

Sommario Rassegna Stampa

Pagina	Testata	Data	Titolo	Pag.
Rubrica	ADI WEB			
	InToscana.it	21/09/2018	<i>SCUOLA: COSA C'E' A MENSA OGGI? A CARMIGNANO TE LO DICE L'APP</i>	2
	Met.Provincia.Fi.it	20/09/2018	<i>CARMIGNANO. "MENU' CHIARO", LA WEB APP PER CONOSCERE I PIATTI DELLA MENSA SCOLASTICA, LA MASSA CORPO</i>	5
	Salernonotizie.it	18/09/2018	<i>INGRASSI E PENSI SIA QUALCHE INTOLLERANZA? SBAGLIATO</i>	7
	Sanihelp.it	18/09/2018	<i>TORNARE IN FORMA TENENDO D'OCCHIO LE PORZIONI</i>	10

IL NETWORK DI INTOSCANA ▾

intoscana.it

VIVERE, PRODURRE, VIAGGIARE

Cerca...



NEWS



SERVIZI



EVENTI



TV



VIVERE

Per chi vive la Toscana come cittadino



PRODURRE

Per chi lavora e produce in Toscana



VIAGGIARE

Per chi scopre la Toscana come viaggiatore

ENOGASTRONOMIA

Scopri tutti gli argomenti ▾

SCUOLA: COSA C'È A MENSA OGGI? A CARMIGNANO TE LO DICE L'APP



➔ ARTICOLI CORRELATI

VIVERE ▶ *Tecnologia*

Per i genitori l'App Menù Chiaro: piatti della mensa e consigli alimentari



Non solo il menu: sul proprio smartphone è possibile ricevere anche info su ingredienti, apporti nutrizionali e informazioni per una corretta e sana alimentazione

Si chiama 'Menù chiaro' ed è la nuova **web app realizzata da CIR Food per il Comune di Carmignano**, con l'obiettivo di dare informazioni a portata di smartphone alle famiglie che - grazie alla tecnologia - potranno conoscere non solo il menu servito nelle mense scolastiche ma anche gli ingredienti dei piatti e notizie sugli apporti nutrizionali delle pietanze distribuite ai bambini delle scuole primarie e dell'infanzia, sia pubbliche che private.

Basta dunque collegarsi dal proprio smartphone o PC all'indirizzo **www.menuchiaro.it/carmignano** e si potrà esplorare giorno dopo giorno il menù servito a scuola, accedere alle informazioni nutrizionali di ogni singolo pasto, calcolare l'indice di massa corporea del proprio bimbo e avere importanti informazioni legate ai principi di una corretta e sana alimentazione.



VIVERE ▶ Società

Nelle scuole del Chianti giro del mondo con un menu internazionale

VIVERE ▶ Società

Bambini camerieri alla mensa Progetto innovativo nel Chianti

f FACEBOOK



🐦 TWITTER

#menuchiaro

•• FLICKR



"Questa web app arriva dopo un lungo cammino effettuato con i componenti della commissione mensa per la ricerca del miglior equilibrio possibile tra le esigenze di gusto degli alunni e il mangiare sano previsto dalle linee guida per la ristorazione scolastica - spiega l'assessore alla Pubblica Istruzione **Tamara Cecconi** -. Il menù è stato proposto per la validazione all'Azienda Asl, che lo ha approvato portando modifiche minime al grosso lavoro fatto da genitori, dietiste e nutrizionisti esperti. Per come è strutturato, 'Menù chiaro' è in grado di offrire tutta una serie di informazioni utili su quello che i ragazzi mangiano a scuola e può aiutare alla costruzione di un sano regime alimentare per tutta la famiglia".



