

Piccoli italiani in sovrappeso

Sono più di un milione i bimbi italiani fuori peso forma, nella fascia di età tra 6 e 11 anni, ogni 100, 24 sono in sovrappeso e 12 obesi

E' questo il quadro nazionale emerso dal progetto "Okkio alla salute", un'indagine condotta in 2.610 classi, circa 46.000 bambini, in 18 regioni italiane dal ministero del Welfare, coordinato dall'Istituto superiore di sanità in collaborazione con il Miur e con la partecipazione dell'Istituto nazionale di ricerca e nutrizione. I numeri, proiettati a tutta la popolazione nella fascia di età tra 6 e 11 anni, indicano l'Italia divisa in tre blocchi: a Nord il peso dei bambini è entro la media nazionale (Sardegna compresa), un Centro leggermente superiore mentre a Sud è decisamente superiore. In particolare, se il sovrappeso è abbastanza diffuso ma con valori vicini alla media nazionale del 24% nelle diverse aree, per l'obesità si riscontrano più variazioni. "I numeri di Campania (21%), Sicilia (17%), Molise (16%) e Calabria (16%) - rileva Angela Spinelli dell'Iss, responsabile scientifico del progetto - si scontrano con una media nazionale del 12%, e con i minimi di Friuli Venezia Giulia (4%), Valle d'Aosta (6%) o Sardegna (7%)". L'indagine ha permesso anche di delineare le abitudini alimentari e l'attività fisica dei bambini italiani: "L'11% dei bimbi salta la prima colazione e il 28% la fa in modo sbagliato, - sottolinea la ricercatrice - la merenda di metà pomeriggio è troppo calorica per l'82%, e quasi uno su quattro non consuma né frutta né verdura. Solo un bimbo su 10 pratica l'attività fisica raccomandata per la sua età. E anche alla luce di questo dato vorrei che il sottosegretario al Welfare intervenisse in prima persona, affinché l'ora di attività fisica obbligatoria nelle scuole primarie raddoppiasse". Inoltre, ad allarmare gli specialisti, il fatto che le mamme italiane sembrano non accorgersi del problema dei loro figli: quattro mamme su 10 con bimbi in sovrappeso non ritengono che il proprio figlio abbia un problema di questo tipo e sottovalutano la quantità di cibo che consumano. Nelle scuole italiane la situazione sembra migliore: il 64% delle scuole ha una mensa e il 12% prevede la distribuzione di alimenti sani. Il 74% delle scuole, inoltre, ha inserito nei programmi approfondimenti in tema di nutrizione e il 71% delle classi svolge due ore di attività motoria a settimana.

Adnkronos salute

da Nutrizione 33, anno 3°, n°34 del 10/10/2008