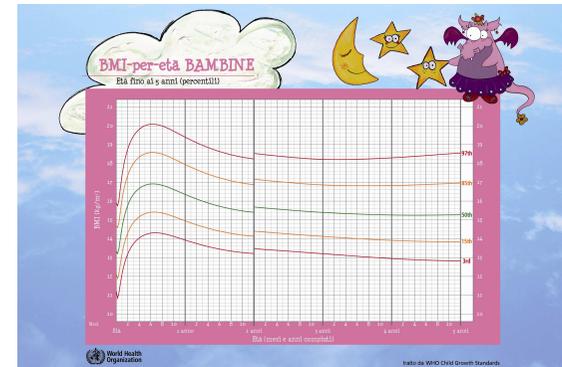
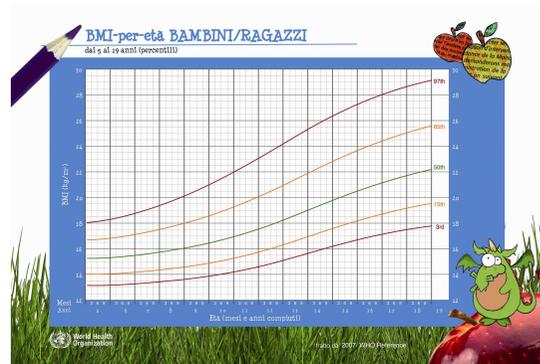
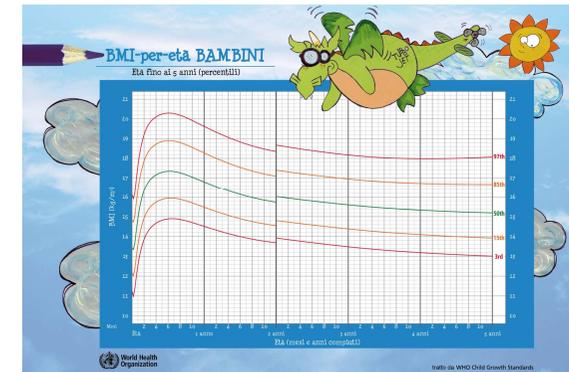
LE EQUIVALENZE CHE NON TI ASPETTI



PEDIATRI DI LIBERA SCELTA



- UNIFORMITA' E COORDINAZIONE DEGLI INTERVENTI
- FORMAZIONE COMUNE
- ELABORAZIONE MATERIALE CONDIVISO



MATERIALE CONDIVISO



1 volta alla settimana
Soltanto ogni tanto

1 BARRETTA AL CIOCCOLATO E CEREALI

1 BRIOCHE

1 BIBITA ZUCCHERATA

1 SNACK DI CIOCCOLATO E NOCCIOLE

1 MERENDINA AL PAN DI SPAGNA
farcito con crema, marmellata o cioccolato

1 PIZZETTA O FOCACCINA

1 FETTA DI TORTA

QUALCHE PATATINA FRITTA CONFEZIONATA

Creatosi e accattivanti per il bambino, contengono però molte calorie e grassi ricchi di zuccheri e grassi devono quindi essere proposti con moderazione facendo attenzione alle quantità.

GLI SPUNTINI DI LULO' metà mattina 5% DELLE CALORIE TOTALI giornaliere

4-5 volte la settimana
Spuntini ideali

1 FRUTTO FRESCO

- ricco di sali minerali e vitamine proteggono e difendono il corpo aiutandolo a funzionare come si deve
- fornisce rapidamente energia
- contiene molte fibre che regolano diverse funzioni del corpo

1 YOGURT

- contiene calcio per le ossa e i denti
- ricco di proteine importanti per la crescita

1 VERDURA CRUDA

- fornisce fibre, vitamine e sali minerali

Libera la tua fantasia... carote, finocchi, ravanelli, pomodori etc. Anche se è inusuale come spuntino, una volta introdotto può diventare davvero appetitivo e speciale.

2-3 volte la settimana
Per Variare un po'

1 PANINO PICCINO
meglio se integrale
eventualmente farcito con

- una foglia di insalata e pomodoro
- una fetta di prosciutto
- un quadretto di cioccolato
- un po' di marmellata

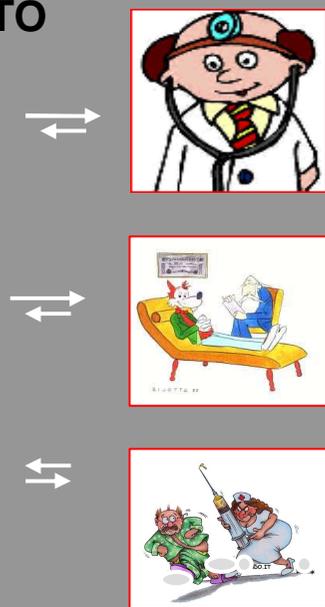
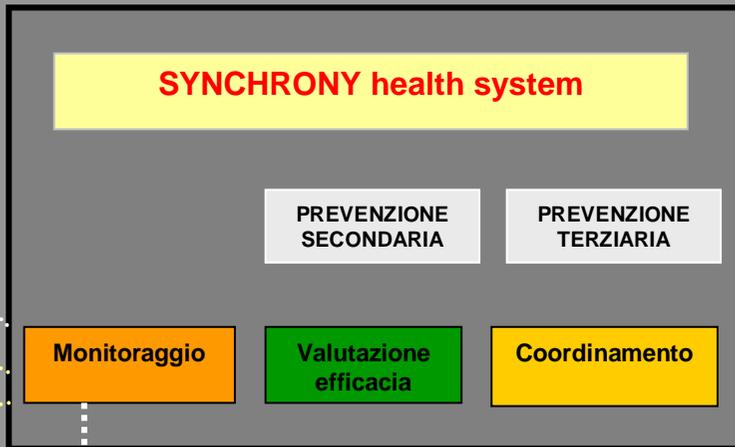
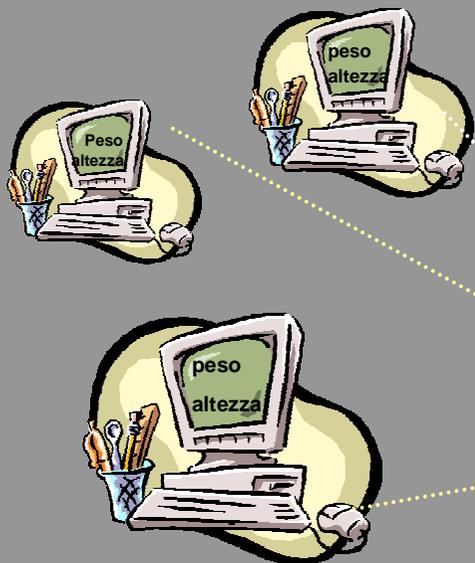
1 PACCHETTO DI CRACKERS
meglio se integrali

2 o 3 BISCOTTI

1 SUCCO DI FRUTTA

Con Ghigo! scegli la salutare!!!

