

## OMS 2026 – LINEE GUIDA SUGLI AMBIENTI ALIMENTARI SCOLASTICI

Le scuole possono svolgere un ruolo centrale nel favorire abitudini alimentari sane fin dall'infanzia. È il messaggio della nuova linea guida globale pubblicata dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) a gennaio 2026, che definisce politiche e interventi basati su evidenze per creare ambienti alimentari scolastici più sani, introducendo per la prima volta un approccio di tipo "whole-school", esteso a tutti gli spazi e alle attività che influenzano le scelte alimentari degli studenti. Riportiamo i punti essenziali del documento che crediamo possa avere un ruolo importante per la "salute alimentare" (con tutte le sue ricadute) dei bambini e degli adolescenti. Il documento per esteso è disponibile al seguente link: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/6989e26c-c181-4ec8-bb99-104415a2e142/content>.

### Introduzione e contesto

Nel gennaio 2026 l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha pubblicato il documento Policies and interventions to create healthy school food environments, con l'obiettivo di fornire raccomandazioni evidence-based per migliorare la qualità dell'alimentazione nelle scuole e contribuire alla prevenzione delle malattie non trasmissibili fin dall'infanzia.

Il documento nasce in risposta a un cambiamento rilevante del profilo nutrizionale globale: la prevalenza di sovrappeso e obesità in età pediatrica è in rapido aumento in tutte le aree del mondo e, per la prima volta, il numero di bambini con obesità ha superato quello dei bambini sottopeso. Questo fenomeno si associa a un aumento precoce del rischio cardiometabolico, a ricadute sulla salute mentale e a un impatto negativo sull'apprendimento e sul benessere complessivo. L'OMS identifica la scuola come un ambiente cruciale per la promozione della salute, poiché rappresenta uno spazio quotidiano in cui i bambini consumano pasti e spuntini, apprendono modelli alimentari e sviluppano abitudini che tendono a persistere nel tempo. In molti contesti, inoltre, il pasto scolastico costituisce una componente essenziale – talvolta la principale – dell'alimentazione giornaliera.

### Il concetto di ambiente alimentare scolastico

Elemento centrale delle linee guida è il concetto di ambiente alimentare scolastico, definito come l'insieme delle condizioni fisiche, economiche, sociali e normative che influenzano la disponibilità, l'accessibilità, la promozione e il consumo di alimenti e bevande all'interno e intorno alla scuola. Questo approccio supera una visione limitata al singolo pasto e include: i menu della mensa; i distributori automatici e i punti vendita; l'accesso all'acqua potabile; la pubblicità e il marketing alimentare; l'organizzazione degli spazi e dei tempi di consumo; le norme e le politiche scolastiche.

Secondo l'OMS, le scelte alimentari dei bambini non dipendono solo dalle conoscenze nutrizionali, ma sono fortemente influenzate dal contesto. Per questo motivo, intervenire sull'ambiente è considerato più efficace e più equo rispetto a strategie basate esclusivamente sull'educazione individuale.

### Obiettivi delle linee guida

Le linee guida OMS 2026 si propongono di:

- migliorare la qualità nutrizionale degli alimenti disponibili a scuola;
- ridurre l'esposizione a cibi e bevande ad alto contenuto di zuccheri, sale e grassi;
- sostenere scelte alimentari sane in modo sistematico;

### Policies and interventions to create healthy school food environments

WHO guideline



- ridurre le disuguaglianze nutrizionali tra bambini di diverso background socioeconomico;
- fornire un quadro di riferimento adattabile ai diversi contesti nazionali.

Le raccomandazioni sono rivolte principalmente a decisori politici, amministrazioni scolastiche e autorità sanitarie, ma hanno implicazioni dirette anche per gli operatori sanitari che lavorano con bambini e famiglie.

### Aree principali delle raccomandazioni

#### 1. Fornitura diretta di alimenti e bevande sane

La prima raccomandazione, classificata come forte, riguarda la fornitura diretta di pasti e bevande sane nelle scuole. Si raccomanda che le scuole garantiscano regolarmente alimenti nutrienti, sicuri e culturalmente appropriati, in linea con le linee guida nutrizionali nazionali. I pasti dovrebbero includere:

- frutta e verdura in modo sistematico;
- cereali integrali;
- legumi e altre fonti proteiche adeguate;
- quantità controllate di grassi, sale e zuccheri aggiunti;
- acqua potabile gratuita e facilmente accessibile.



È dimostrato che la disponibilità strutturata di pasti sani migliora la qualità complessiva della dieta, riduce il consumo di alimenti ultra-processati e contribuisce a normalizzare modelli alimentari equilibrati.

## 2. Standard nutrizionali per cibi e bevande

Un elemento di particolare rilievo è la raccomandazione di adottare standard nutrizionali chiari e vincolanti per tutti gli alimenti e le bevande offerti o venduti a scuola. Tali standard dovrebbero applicarsi non solo alle mense, ma anche ai distributori automatici, ai punti vendita interni, agli eventi scolastici e alle attività promozionali.

Gli standard dovrebbero: definire limiti per zuccheri, sale e grassi saturi; orientare le porzioni in base all'età; escludere o limitare prodotti a basso valore nutrizionale. La presenza di regole coerenti può ridurre la variabilità dell'offerta, proteggere i bambini dall'esposizione continua a opzioni non salutari e facilitare il lavoro educativo di famiglie e operatori sanitari.