La web app è suddivisa in sezioni. La prima è **"Menù del giorno"**, suddiviso per scuola dell'infanzia e primaria, con il quale vengono visualizzate le diverse portate del pranzo, i valori nutrizionali di ognuna di esse e gli eventuali allergeni presenti nelle pietanze. La seconda sezione è **"Calcola l'indice di massa corporea"** dove, inserendo l'altezza, il peso, il sesso e l'età (massimo 18 anni), è possibile avere un'indicazione dello stato di forma del ragazzo e verificare così se è normopeso, sottopeso o sovrappeso. La terza sezione è quella dei **"Consigli di educazione alimentare"**, un modulo dedicato a una serie d'informazioni nutrizionali formulate e validate dall'Associazione Italiana di dietetica e nutrizione clinica.

21/09/2018

Commenti: 0

Ordina per Meno recenti



Aggiungi un commento...

Plug-in Commenti di Facebook

News dalle Pubbliche Amministrazioni
della Città Metropolitana di Firenze

Login



Area Fiorentina Chianti Empolese Valdelsa Mugello Piana Val di Sieve Valdarno Prato Pistoia Cerca:

Vai

Home Primo piano Agenzia Archivio Top News Redattori NewsLetter Rss Edicola Chi siamo gio, 20 Settembre

[Scuola]



Comune di Carmignano

Carmignano. "Menù chiaro", la web app per conoscere i piatti della mensa scolastica, la massa corporea e i consigli alimentari

L'assessore Cecconi: "Un servizio per fornire informazioni utili su ciò che i ragazzi mangiano a scuola e per aiutare tutta la famiglia alla costruzione di un sano regime alimentare"



Da lunedì 24 settembre sarà nuovamente attivo il servizio di refezione scolastica rivolto ai bambini delle scuole primarie e dell'infanzia (sia pubbliche che private) del Comune di Carmignano. Ma cosa viene servito nelle mense scolastiche? Quali ingredienti vengono utilizzati? E gli apporti nutrizionali di ogni singolo pasto? A queste e altre domande i genitori degli alunni iscritti al servizio mensa potranno trovare risposta immediata, con un semplice clic.

[+][ZOOM](#)

E' nata infatti "Menù chiaro", la nuova web app realizzata da CIR Food (la società appaltatrice del servizio mensa) per il Comune di Carmignano volta a garantire ai genitori degli studenti che usufruiscono della mensa scolastica la massima accessibilità alle informazioni sui pasti consegnati e ai contenuti relativi all'educazione alimentare.

Basta dunque collegarsi dal proprio smartphone o PC all'indirizzo

Primo piano Toscana Finanza

Sport

ANSA.IT Primo Piano[News di Topnews - ANSA.it](#)**Reparto chiuso, respinto ricorso primario****Bocelli duetta con Sheeran e Dua Lipa****Kim vuole incontrare di nuovo Trump****Capasa, da Ny Times attacco vergognoso****Mattarella a Int, Lombardia guida Paese**[Ansa Top News - Tutti gli Rss](#)**VIABILITÀ METEO SPETTACOLI EVENTI**

Servizi e strumenti



Foto



Gadgets



Mobile



Rss



Edicola



iMobi



Offerte di lavoro

**Incontro Domanda
Offerta di Lavoro**
Trova C.P.I.

Met

www.menuchiario.it/carmignano e si potrà esplorare giorno dopo giorno il menù servito a scuola, accedere alle informazioni nutrizionali di ogni singolo pasto, calcolare l'indice di massa corporea del proprio bimbo e avere importanti informazioni legate ai principi di una corretta e sana alimentazione.

"Questa web app arriva dopo un lungo cammino effettuato con i componenti della commissione mensa per la ricerca del miglior equilibrio possibile tra le esigenze di gusto degli alunni e il mangiare sano previsto dalle linee guida per la ristorazione scolastica - spiega l'assessore alla Pubblica Istruzione Tamara Cecconi -. Il menù è stato proposto per la validazione all'Azienda Asl, che lo ha approvato portando modifiche minime al grosso lavoro fatto da genitori, dietiste e nutrizionisti esperti. Per come è strutturato, 'Menù chiaro' è in grado di offrire tutta una serie di informazioni utili su quello che i ragazzi mangiano a scuola e può aiutare alla costruzione di un sano regime alimentare per tutta la famiglia".