- SISTEMA DI MONITORAGGIO ANTROPOMETRICO INFORMATIZZATO



<input data-bbox="273 826 441 874" type="text" value="%"/>	<input data-bbox="530 826 698 874" type="text" value="ETÀ"/>	<input data-bbox="777 826 1046 874" type="text" value="INTERA REGIONE"/>
<input data-bbox="273 917 441 997" type="text" value="Numero soggetti"/>	<input data-bbox="530 917 598 965" type="text" value="1"/> <input data-bbox="631 917 698 965" type="text" value="2"/>	<input data-bbox="777 917 1046 981" type="text" value="DISTRETTI SANITARI"/>
<input data-bbox="273 1040 441 1120" type="text" value="Nominativo soggetti"/>	<input data-bbox="530 997 598 1045" type="text" value="3"/> <input data-bbox="631 997 698 1045" type="text" value="4"/>	<input data-bbox="777 1013 833 1061" type="text" value="1"/> <input data-bbox="844 1013 900 1061" type="text" value="2"/> <input data-bbox="911 1013 967 1061" type="text" value="3"/> <input data-bbox="978 1013 1034 1061" type="text" value="4"/>
<input data-bbox="250 1173 441 1284" type="text" value="CURVA DI CRESCITA PRESELTA"/>	<input data-bbox="530 1173 698 1220" type="text" value="Normopeso"/>	<input data-bbox="777 1104 1068 1152" type="text" value="COMUNITÀ MONTANE ▼"/>
<input data-bbox="273 1316 418 1364" type="text" value="CDC"/>	<input data-bbox="530 1252 698 1300" type="text" value="Sovrappeso"/>	<input data-bbox="777 1173 978 1220" type="text" value="COMUNI ▼"/>
<input data-bbox="273 1412 418 1460" type="text" value="Cacciari"/>	<input data-bbox="530 1316 698 1364" type="text" value="lieve/medio"/>	<input data-bbox="777 1236 956 1284" type="text" value="SCUOLE ▼"/>
	<input data-bbox="530 1380 698 1428" type="text" value="medio/grave"/>	<input data-bbox="777 1300 956 1348" type="text" value="infanzia"/>
	<input data-bbox="530 1444 698 1492" type="text" value="Obesità"/>	<input data-bbox="777 1364 956 1412" type="text" value="primaria"/>
		<input data-bbox="777 1412 956 1460" type="text" value="secondaria I°"/>

RILEVAZIONI NEL CORSO DEI BILANCI DI SALUTE



Target dell'intervento: Famiglie dei genitori dei bambini con medio/grave sovrappeso.

Obiettivo: Intervenire, attraverso un approccio cognitivo comportamentale, sullo stile di vita della famiglia e del bambino prima che il sovrappeso diventi obesità.

Azioni: in ogni Distretto Sociosanitario verranno organizzati, presso i consultori e i poliambulatori, gruppi psicoeducazionali volti a modificare le abitudini scorrette delle famiglie dei bambini in sovrappeso.

Figure coinvolte: medico, psicologo, dietista

PERCORSO MULTIDISCIPLINARE INTEGRATO



AMBULATORIO OBESITÀ INFANTILE BMI > 97°pc (curve di crescita WHO), età < 15 anni

I VISITA Valutazione Pediatrica Specialistica

Dott.ssa Bobbio
Dott.ssa Ciocchini

OSPEDALE BEAUREGARD

Specificare sull'impegnativa
"Visita pediatrica per obesità"
Ticket 22.70 €

Visite di controllo successive
Impegnativa "Visita di controllo"
Ticket 14.20 €

Modalità di prenotazione
Tel: 0165/545458
giorni feriali dalle ore 8.30 alle ore 12

II-III-IV-V VISITA Trattamento Cognitivo Comportamentale

Dott. Perruquet
Dott.ssa Champretav

**Poliambulatorio - USL
Via Guido Rey, 1**

Specificare sull'impegnativa
"Ciclo di 4 colloqui psicologici"
Ticket 36.15 €

Cicli successivi
Impegnativa: "Ciclo di 4 colloqui psicologici"
Ticket 36.15 €

Modalità di prenotazione
Tel: 0165/544617
Dal lunedì al giovedì dalle ore 9 alle ore 13