## 3. Interventi di nudging

Le linee guida introducono esplicitamente il ricorso a interventi di nudging, ossia modifiche dell'ambiente che orientano le scelte alimentari senza imporre divieti. Tra gli esempi proposti: posizionare gli alimenti più sani in aree più visibili o accessibili; migliorare la presentazione estetica di frutta e verdura; utilizzare etichette semplici e intuitive; incentivare economicamente le opzioni più sane.

Questa raccomandazione è definita condizionale, poiché l'efficacia dipende dal contesto e dall'integrazione con politiche strutturali. Tuttavia, l'OMS riconosce il nudging come uno strumento utile per sostenere comportamenti salutari nel quotidiano.

## Monitoraggio, applicazione e adattamento

Un messaggio trasversale del documento è che le politiche alimentari scolastiche devono essere monitorate e applicate per essere efficaci. L'OMS raccomanda di prevedere:

- a) sistemi di controllo della qualità dei pasti;
- b) verifiche periodiche del rispetto degli standard;
- c) indicatori semplici di processo e risultato;
- d) meccanismi di feedback.

Le linee guida sottolineano inoltre la necessità di adattare le raccomandazioni ai contesti locali, tenendo conto delle risorse disponibili, delle tradizioni alimentari e delle infrastrutture scolastiche.

## Implicazioni generali per la salute dell'infanzia

L'OMS evidenzia che ambienti alimentari scolastici sani contribuiscono non solo alla prevenzione dell'obesità, ma anche al miglioramento dello stato nutrizionale complessivo, del benessere psicologico e della capacità di apprendimento.

Le politiche scolastiche rappresentano quindi uno strumento di sanità pubblica ad alto impatto e costo-efficacia favorevole.

## Commento

A livello globale, si stima che circa 466 milioni di bambini ricevano pasti scolastici, ma restano limitate le informazioni sulla qualità nutrizionale degli alimenti offerti. La linea guida invita i Paesi a rafforzare la governance dell'offerta alimentare nelle scuole attraverso alcune raccomandazioni principali. Si prevede l'adozione di standard o regole per aumentare la disponibilità, l'acquisto e il consumo di alimenti e bevande che supportano una dieta sana, limitando al contempo quelli meno salutari. L'OMS evidenzia che i dati del database globale dell'OMS sull'attuazione delle azioni in ambito alimentare e nutrizionale indicano che, a ottobre 2025, 104 Stati membri disponevano di politiche sull'alimentazione scolastica, con quasi tre quarti dotati di criteri obbligatori sulla composizione dei pasti. Tuttavia solo 48 Paesi avevano introdotto restrizioni al marketing di alimenti ad alto contenuto di zuccheri, sale o grassi.

Le linee guida OMS 2026 sull'alimentazione scolastica possono segnare un passaggio importante anche per la pediatria, perché riconoscono in modo esplicito che la salute nutrizionale dei bambini non può essere affidata esclusivamente alle scelte individuali o familiari. Dal punto di vista applicativo, il documento rafforza l'idea che il pediatra debba considerare l'ambiente scolastico come parte integrante del contesto di prevenzione e di cura. Valutare lo stato nutrizionale di un bambino significa anche interrogarsi su cosa è disponibile e promosso nei luoghi che frequenta quotidianamente.

Le raccomandazioni OMS offrono inoltre una cornice utile per sostenere il dialogo con scuole e amministrazioni locali, spostando l'attenzione dalla responsabilità del singolo alla responsabilità collettiva. In questo senso, il pediatra può svolgere un ruolo di mediazione e advocacy, contribuendo a rendere coerenti i messaggi educativi forniti in ambulatorio con l'ambiente in cui i bambini vivono. Infine, l'introduzione del concetto di ambiente invita a una riflessione pragmatica: piccoli cambiamenti ambientali, se sistematici, possono produrre effetti significativi nel tempo. È una prospettiva che ben si integra con l'approccio preventivo proposto dai pediatri, orientato a interventi precoci, sostenibili e proporzionati. Queste indicazioni offrono una cornice solida in più per rafforzare il ruolo del contesto di assistenza pediatrica, educativo e di sanità pubblica, contribuendo alla promozione di abitudini alimentari sane fin dall'infanzia. Aspetti che sono riproposti in conformità alle scelte sane alimentari ribadite recentemente dalla Società Italiana di Pediatria (SIP) con le 6 A da seguire sin da piccoli (Medico e Bambino 2025;44(4):222-3). E tra le 6 A c'è l'adozione di Alimentazione equilibrata essenziale per la salute. "Segui i principi della dieta mediterranea: tanta frutta, verdura, legumi, cereali integrali, olio d'oliva e poca carne rossa. Riduci gli alimenti confezionati e le bevande zuccherate. Non saltare mai la prima colazione e punta su pasti vari, semplici ed equilibrati. La SIP propone la Piramide alimentare transculturale, uno strumento educativo che integra alimenti tipici di diverse culture, promuovendo varietà e inclusione nelle scelte alimentari"; principi che hanno anche e soprattutto nel contesto scolastico la necessità di essere contestualizzati, promossi, condivisi (con i bambini e adolescenti) e applicati.

## Federico Marchetti

UOC di Pediatria e Neonatologia, Ospedale di Ravenna,  
Dipartimento di Scienze Mediche e Chirurgiche (DIMEC),  
Università di Bologna