Come funziona la web app "Menù chiaro".

La web app è suddivisa in sezioni. La prima è "Menù del giorno", suddiviso per scuola dell'infanzia e primaria, con il quale vengono visualizzate le diverse portate del pranzo, i valori nutrizionali di ognuna di esse e gli eventuali allergeni presenti nelle pietanze. Sarà inoltre possibile vedere il menù dei giorni precedenti e successivi e i relativi valori. Il menù, lo ricordiamo, è stato redatto di concerto tra l'amministrazione comunale, CIR Food e la sua nutrizionista, l'Azienda sanitaria e la commissione mensa, seguendo le linee di indirizzo per la ristorazione scolastica dettate dalla Regione Toscana. E' costituito generalmente da un primo piatto, secondo, contorno, pane toscano locale e frutta fresca di stagione. Prevede l'utilizzo per lo più di prodotti biologici e, dove possibile, a chilometro zero.

La seconda sezione è "Calcola l'indice di massa corporea" dove, inserendo l'altezza, il peso, il sesso e l'età (massimo 18 anni), è possibile avere un'indicazione dello stato di forma del ragazzo e verificare così se è normopeso, sottopeso o sovrappeso.

La terza sezione è quella dei "Consigli di educazione alimentare", un modulo dedicato a una serie d'informazioni nutrizionali formulate e validate dall'Associazione Italiana di dietetica e nutrizione clinica. Qui è indicato, per esempio, di cosa ha bisogno l'organismo, ma anche come distribuire la quota di energia e di nutrienti durante la giornata e quali sono le porzioni consone. Presenti poi alcuni consigli della Società italiana di pediatria, degli accorgimenti utili sull'apporto dei carboidrati e molto altro ancora.

20/09/2018 13.10

Comune di Carmignano

[^ inizio pagina](#)

Facebook Twitter
Accessibilità Scelta rapida
Notizie | Cantieri | Eventi


Archivio news
Archivio 2002-05
Toscana 2013
Città
Città Metropolitana
Comunicati stampa
U.R.P.
Ufficio stampa

Newsletter
Met
Sport
Non-profit

Tweet di @metfirenze

Met Firenze @metfirenze
#Firenze domani dà la parola agli anziani: è 'La forza degli anni' Convegno internazionale venerdì 21 e sabato 22 settembre in Palazzo Vecchio su iniziativa della Comunità di Sant'Egidio ift.tt/2NuaqCX



Montecatini Terme. Madonna lancia la linea cosmetica di MTG japan Il marchio di Montecatini nella campagna MDNA skin ift.tt/2Ozpylv

Incorpora Visualizza su Twitter

met IL QUOTIDIANO DELLE PUBBLICHE AMMINISTRAZIONI
Reg. Tribunale Firenze n. 5241 del 20/01/2003
Met
Città Metropolitana di Firenze
Via Cavour, 1 - 50129 Firenze

ARREDAMENTO COMPLETO A SOLI € 9.900

MONTELLA PRISMARREDO SCAMINI LE FABRILETTI



chiamalo 089 99 53 750 oppure il 347 69 75 491

Un mondo di soluzioni per chi ama comunicare



Nuova SEAT Arona.
Tua da 14.500€.



Ingrassi e pensi sia qualche intolleranza? Sbagliato



18 settembre 2018

0

Stampa



Le intolleranze alimentari possono essere responsabili dell'aumento di peso che si riscontra in maniera diffusa nella popolazione? La risposta meriterebbe di essere incisa a caratteri cubitali sul ferro: no.

Sono state otto società scientifiche – la Società Italiana di Diabetologia, l'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica, l'Associazione Medici Diabetologi, l'Associazione Nazionale Dietisti, la Società Italiana di Nutrizione Umana, la Società Italiana di Nutrizione Pediatrica e la Società Italiana dell'Obesità – a decretare che «non esiste alcun legame tra la presenza di eventuali allergie e intolleranze alimentari e il sovrappeso», afferma Rosalba Giacco, primo ricercatore dell'istituto di Scienze dell'Alimentazione del Cnr di Avellino. Di conseguenza anche la corsa ai test diagnostici si rivela inutile, per chi ha come obiettivo quello di vedere calare i chili in eccesso.