VI VISITA Visita dietistica

Dott. Macri

**Poliambulatorio - USL
Via Guido Rey, 1**

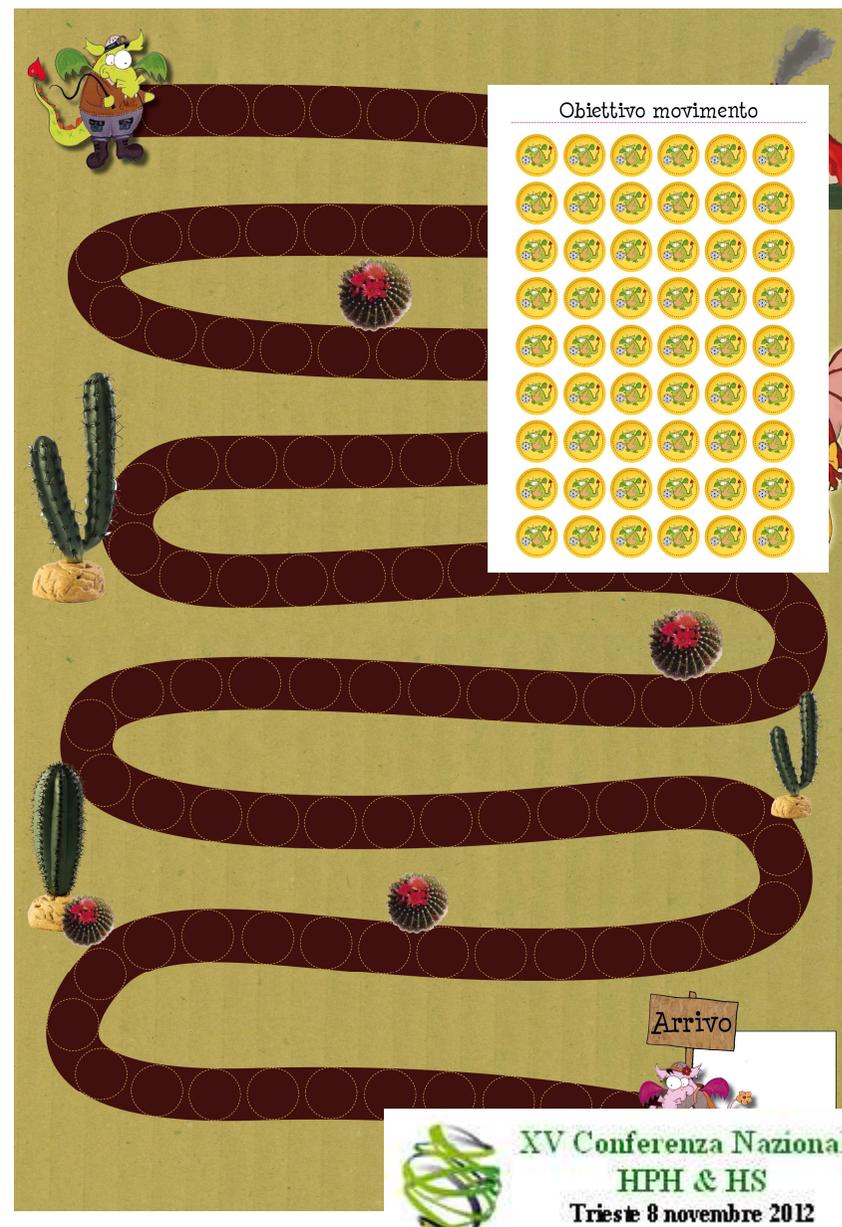
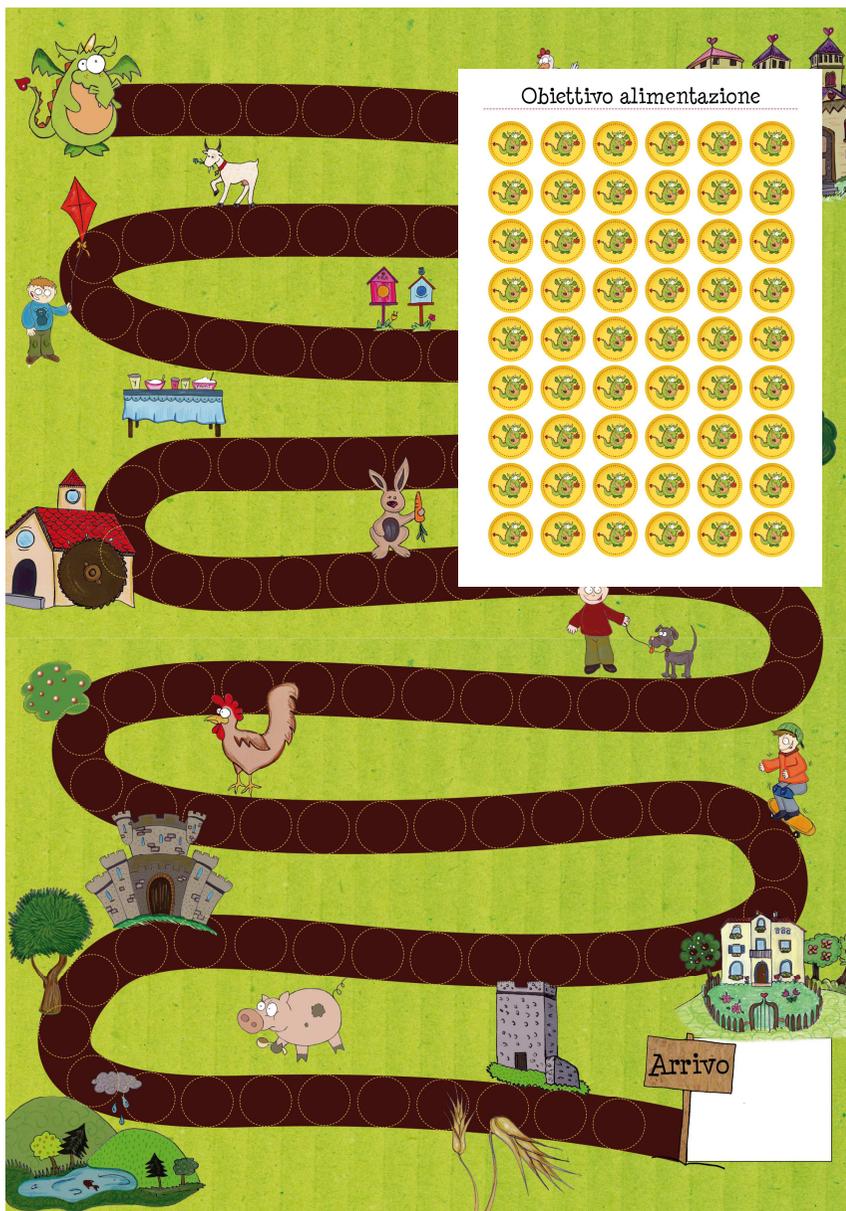
Specificare sull'impegnativa
"Controllo dietistico"
Ticket 14.20 €

