

IDATI Indagine di Okkio alla Salute: il 44,1% dei ragazzini tra gli 8 e i 9 anni sono in sovrappeso

I bambini napoletani sono i più obesi di tutta Italia

Cattive abitudini alimentari tra le cause, la dieta Mediterranea una soluzione

DI **ANTONIO DE LUCE**

NAPOLI. Anche quest'anno una volta Napoli e la Campania si confermano maglia nera per l'obesità infantile. Un triste primato che la Regione, con il capoluogo in testa, proprio non riesce a scrollarsi di dosso. I numeri sono impietosi: in Campania il 26,2% dei bambini tra gli 8 e i 9 anni è in sovrappeso e il 17,9% è obeso, secondo i dati diffusi da Okkio alla Salute. Totale? quasi la metà, il 44,1% dei bambini campani sono in sovrappeso. Non è il primo anno, anzi, che la Campania si prende questo triste primato. Segno che le cattive abitudini alimentari, che gli esperti individuano come una delle cause maggiori dell'obesità infantile in Campania, sono dure a morire. Gli studi scientifici dimostrano come la prevenzione primaria dell'obesità e di tutte le patologie correlate a stili di vita non corretti, per essere efficace, deve avvenire sin dal concepimento. I primi mille giorni di vita del bambino sono unanimemente considerati determinanti dal punto di vista nutrizionale nel porre le basi della sua salute futura e nella riduzione dei rischi di sovrappeso e obesità. I consigli del pediatra alle neomamme in genere sono seguiti in modo scrupoloso. Il problema nasce dalle "deviazioni" successive, causate da una cattiva interpretazione delle regole da seguire, da scelte sbagliate e ritenute idonee. Deviazioni da collegare inevitabilmente nel Sud anche ai problemi di natura economica che affliggono

molte famiglie. Oggi allevare al meglio un figlio, soprattutto nei primi anni di vita, ha spesso costi difficili da sostenere per molte coppie meridionali, la maggior parte monoreddito, diverse con capifamiglia che hanno perduto il lavoro, moltissime non al riparo degli ammortizzatori sociali. Dunque, non solo buoni consigli da trasmettere ai genitori, ma l'urgenza di aiutarli seriamente con adeguati strumenti di sostegno, insieme a una corretta informazione sui danni causati da diete ipercaloriche ritenute economicamente convenienti. Gli esperti suggeriscono che la dieta mediterranea è una soluzione possibile per alleviare il problema, sin dallo svezzamento. «I dati del Rapporto Okkio alla Salute - sostiene la pediatra Raffaella De Franchis - sono molto preoccupanti. Per questo non bisogna abbassare la guardia, ma è importante porre sin da subito le basi per una corretta alimentazione. Le abitudini alimentari si costruiscono sin dal periodo fetale, per cui è importante che la madre segua un regime alimentare equilibrato, e offra al bambino piccolo, sin dalla nascita, il miglior nutrimento possibile. La dieta mediterranea è un regime alimentare ricco di olio di oliva, frutta, verdura, cereali integrali, frutta secca, con un modesto consumo di pesce e pollame viene sempre più considerata il modello per la salute dell'uomo. I Pediatri di famiglia della Federazione Italiana Medici Pediatri (FIMP) di Napoli del Gruppo di lavoro "Dieta Mediterranea in Pediatria" stanno da tempo promuovendo la diffu-

sione della Dieta Mediterranea già nelle prime epoche della vita. I dati preliminari del loro lavoro, che saranno presentati al Congresso della Società Europea di Gastroenterologia Pediatrica (ESPGHAN) a Ginevra dal 9 al 12 maggio 2018, mostrano come la percentuale di bambini svezzati con Dieta Mediterranea e che ad 1 anno hanno un'ottima aderenza a tale schema dietetico, sia pari al 73,4%. Il 23,9% ha un'aderenza intermedia e solo il 2,7% non è in linea con tale stile» All'approfondimento di questo tema sarà dedicato il quinto appuntamento del ciclo "Le donne sanno", dedicato al tema "Sapere quali regole seguire a tavola nei primi anni di vita". Il prossimo 14 maggio saranno riuniti a Napoli nei locali della Società di Storia Patria al Maschio Angioino (via Vittorio Emanuele III, terzo piano, sin dalle ore 16) tecnici ed esperti della nutrizione. Fra i protagonisti dell'incontro, organizzato alla Fondazione Mario e Paola Condorelli e da L'Altra Napoli, Gina Bonsangue dell'Associazione dei Cristallini; Fortunato Ciardiello professore ordinario di Oncologia Università della Campania Luigi Vanvitelli; Luigi Corrivetti, vicepresidente Ebris e Raffaella de Franchis, referente per la Dieta Mediterranea Federazione Italiana Medici Pediatri (Fimp). Modererà i lavori Antonio D'Avino, segretario provinciale FIMP Napoli.



Peso:55%



Peso: 55%