

UN'INDAGINE SVELA PERCHÉ I BAMBINI ITALIANI SONO SOVRAPPESO

Sempre più bambini dello stivale affetti dalla 'sindrome dell'eccesso di cibo'. E per saziarsi una dieta non equilibrata, lontana dalla quasi dimenticata Mediterranea, povera di calcio verdura pesce. Questi i risultati emersi dall'indagine dell'Osservatorio nutrizionale Grana Padano presentata al Congresso Nazionale della Società Italiana di Pediatria.

Roma 12 ottobre 2005 - Troppo e male. Così si potrebbe rispondere alla domanda su come mangiano oggi i bambini italiani. Messa definitivamente nel cassetto la dieta mediterranea, alla persistente richiesta di cibo da parte dei bambini i genitori rispondono con una dieta ricca di P: Pasta, Pane, Patate. Ma anche carni soprattutto rosse. Scarsa invece la presenza sulle tavole di frutta, verdura, pesce e anche micronutrienti essenziali per una sana crescita come calcio e vitamina D. E i bambini in sovrappeso aumentano in particolare nelle regioni del centro e sud dello stivale dove gli errori nutrizionali sono più evidenti.

Tali risultati emergono dall'elaborazione dei primi dati delle abitudini alimentari di un vasto campione di 8000 italiani (uomini, donne e bambini) coinvolti nel primo screening nazionale sulla nutrizione, condotto dall' 'Osservatorio Grana Padano', sviluppato in collaborazione con la *Federazione Italiana Medici Pediatri (FIMP)* e la *Società Italiana di Medicina Generale (SIMG)*. I dati pediatrici relativi a 2.629 bambini divisi in tre fasce di età a partire dai 3 anni fino ai 14 anni sono stati presentati in occasione del Congresso nazionale della SIP – Società Italiana di Pediatria, conclusosi recentemente a Montecatini.

Secondo i dati dell'Osservatorio Grana Padano dai 3 ai 14 anni sono poco graditi gli ortaggi e la frutta rispetto a quanto consigliato dai pediatri. Alle quasi 2,5 porzioni di ortaggi e 1,7 di frutta per gli adulti corrispondono per i giovanissimi, rispettivamente 1,5 e 1,4 porzioni al giorno. Le giovani classi preferiscono, invece, pasta e pane di cui consumano porzioni generose. Settimanalmente si riscontra, inoltre, per loro un maggior numero di porzioni di patate (2,6 contro le 2,3 degli adulti) e carni (4,6 porzioni contro 4,3 per quelle rosse e 2,7 contro 2,5 per quelle bianche). “L'elevato consumo di carne è probabilmente legato alla pressione esercitata dai genitori, ma non è giustificato da esigenze metaboliche o di accrescimento e tende a far sviluppare abitudini alimentari scorrette nel bambino”. Commenta **Claudio Maffei**, *Docente di Pediatria presso l'Università degli Studi di Verona*, membro del Board etico-scientifico dell'Osservatorio.

“Sono queste scelte a tavola di genitori e bambini – riprende Maffeis - che spiegano in buona parte l’eccesso ponderale nelle classi più giovani, un problema balzato all’attenzione di tutti i media grazie ai risultati di diversi studi epidemiologici”

In Italia, infatti, secondo quanto è emerso al Congresso della SIP, la Società Italiana di Pediatria, da poco terminato a Montecatini, un bambino su tre è soprappeso e di questi un terzo è già obeso. L’eccesso di peso rappresenta sempre più, per le classi più giovani, una vera e propria epidemia dalle conseguenze devastanti quali diabete, ipertensione, colesterolemia e patologie cardiovascolari tanto per citarne alcune, assai comuni nell’obeso adulto, ma ora sempre più frequenti nell’obeso più giovane.

“Dati dell’Osservatorio GP dimostrano che scendendo lungo lo stivale gli errori nutrizionali aumentano e, infatti, il numero dei bambini in sovrappeso e obesi mostra un andamento progressivamente crescente dal nord al centro e al sud del Paese, sia nei maschi sia nelle femmine” sottolinea Maffeis

Dall’analisi della frequenza di assunzione dei **micronutrienti** emerge, inoltre, che in media nei bambini vi è uno **scarso apporto** nella quantità di **calcio, vitamina D, antiossidanti e omega 3, licopene e polifenoli**. Il modesto consumo di latte, intero o parzialmente scremato, limitato a circa una porzione al giorno, contribuisce a spiegare la carenza di calcio. “Poiché la mineralizzazione ossea si realizza prevalentemente durante l’età evolutiva (tra i 10 e 14 anni nelle femmine e tra i 12 e i 16 nei maschi), ai fini di garantire uno sviluppo ottimale dell’osso e ridurre poi i rischi di osteoporosi, è importante che i bambini, in particolare le femmine, vengano educati a mangiare alimenti ad elevato contenuto di calcio, inserendoli opportunamente in un’alimentazione equilibrata sia per energia che per composizione in nutrienti, nel pieno rispetto dei fabbisogni” conclude Maffeis.

Osservatorio Nutrizionale Grana Padano

Cos'è:

L'Osservatorio nasce nel 2004 grazie all'impegno del Consorzio tutela Grana Padano in collaborazione con *FIMP (Federazione Italiana Medici Pediatri)* e *SIMG (Società Italiana di Medicina Generale)*. Ad oggi ha coinvolti nella sua realizzazione 325 medici, di cui 103 pediatri e 222 generalisti, che hanno raccolto circa 8000 questionari, con la costante supervisione di un board scientifico multidisciplinare.

Gli obiettivi:

- Ottenere una stima qualitativa delle abitudini nutrizionali attraverso un'indagine sulla popolazione.
- Fornire al medico uno strumento operativo per agevolare un'anamnesi nutrizionale più sensibile, nel rispetto e a completamento dell'attività clinica, diagnostica e terapeutica.
- Scoprire i principali errori nutrizionali degli italiani e iniziare a diffondere la cultura della nutrizione come condizione sempre più necessaria alla diminuzione delle patologie.

La popolazione osservata:

L'Osservatorio focalizza l'attenzione sulla necessità della corretta nutrizione e, in particolare, sul ruolo dei nutrienti strategici in alcune fasi della vita, fasi caratterizzate da eventi critici che possono incidere in modo permanente sul comportamento dell'individuo e sul suo stato di salute.

L'attenzione della ricerca è rivolta a 6 fasce d'età, tre competenti al Pediatra di Famiglia e tre al Medico di Medicina Generale:

3 – 6 anni (maschi e femmine)

7 – 10 anni (maschi e femmine)

11 – 14 anni (maschi e femmine)

30 – 40 anni (maschi e femmine)

41-59 anni (femmine)

≥ 60 anni (maschi e femmine)

Per ulteriori informazioni:

Valentina Alfieri

Ufficio Stampa OSC healthcare

Tel. 02 43912386

Fax. 02 700519125

Cel. 346 0152728

e-mail: valfieri@oscbologna.com