

Allegato 1

SCHEDA INFORMATIVA

TITOLO DEL PROGETTO: SOSTENIBILITÀ E KNOWLEDGE NUTRIZIONALE: ASSOCIAZIONE CON LO STATO NUTRIZIONALE NEGLI ADOLESCENTI IN ITALIA (SUN_ITA).

Il progetto di ricerca a cui si chiede di partecipare è stato ideato con l'intenzione di porre l'attenzione sugli **adolescenti** poiché rappresentano una fascia di popolazione particolarmente critica per l'adozione di corrette abitudini alimentari e di uno stile di vita adeguati al raggiungimento e al mantenimento di uno stato di benessere del singolo e del pianeta.

Nasce nel contesto di un progetto nazionale selezionato all'interno di uno dei 14 partenariati previsti dal Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza (PNRR) sulla tematica "Modelli per un'alimentazione sostenibile" e dal titolo "ON Foods - Research and innovation network on food and nutrition Sustainability, Safety and Security – Working ON Foods" coordinato dall'Università di Parma (<https://www.onfoods.it/>).

Lo Studio SUN-ITA è coordinato dall'Università degli Studi di Milano e coinvolge il Consiglio per la Ricerca in Agricoltura e l'Economia Agraria (CREA) e l'Università degli Studi Federico II di Napoli.

QUAL È L'OBIETTIVO

L'obiettivo generale è valutare l'impatto dello stile di vita (dieta e attività fisica), delle conoscenze in ambito di alimentazione e sostenibilità e dello stato psicologico (ansia) sullo stato di nutrizione di un gruppo di adolescenti di età compresa tra 11 e 14 nel Nord, Centro e Sud Italia.

COSA FAREMO

Il giorno dedicato alla raccolta dati, che sarà concordato con la scuola, a ciascuno studente che deciderà di partecipare verranno rilevate delle semplici misure per definire il suo stato ponderale.

In particolare saranno registrati:

- **Peso**
- **Statura**
- **Circonferenza vita**
- **Composizione corporea** tramite bioimpedenziometria, una tecnica non invasiva che permette di stimare l'acqua corporea, la massa grassa e la massa magra.

Tali misurazioni richiederanno circa 15 minuti per ogni studente, non sono invasive e non rappresentano nessun rischio per la salute; verranno effettuate dal personale di ricerca adeguatamente formato, tramite strumenti ad hoc, rispettando la privacy di ciascun partecipante, in un locale adeguato messo a disposizione dal Vostro istituto.

Nell'arco della stessa mattinata saranno poi consegnati ai ragazzi 6 **questionari a risposta multipla** da compilare in autonomia sotto la guida e supervisione del personale di ricerca.

In particolare, i questionari indagano:

- l'aderenza alla Dieta Mediterranea
- le abitudini alimentari
- il livello di attività fisica
- le conoscenze in materia di nutrizione e sostenibilità
- lo stato di ansia

Il tempo complessivo richiesto per la compilazione dei questionari è di **circa 60 minuti**.

Inoltre, poiché in questa fascia di età le scelte alimentari non sono ancora compiute in totale autonomia, ma dipendono in buona parte dal contesto familiare, è previsto un ulteriore **questionario** (sempre a risposta multipla) **indirizzato al genitore/tutore** che maggiormente si occupa della spesa e della preparazione dei pasti, da compilare a **casa via web**. A questo scopo verrà fornito un QR code attraverso il quale ci si potrà collegare al link per la compilazione online. Il tempo richiesto per la compilazione del questionario è di **circa 10-15 minuti**.

ADESIONE E PRIVACY

La partecipazione al progetto di ciascuno studente è **gratuita** e prevede la **firma** da parte **dei genitori/tutori del consenso informato** specificamente predisposto. Il partecipante sarà comunque libero in qualsiasi momento di ritirarsi qualora non fosse più interessato.

Tutti i dati raccolti verranno trattati in forma anonima attraverso l'utilizzo di un codice in modo da rispettare la privacy dei partecipanti.

RISULTATI

Per illustrare i risultati principali e sensibilizzare i ragazzi e le famiglie sull'importanza della sana alimentazione e di un corretto stile di vita, al termine dello studio, in caso di interesse, si potranno organizzare uno o più incontri a scuola con i partecipanti, i genitori e gli insegnanti. A tale proposito è prevista anche la distribuzione di materiale divulgativo.