Visite successive
Impegnativa: "Controllo dietistico"
Ticket 14.20 €

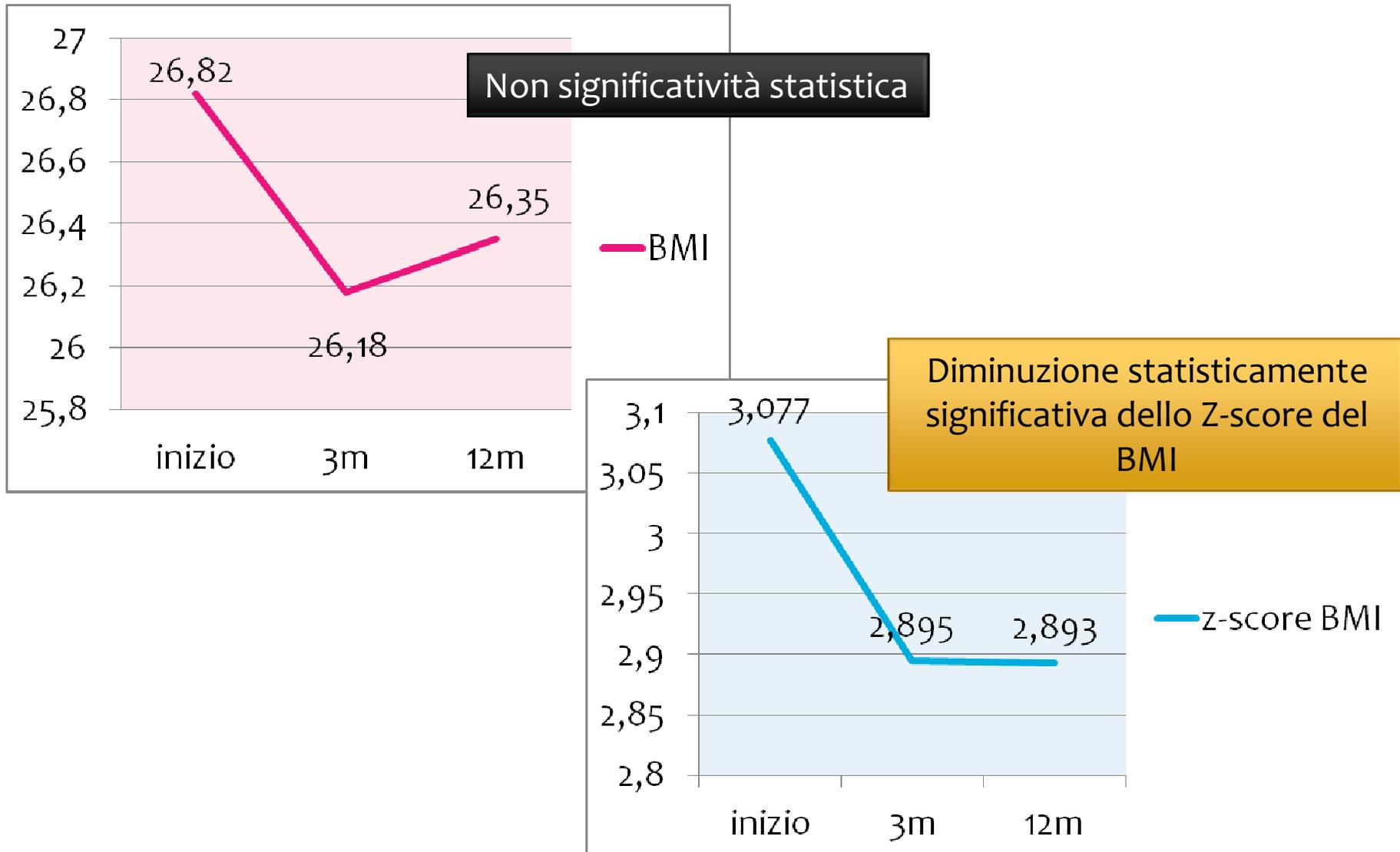
Modalità di prenotazione
Tel: 0165/544617
Dal lunedì al giovedì dalle ore 9 alle ore 13

Numero pazienti: 134 pazienti

Età media: 9,5 anni



Valori BMI a 12 mesi



APPROCCI DIETETICI

Educazione alimentare e dieta bilanciata normocalorica (< 8 anni o > 8 anni con dieta ipercalorica)

Dieta ipocalorica bilanciata (> 8 aa con obesità importante, complicanze o se dieta normocalorica è stata inefficace)

EDUCAZIONE ALIMENTARE

**IMPORTANZA PRIMA COLAZIONE
E SPUNTINI**

**STRATEGIE PER GESTIRE LA FAME
(es. IG basso)**

MODIFICHE DEL GUSTO

**BILANCIO ENERGETICO E GENE RISPARMIO
(importanza attività fisica)**

VISITA DIETISTICA

SPUNTINO DEL MATTINO

Frutta fresca n° 1 frutto medio (g 150)



N.B. Prerire il consumo di frutta di stagione

OPPURE

Crackers 1 pacchetto (g 25)

Pane fresco* 1/2 bocconcino (g 25)

Yogurt gusto frutta 1 vasetto (g 125)

Latte PS 1 bicchiere (g 150)

ALTERNARE
(preferire la frutta)

* è possibile farcire il pane con un velo di marmellata/miele o 1 piccola fetta di affettato magro (prosciutto cotto, crudo, bresaola, ecc.).

PRANZO

Pasta Fino al giro del piatto (g 70)



OPPURE

Riso 1 piatto quasi fino al fondo (g 70)

Gnocchi 1 piatto quasi fino al fondo (g 175)

Pasta ripiena 1 piatto quasi fino al fondo (g 70)

Pane fresco n° 1 biovetta (g 80)

Patate 2 patate piccole o 1 media (g 140)

Parmigiano n° cucchiaini: (g 5)

1





A **SCUOLA** DI **SALUTE** **PASSO DOPO PASSO**



E' un percorso educativo all'interno del quale il bambino, passo dopo passo, acquisisce nozioni ed esperienze che lo renderanno via via più consapevole nella gestione della propria salute

OBIETTIVO: Introdurre gradualmente in tutte le scuole della regione

(dell'Infanzia/primarie/secondarie)

