**Uno studio pilota per esaminare gli effetti di un intervento sulla Conoscenza e sui Comportamenti riguardanti la Nutrizione in Middle School Children**

**A Pilot Study to Examine the Effects of a Nutrition Intervention on Nutrition**

**Knowledge, Behaviors, and Efficacy Expectations in Middle School Children**

MARIANE M. FAHLMAN, PhD JOSEPH A. DAKE, PhD, MPH NATE MCCAUGHTRY, PhD JEFFREY MARTIN, PhD

I risultati di questo studio pilota suggeriscono che una sana educazione alimentare favorisce l’assunzione di più frutta e verdura e meno di cibo spazzatura.

**A Pilot Study to Examine the Effects of a Nutrition Intervention on Nutrition**

**Knowledge, Behaviors, and Efficacy Expectations in Middle School Children**

**ABSTRACT**

**BACKGROUND**: Questo è stato uno studio pilota per determinare l'impatto del Curriculum del Michigan Model (MM) sulla Nutrizione sulle conoscenze nutrizionali, le aspettative di efficacia, ed i comportamenti alimentari negli studenti delle scuole medie.

**METODI**: Lo studio è stato condotto in un grande ambiente metropolitano e approvato dal Institutional Review Board. I partecipanti per questo studio sono stati divisi in un gruppo di intervento (n = 407) e un gruppo di controllo (n = 169). Un istruttore MM ha insegnato agli insegnanti sanitari l'utilizzo del programma di studi, e gli insegnanti successivamente hanno insegnato il programma di studi agli studenti del gruppo di intervento. Un questionario valido e affidabile è stato utilizzato per determinare le differenze pre-post. Consisteva in tre sottoscale che valutavano le abitudini alimentari, le conoscenze nutrizionali, e le aspettative di efficacia verso una sana alimentazione. Ogni punteggio è stato analizzato utilizzando i 2 gruppi (controllo vs intervento) per 2 volte (pre vs post) l'analisi della varianza.

**RISULTATI**: Il gruppo di intervento ha aumentato le loro conoscenze riguardo la nutrizione. C’è stato anche un effetto principale significativo per i gruppi nei '' comportamenti alimentari'' e nell’ '' Aspettative efficaci per quanto riguarda il mangiare sano.'' Analisi seguenti hanno rivelato che il gruppo di intervento era significativamente più propenso a mangiare frutta e verdura e meno probabilità di mangiare cibo spazzatura rispetto al gruppo di controllo. Gli studenti del gruppo di intervento confidava di più nel mangiare sano.

**CONCLUSIONI**: I risultati di questo studio pilota suggeriscono che il Curriculum sulla nutrizione MM consegnato da professionisti addestrati comporta significativi cambiamenti positivi sia per la conoscenza nutrizione sia per i comportamenti nei bambini delle scuole medie. Ulteriori ricerche devono essere condotte per determinare l'impatto a lungo termine.