

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

GIÀ ALLE ELEMENTARI, UN BIMBO SU TRE PESA TROPPO

Sono oltre un milione e centomila, secondo una nuova stima appena pubblicata dall'Istituto Superiore di Sanità (ISS), i bambini italiani di età compresa tra 6 e 11 anni con seri problemi di eccesso ponderale. Questa cifra emerge dall'indagine "Okkio alla salute", condotta nelle scuole di 18 regioni italiane dai Ministeri del Welfare e dell'Istruzione, con la supervisione dell'ISS e la partecipazione dell'Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione (INRAN).

Circa 45.500 bambini di terza elementare sono stati sottoposti ad alcune misurazioni e a un'intervista sulle proprie abitudini, in primo luogo relative ad alimentazione e attività fisica: il 12,3 % dei bambini è risultato obeso e un altro 23,6% in sovrappeso. In pratica è risultato che un bambino su tre ha un peso superiore a quello considerato normale e sano per la sua età. Applicando questi valori all'intera popolazione di bambini delle scuole primarie, si arriva a stimare che 1.100.000 bambini tra i 6 e gli 11 anni sono sovrappeso o obesi, con notevoli differenze tra le regioni, e in generale con una maggior prevalenza del sovrappeso in quelle meridionali.

Quanto alle abitudini alimentari, sono purtroppo diffuse quelle scorrette: l'11% dei bambini non fa colazione, il 28% la fa in maniera non adeguata e l'82% fa una merenda di metà mattina troppo abbondante. Anche all'attività fisica non viene prestata sufficiente attenzione: solo un bambino su dieci fa attività fisica in modo adeguato per la sua età (almeno un'ora al giorno).

I ricercatori hanno sottolineato un aspetto importante che coinvolge direttamente anche pediatri e medici di famiglia: la mancata percezione del problema da parte dei genitori. Tra le madri di bambini sovrappeso o obesi, addirittura 4 su 10 non si rendono conto della situazione di rischio, ritenendo che il proprio figlio abbia un peso normale rispetto all'altezza. Parallelamente, molti genitori non sanno stimare correttamente la quantità di cibo assunta dai propri figli, e tendono a sottovalutarla. La seconda fase del progetto prevede la realizzazione di materiali informativi rivolti alle scuole, al fine di orientarle ad interventi efficaci a favore della promozione della salute dei bambini.

Fonte:

Istituto Superiore di Sanità, campagna "Okkio alla salute"

Realizzato con il contributo del Ministero delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali
D.M. 25961 del 27/12/2007