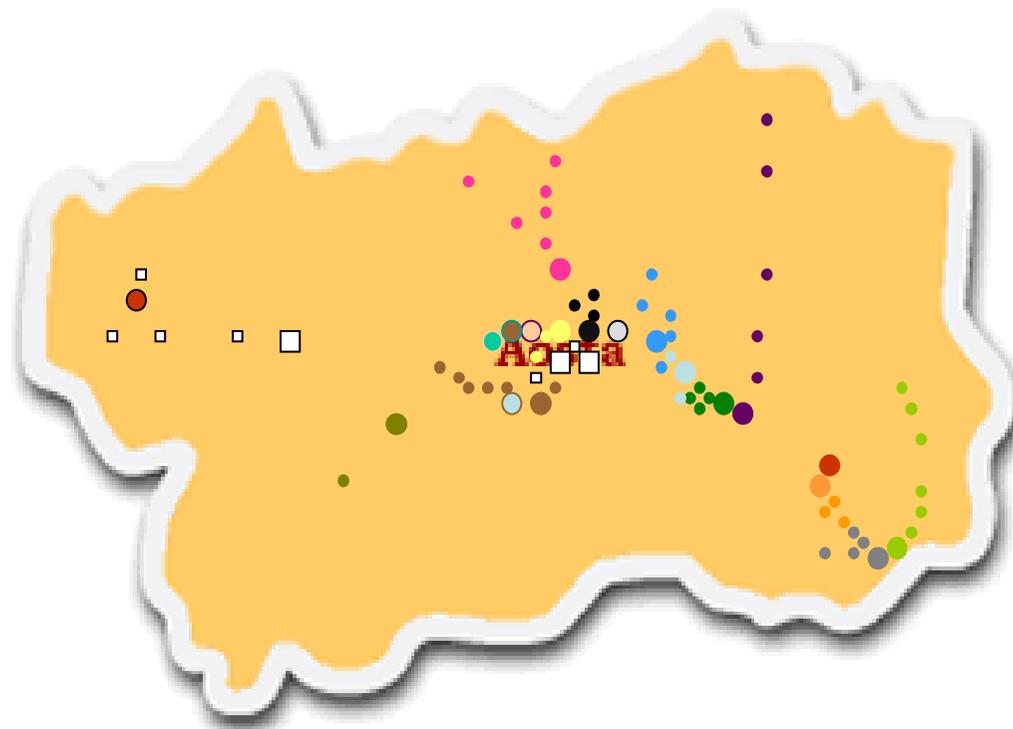
un programma comune di educazione alla salute stabile nel tempo



Istituzioni Scolastiche Coinvolte

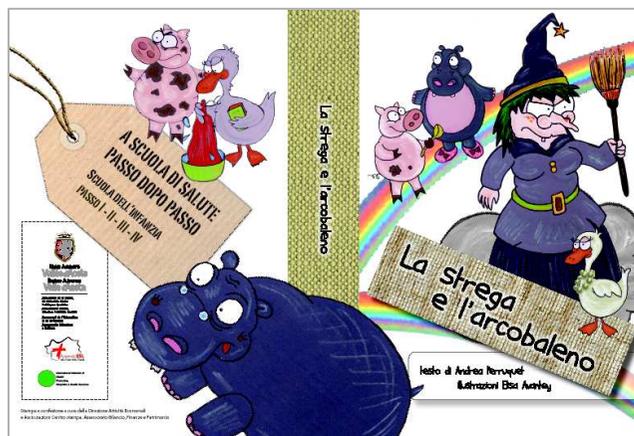
	ISTITUZIONE SCOLASTICA
●	MONT ROSE A
●	MONT ROSE B
●	EVANCON 2
●	L. BARONE
●	A. TREVES
●	A. P. DUC
●	MONT EMILIUS 1
●	MONT EMILIUS 2
●	MONT EMILIUS 3
●	GRAND COMBIN
●	SAN FRANCESCO
●	AOSTA 4
●	E. MARTINET
●	JB CERLOGNE
●	M. VIGLINO
●	SAN GIUSEPPE
○	SANT'ORSO
●	SAN GIOVANNI BOSCO
○	P. BLANCHETTE
●	L.PROMENT

Più di 7000 alunni coinvolti



SCUOLA DELL'INFANZIA

FIABA DIDATTICA



Cap. I Arcobello

Cap. II L'Ippopotamo con le ciabatte di seta & il Porcellino con il mestolo d'oro

Cap. III L'Oca con la collana di perle

Cap. IV Il complotto

I PASSO alimentazione e salute
(introduzione alla piramide alimentare)

II PASSO attività fisica e benessere
(giochi tecnologici e tradizionali)

III PASSO autostima e bellezza autentica
(la bellezza della diversità)

IV PASSO l'equilibrio del benessere

KIT DIDATTICO



PICCOLI SOMMELIER CRESCONO



450 bambini

40 classi (5-7 anni)

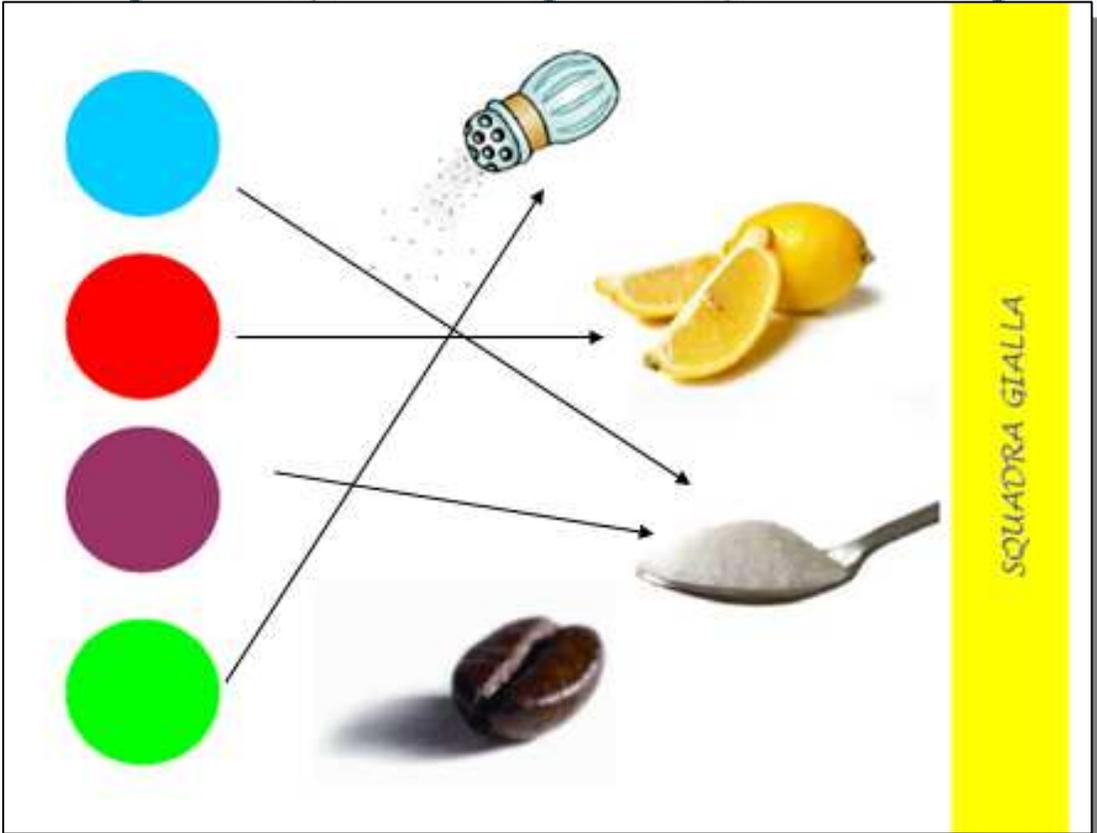


Laboratorio-gioco

“Olimpiadi della Salute”