Troppi test diagnostici privi di efficacia

Le società hanno deciso di irrompere sulla scena con un documento condiviso per porre un freno al dilagare di test diagnostici spesso privi di qualsiasi validità scientifica. Le intolleranze alimentari – al lattosio, al glutine, all'istamina (contenuta o fatta rilasciare da pesce, crostacei, frutta secca, conservanti), ai solfiti (vino),

ARTICOLI RECENTI

Ingrassi e pensi sia qualche intolleranza? Sbagliato

Partenza sprint per la Salernitana, è la prima volta nell'era Lotito-Mezzaroma

Riforma Terzo Settore: al Comune di Salerno un tavolo promosso dall'Ordine Commercialisti

Capodanno Bizantino: anticipato al 27 settembre il concerto di Valentina Stella

Eboli: avviate le attività del Micronido presso la scuola Longobardi

La Regione Campania a "Terra Madre Salone del Gusto" 2018 di Torino

Aeroporti: dalla Regione Campania 3 milioni e mezzo allo scalo di Salerno

Testamento biologico: Castellabate istituisce registro Comunale

Da Salerno un grande Premio per la Ricerca nel campo delle Scienze Biomediche

Battipagliese: presentazione del nuovo allenatore Mario Pietropinto

al glutammato di sodio (funghi, pomodori, ma è anche usato come additivo) e ai dolcificanti (aspartame, sorbitolo) – sono una realtà scientificamente provata.

Le reazioni sono dovute a un deficit enzimatico (come accade per quella al lattosio), a un'eccessiva reattività rispetto ad alcune sostanze presenti in alcuni alimenti o alla presenza di alcuni additivi alimentari (solfiti, glutammato di sodio, addensanti, dolcificanti). Quello che invece non ha alcun fondamento scientifico è che le presunte intolleranze diagnosticate con i metodi più fantasiosi – test del capello, test della forza, biorisonanza, test del riflesso auricolare, Vega test, test su cellule del sangue – farebbero ingrassare.

Un business da 300 milioni di euro all'anno (solo in Italia)

Il ricorso a questi test sta crescendo a ritmi da non trascurare, se ogni anno sono circa quattro milioni gli esami fasulli eseguiti in Italia (costo compreso tra 90 e 400 euro). Totale dello spreco annuo: vicino ai trecento milioni di euro. Una cifra spaventosa, che l'anno scorso aveva convinto gli esperti della Società Italiana di Allergologia e Immunologia Clinica a presentare le prime linee guida per l'interpretazione dei test diagnostici.

«Orticaria acuta, sintomi gastrointestinali e anafilassi sono i segni distintivi delle allergie – afferma Walter Canonica, direttore della clinica di malattie dell'apparato respiratorio dell'Università di Genova e presidente della società -. Oggi, però, basta avere una stanchezza inspiegabile, qualche difficoltà digestiva, mal di testa, dolori alle articolazioni o altri disturbi non facilmente inquadrabili per autodiagnosticarsi un'intolleranza alimentare, prendendo di mira un cibo a caso. C'è perfino chi punta il dito contro una presunta intolleranza quando vede fallire una dieta».

Anche se c'è l'intolleranza, non è la causa del sovrappeso

Dunque è inutile compiere la corsa al test, con la speranza che un eventuale esito positivo possa rappresentare il prodromo della perdita di peso. «Non esistono prove scientifiche in grado di validare gli strumenti di diagnosi spesso utilizzati per sostenere il nesso tra intolleranze e obesità – prosegue Giacco -. La positività al test degli anticorpi IgG4 alimento-specifico non indica una condizione di allergia o intolleranza alimentare, ma una risposta fisiologica del sistema immunitario all'esposizione ai componenti presenti negli alimenti». Scopo del documento è quello di fornire al mondo scientifico e professionale un utile riferimento per garantire una corretta comunicazione con i cittadini.

