



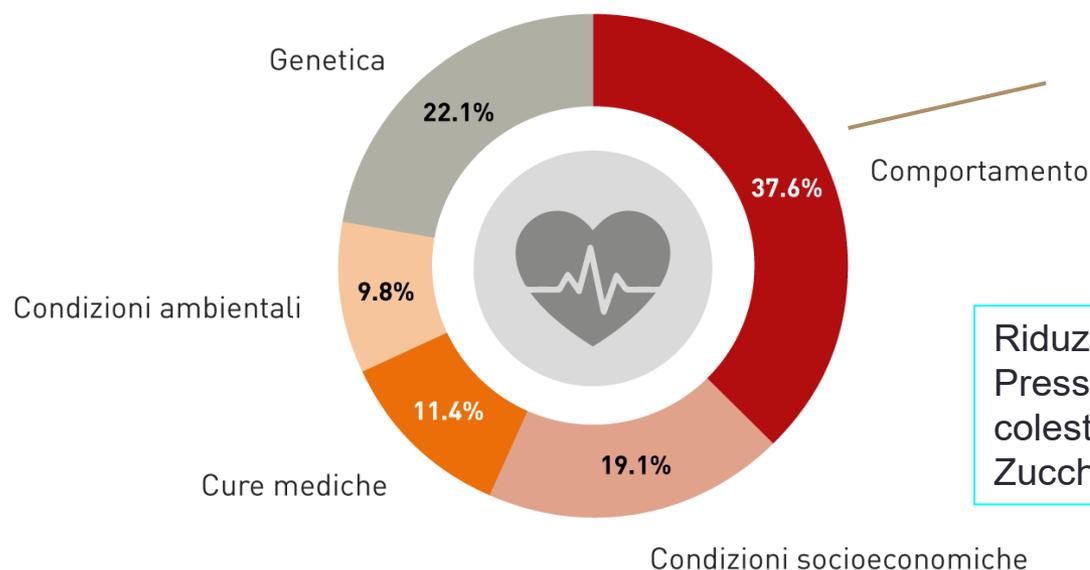
Prevenzione della carie nella fascia d'età 0-6 anni



Una Comunità scolastica che promuove Salute

A cura di:
Dr.ssa Silvia Cardetti, Psicologa psicoterapeuta
Servizio Promozione della Salute ASL CN1

QUALI FATTORI INFLUENZANO MAGGIORMENTE LA SALUTE DI UNA POPOLAZIONE?



Oltre la metà delle cause di morte ed il 60% della spesa sanitaria sono il risultato di 7 fattori di rischio modificabili:

- ipertensione ✓
- fumo di tabacco
- elevato consumo di alcol
- ipercolesterolemia ✓
- sovrappeso e obesità ✓
- scarso consumo di frutta e verdura ✓
- scarsa attività fisica

Riduzione delle morti:

Pressione nei limiti (meno sale): → -54,4%

colesterolo nei limiti (meno grassi saturi): - 41,9%

Zucchero nei limiti: - 25,5% ✓

+ consumo di frutta e verdura (da 0 a 350 gr/die): ✓

→ - 23% rischio di infarto

→ - 16% rischio di ictus

→ - 28,5% rischio di cancro all'esofago

Alleati per il benessere dei bambini

La **scuola** si impegna a:

Inserire in tutte le materie nozioni ed esperienze utili alla conoscenza dei fondamentali della salute orale

.....

Promuovere l'adozione di comportamenti che favoriscono l'igiene orale e la sana alimentazione a scuola

.....

Sviluppare programmi di educazione alimentare in accordo con i responsabili della mensa ed a non distribuire dolci fuori dai pasti principali se non in occasioni speciali e concordate

.....

Collaborare con i professionisti della sanità del proprio territorio per promuovere salute



La **famiglia** si impegna a:

Sostenere il proprio figlio nei compiti di questo percorso formativo mettendo in atto le indicazioni del volantino
"Le buone pratiche per la salute orale dei vostri bambini - le buone abitudini nascono in famiglia"

.....

Avere un comportamento corretto nei riguardi dei propri denti per dare il giusto esempio

.....

Evitare di mettere in cartella bibite e snack dolci ed appiccicosi per la merenda dell'intervallo e di prediligere l'assunzione di frutta e verdura anche a casa

.....

Non trascurare i controlli dal proprio odontoiatra di fiducia per la prevenzione e la cura



E poi... largo alla fantasia!

Sostenere scelte sane:

- Feste di compleanno ludiche ...
- Pasqua nei libri...
- Merenda di stagione ...
- Merenda plastic free ...

E come parte della comunità scolastica:

- farsi promotori di una cultura della salute: condividere le informazioni attendibili con gli altri genitori ...
- Esercitare il diritto alla salute: chiedere attenzione alla salute in tutte le occasioni di scelta

Mi informo qui

- «La salute si costruisce da piccoli»
- <https://www.youtube.com/watch?v=Xm1j015E26Q&list=PLX5XQWCBkyCPxykcXmxaKNYIUGHqqmemk&index=1>
- «A scuola la salute è sempre promossa»
- https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_484_allegato.pdf
- Denti sani bimbi sani – opuscoli (con traduzioni)
- <https://www.aslcn1.it/prevenzione/promozione-salute/promozione-della-salute/scuola-e-salute>