1

RICONOSCIMENTO SAPORI



The diagram illustrates the process of taste recognition. On the left, four colored circles (blue, red, purple, green) are connected by arrows to various ingredients: salt (shaker), lemons, sugar (spoon), and coffee (bean). A yellow vertical bar labeled "SQUADRA GIALLA" is positioned between the ingredients and the bottles. To the right, four water bottles are shown with colored liquid levels: the first three have blue liquid, and the fourth has pink liquid. The word "DOLCE" is written below the bottles.

SQUADRA GIALLA

ATO

DOLCE

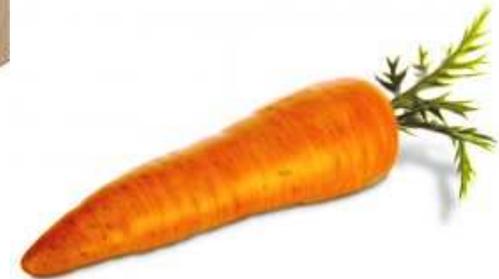
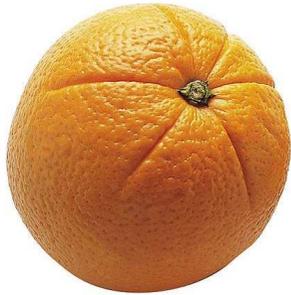
2

IL RICONOSCIMENTO DEI SAPORI NEGLI ALIMENTI



3

LA SCATOLA MAGICA (Tatto)



4

AFFINIAMO I SENSI



succo di
mela



succo di
pera



succo di
albicocca



succo d'
arancia

4 PUNTI



VISTA

3 PUNTI



OLFATTO

2 PUNTI



TATTO

1 PUNTO



GUSTO



5

IL COLORE TRAE IN INGANNO





Io Ghigò

*in qualità di Rettore
dell'Università della Salute
conferisco a*



il Titolo di

- Dottore in Scienza della Salute -

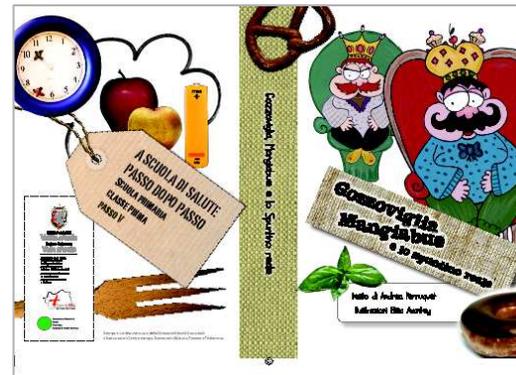
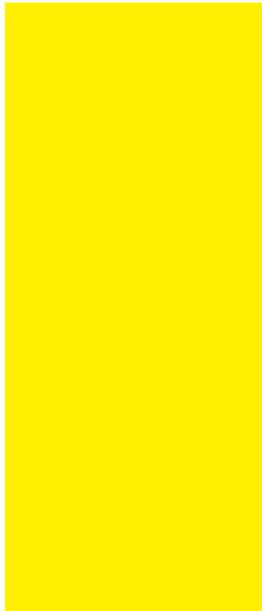
con il massimo dei voti e Lode



Il Rettore dell'Università
Ghigò

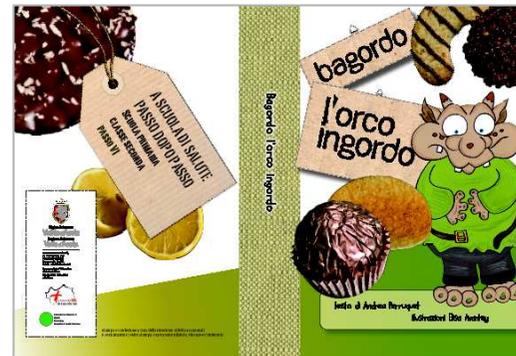


SCUOLA PRIMARIA



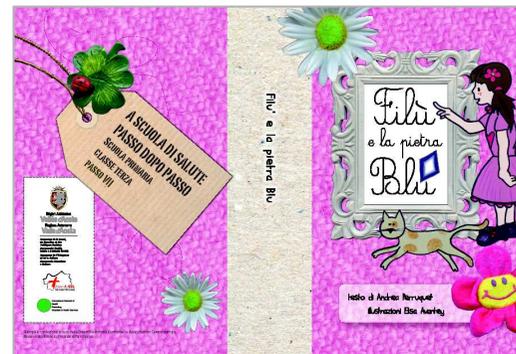
Classe I

V PASSO: alimentazione e salute
(spuntini mattutini e pomeridiani)



Classe II

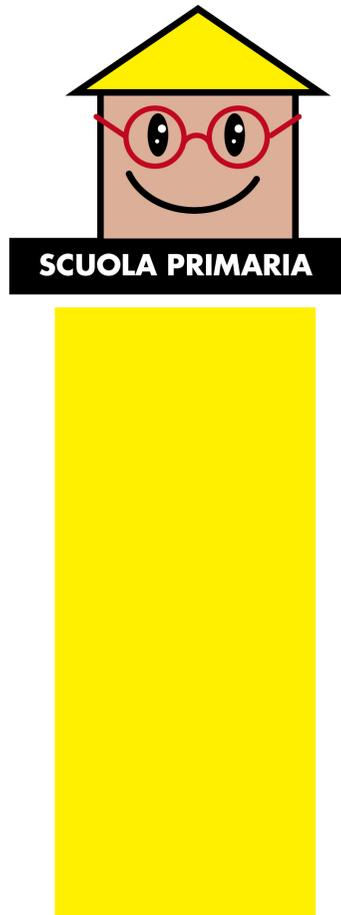
VI PASSO: attività fisica e benessere
(pasti principali)