Ma il messaggio punta ad arrivare direttamente anche alla popolazione, che sempre più spesso ha la possibilità di accedere a questi test prenotando una visita attraverso la rete: senza dunque ricorrere al consulto del medico di famiglia. Le uniche intolleranze alimentari per cui esistono test diagnostici sono quelle al glutine (dosaggio degli anticorpi e biopsia) e al lattosio (test del respiro). Negli altri casi, quando si sospetta una reazione avversa al cibo, il primo passo da compiere è l'esclusione di un'allergia (che provoca una reazione da parte del sistema immunitario) o, in alternativa, quella degli alimenti indiziati dalla dieta.

Per dimagrire bastano dieta e attività fisica

Adesso, di fronte al dilagare di approccio privo di evidenze scientifiche, altre otto

società hanno deciso di scendere in campo in difesa dei cittadini. Giorgio Sesti, direttore dell'unità operativa di medicina interna dell'azienda ospedaliero-universitaria Mater Domini di Catanzaro e presidente della Società Italiana di Diabetologia, coglie l'occasione per rimarcare che «c'è un solo modo per contrastare il sovrappeso: incrementare l'attività fisica e ridurre la quantità di calorie assunte con la dieta. I risultati migliori si ottengono utilizzando modelli alimentari che hanno radici tradizionali nella dieta mediterranea, tenendo conto delle necessità individuali».

Alla terapia nutrizionale per la perdita di peso, deve essere associato un cambiamento dello stile di vita, che includa anche un'attività fisica regolare di moderata intensità: almeno trenta minuti al giorno, per cinque giorni alla settimana. Chiosa lo specialista: «Creare un legame tra allergie e intolleranze alimentari e obesità rischia di essere un alibi pericoloso per la salute dei cittadini e un business per alcuni portatori di interesse».

Fonte LaStampa



Precedente

Partenza sprint per la Salernitana, è la prima volta nell'era Lotito-Mezzaroma

ARTICOLI CORRELATI

ARTICOLI DELL'AUTORE



Arrivano le nuove banconote da 100 e 200 euro: ora staranno nel portafoglio.



Allarme bomba in Galleria a Napoli: valigia era di un clockard



Masturbarsi in pubblico non è più reato, solo maxi multa



Commenti: 0

Ordina per **Meno recenti** ↕



Aggiungi un commento...

Plug-in Commenti di Facebook

Commenta

Comento:



Le parole più cercate: Pancia piatta Influenza Cefalea

Google Ricerca personalizzata

Cerca

Video
Home Fitness
 Sondaggi
Vota anche tu

Salute e benessere Bellezza Dieta Mamma e bambino Test e psiche Sesso e coppia Fitness Animali Oroscopo

Sanihelp.it > Dieta > Articolo

Tornare in forma tenendo d'occhio le porzioni

di **Angela Nanni**
Pubblicato il: 18-09-2018

Se al rientro dalle vacanze la linea non è esattamente quella che vorremmo, è bene tener presente che per tornare in forma anche ridurre le porzioni è di grande aiuto



© iStock

Sanihelp.it - Sono molti gli italiani che tornano dalle vacanze quanto meno **appesantiti**: non c'è da stupirsi, visto che i connazionali hanno candidamente ammesso, prima di partire, che in molti casi la meta delle vacanze è stata stabilita anche tenendo conto **dell'offerta food**.

Non a caso un sondaggio condotto dell'Osservatorio Nestlé ha evidenziato che il 59% degli italiani in vacanza non si è preoccupato affatto di risparmiare 'il palato', e che solo il 35% ha avuto un occhio di riguardo per il proprio benessere, dichiarando di aver cercato di **mangiare in modo equilibrato** almeno una volta al giorno.

La maggioranza, dunque, durante le vacanze si è lasciato sedurre dai cibi della tradizione abbondando con le quantità e d'altra parte come dire di no a **pizza, lasagne, carbonara, linguine allo scoglio** e pasta col pesto, solo per citare alcuni dei piatti più amati?

Evitarli come la peste in questo mese di settembre, d'altra parte significa danneggiare il

Contenuti correlati

- **Dove vado in vacanza? Dipende anche dall'offerta food**
- **Primavera: il colore del benessere in tavola è il verde**
- **Labbra più carnose e proporzionate con il Da Vinci Lips**

Le ultime News

- Iperattività nell'infanzia e Parkinson: esiste un legame?
- L'attività fisica produce nuovi neuroni
- Settembre: un milione di italiani in agriturismi e vendemmie
- Un nuovo farmaco contro la psoriasi
- Dormire poco incide su cuore, pressione, peso e metabolismo
- Capelli rovinati dopo l'estate per 7 vacanzieri su 10
- Polmonite: che cosa si sta facendo in concreto
- **Archivio News**
- **News Bellezza e Moda**

40 30 30 Dieta Zona Magri per sempre



Prova la nostra Dieta Online



Domande - risposte Esperto risponde

Lo sapevate che...

“ Bevande dolci da piccoli, cuore a rischio da grandi ”
I bambini che consumano alti livelli di bevande dolcificate e carboidrati hanno un...**continua**

bisogno di compensazione insito in ognuno di noi.

Non possiamo dimenticare, infatti, che concedersi uno di questi piatti significa gratificarsi e consolarsi per la fine delle vacanze e la ripresa degli impegni lavorativi e scolastici.

Ecco allora, che è bene avere ben chiaro quanto consiglia il dott. Giuseppe Fatati, Presidente della Fondazione ADI e coordinatore scientifico dell'Osservatorio Nestlé: «Se come primo piatto consumiamo **mezza porzione** invece di una porzione intera - ad esempio di trenette al pesto, di una pasta e ceci o di orecchiette alle cime di rapa - riusciamo a risparmiare tra le 200 e le 300 Kcal, pari a 20-30 minuti continuativi di nuoto. Al contempo è utile raddoppiare ad ogni pasto la quantità di **fibra** (alimenti soprattutto verdi) ma senza raddoppiare i condimenti! E per non arrivare a sera con i morsi della fame ci si può concedere, verso metà pomeriggio, una bruschetta non troppo condita o delle crudité (1 etto pari a circa 20 calorie)».

Un utile accorgimento, quindi, può essere quello di mangiare anche un primo piatto in un piatto da insalata o da dessert, in modo da ridurre le porzioni.

Più è grande il piatto, maggiore è la sua capienza e anche la volontà di finirlo, tanto più gustoso è il suo contenuto!

📄 FONTE - CONFLITTO DI INTERESSI:

Redazione - Comunicato stampa

© 2018 sanihelp.it. All rights reserved.

VOTA:



3.5 stars / 5

Vuoi ricevere la newsletter di Sanihelp.it?

La tua email

ISCRIVITI

Ti potrebbe interessare:

Video del Giorno:



Kamasutra.
Le posizioni illustrate
Scopri in: sesso e dintorni

Test

Quanto sei romantico?



Più romantico o più realista? San Valentino è alle porte, prova a scoprire con il nostro test quanto sai essere sentimentale **Fai il test**

Quiz

Rosmarino: 10 domande



In cucina è molto utilizzato come pianta aromatica, ma il rosmarino possiede molti altri benefici. Li conosci? **Fai il test**

[Chi siamo e contatti](#) - [Registrazione e newsletter](#) - [Mappa del sito](#) - [RSS](#) - [Termini e condizioni](#) - [Privacy policy](#)

Eventuali decisioni che dovessero essere prese dai LETTORI, sulla base dei dati e delle informazioni qui forniti sono assunte in piena autonomia decisionale e a loro rischio. Le informazioni qui riportate hanno carattere puramente divulgativo e orientativo; non sostituiscono la consulenza medica. È vietata la riproduzione anche parziale senza autorizzazione scritta. Reg. Tribunale di Monza n° 1556 del 18 dicembre 2001. Direttore responsabile: Marco Tarantola. P.IVA 03194560961