Classe III

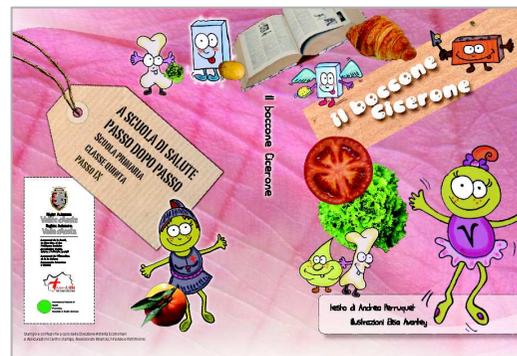
VII PASSO: attività fisica e benessere
(corpo fatto per fare)

SCUOLA PRIMARIA



Classe IV

VII PASSO: alimentazione e salute

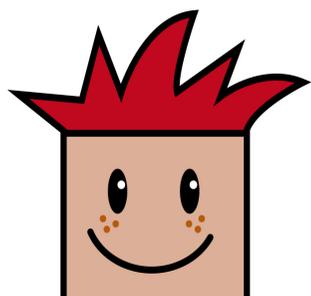


Classe V

IX PASSO: attività fisica e benessere (pasti principali)



SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO



SCUOLA SECONDARIA DI I°



Classe I

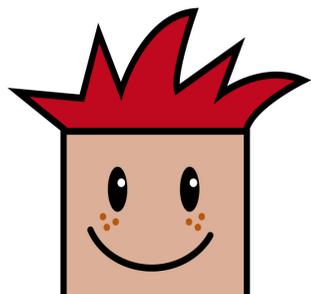
X PASSO: alimentazione e salute
(introduzione alla piramide alimentare)

Classe II

XI PASSO: attività fisica e benessere
(giochi tecnologici e tradizionali)

Classe III

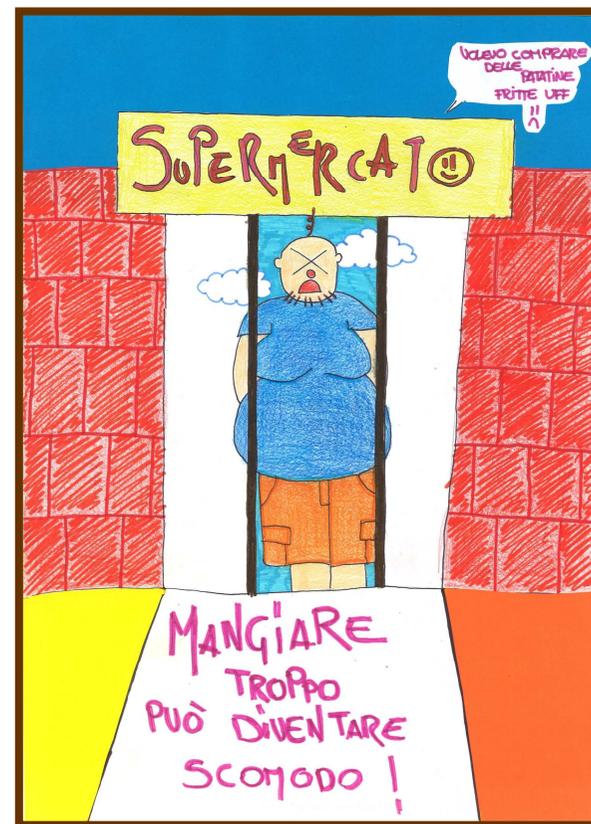
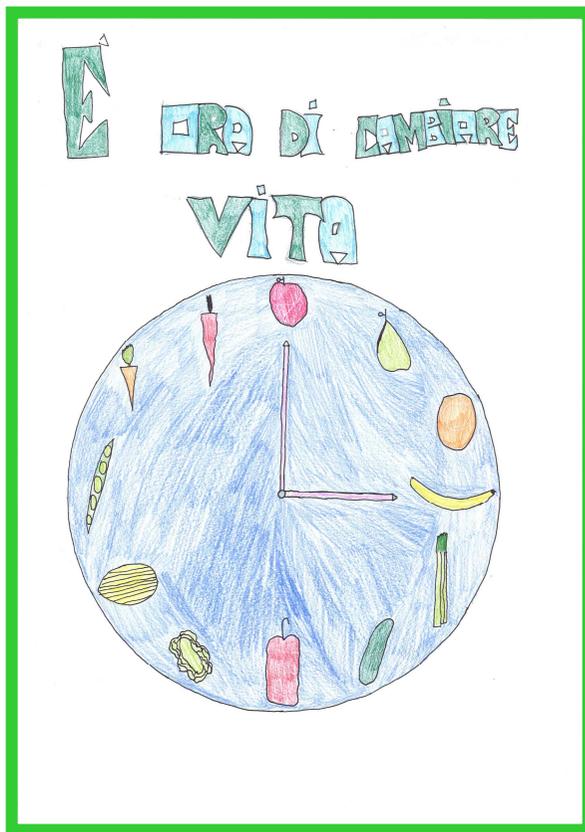
XII PASSO: autostima e bellezza autentica
(la bellezza della diversità)

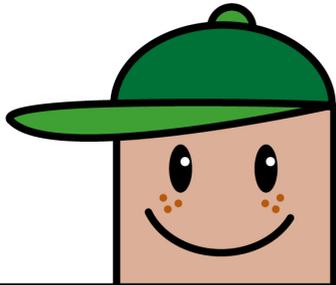


SCUOLA SECONDARIA DI 1°

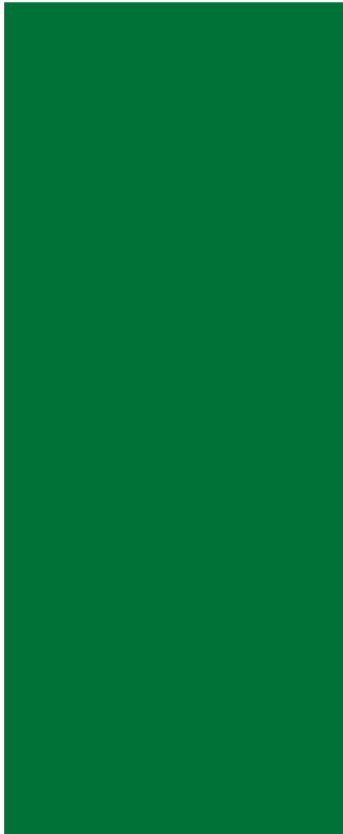


GHIGO' TALENT SCOUT

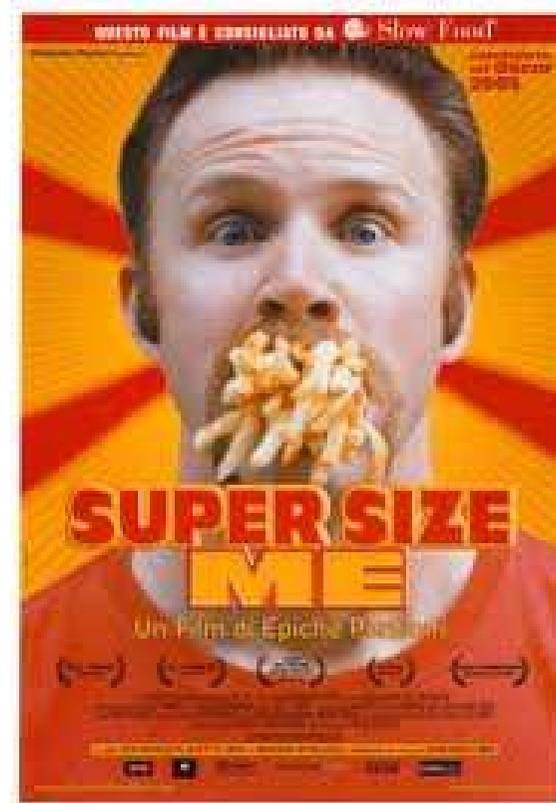


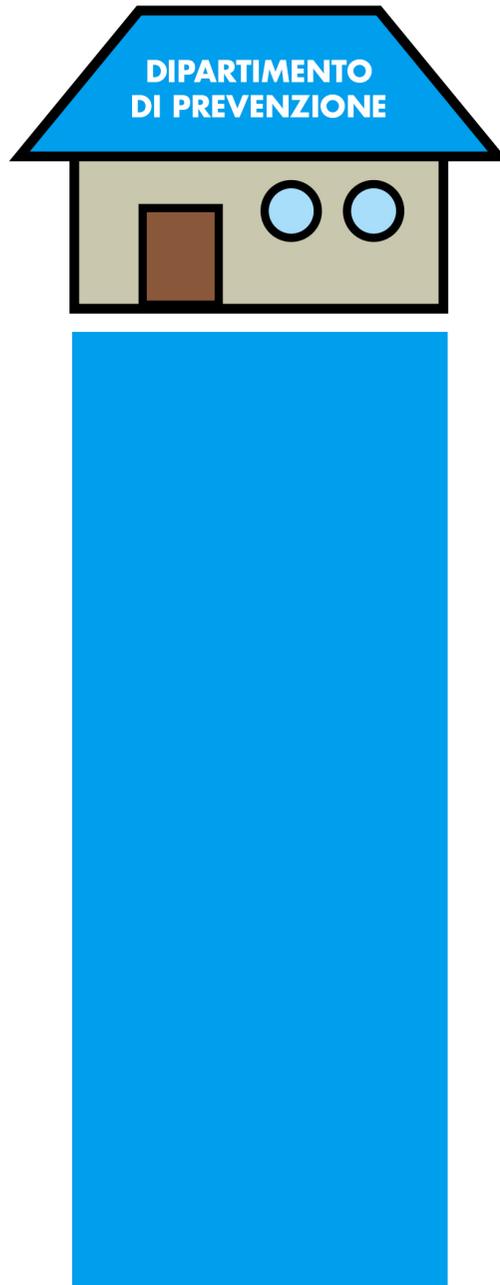


SCUOLA SECONDARIA DI II°



CINEFORUM





DIPARTIMENTO
DI PREVENZIONE

“UNA MENSA SU MISURA”

Regolarizzare gli apporti calorici e nutrizionali delle mense valdostane attraverso:

- menù appropriati

-sperimentazione del “piatto pilota”



XV Conferenza Nazionale
HPH & HS
Trieste 8 novembre 2012





Biblioteca Regionale: Cineforum

“ANGOLO DI GHIGO”: promozione sani stili di vita

“LIBRI DELLA SALUTE”: consultazione libri tematici

Kit didattico “A SCUOLA DI SALUTE PASSO DOPO PASSO” - consultable



XV Conferenza Nazionale
HPH & HS
Trieste 8 novembre 2012





SPORTELLO DI COUNSELING



Cos'è ?

Spazio di ascolto in cui poter esprimere liberamente domande e dubbi e in cui potersi confrontare con un esperto su atteggiamenti e comportamenti ritenuti critici.

A chi si rivolge ?

- adolescenti
- adulti
- genitori
- insegnanti

che necessitano di un confronto o un sostegno rispetto alle seguenti criticità:

- alimentazione
- insoddisfazione corporea
- preoccupazioni rispetto al peso e al cibo
- autostima

Modalità di accesso?

Telefonare alla segreteria del Centro DCA, dalle 9.00 alle 13.00, al seguente numero di tel. 0165544617



XV Conferenza Nazionale
HPH & HS
Trieste 8 novembre 2012





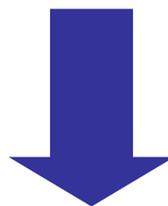
Campagna di promozione della salute all'interno del supermercato



RISULTATI

2008

24% (18% sovrappeso e 6% obesi)



2010

21% (17% sovrappeso e 4% obesi)

Rapporto Regionale OKKio alla salute. *Risultati dell'indagine 2008/2010*. Regione Valle d'Aosta.



XV Conferenza Nazionale
HPH & HS
Trieste 8 novembre 2012



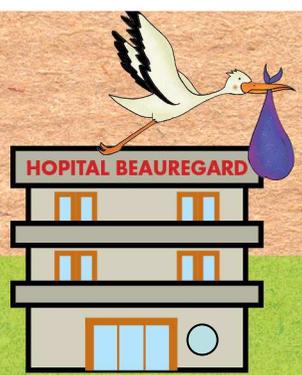
La Synchronie da bien être

alimentazione

attività fisica

autostima
bellezza autentica

Grazie per
l'attenzione



PREPARTO

0-3 anni



3-5 anni

6-10 anni

11-13 anni

14-18 anni

