

Bimbi sempre più obesi: tante merendine e poco movimento

Pubblicato: Lunedì 8 Ottobre 2007



Gli obesi in Italia sono quasi cinque milioni. Un numero impressionante considerando le malattie che sono spesso correlate: dal diabete, alle disfunzione cardiocircolatorie, alle pancreatiti, al tumore.

Mercoledì 10 ottobre dalle 9.30 alle 16.00, il servizio di **counselling dell'Asl, in via Rossi a Varese**, aprirà le porte per visitare e dare consigli. Si tratta della settima edizione della Giornata che avrà per slogan "[Controlla il tuo peso, risparmia salute e denaro](#)".

L'obesità è una patologia che si sta diffondendo: **negli ultimi cinque anni la percentuale di adulti obesi è aumentata del 9%**. La nostra provincia, da sette anni, aderisce alla campagna di sensibilizzazione e di prevenzione che coinvolge sia adulti sia bambini. Nel nostro territorio è stata condotta un'indagine **a tappeto coinvolgendo tutti i pediatri di libera scelta con uno studio specifico sul peso dei bambini tra i 5 e i 6 anni**. I dati fotografano una provincia che eguaglia i livelli nazionali: **il 6,7% dei maschi e il 7,8% delle femmine sono obesi**, mentre **il 17,9% dei bambini e il 18,6% delle bimbe è in sovrappeso**: «La comparsa di questa malattia in età infantile è grave sia per le ripercussioni fisiche nel momento della crescita, parliamo di piedi piatti o di problemi nelle articolazioni, sia per la facile insorgenza delle malattie in età adulta».

Nelle scuole, in particolare, viene promossa un'attività sugli stili di vita che, attraverso gli insegnanti, promuove la cultura di una corretta alimentazione: « Negli scorsi anni – ha spiegato la dottoressa **Maria Antonietta Bianchi dell'Asl** – abbiamo svolto un'indagine. **Abbiamo verificato che i nostri ragazzi conducono una vita poco sana**. Troppi "finger food" ma, soprattutto, troppa vita sedentaria, davanti alla televisione. Noi pensiamo che i nostri ragazzi sono sempre in moto, ma non si tratta di attività che porta effettivi vantaggi. Quanti bambini sono in grado di correre per dieci minuti di seguito?».

Attualmente, l'Asl sta effettuando un progetto sull'alimentazione e gli stili di vita nella **scuola Bosina**, dopo aver fatto identica esperienza **nell'istituto comprensivo di Mornago e al Circolo IV di Varese**. Presso l'Azienda sanitaria, inoltre, è attivo il servizio di counselling dove, dall'inizio dell'anno, sono già state effettuate 700 visite, tutte per bambini inviati dai pediatri.

Per capire se si è obesi, si deve dividere il peso corporeo espresso in kg per l'altezza al quadrato. Se il risultato è inferiore a 18 si è sottopeso, se è tra i 18,5 e i 25 si è normopeso, se è tra 25 e 30 si è sovrappeso, se si è tra 30 e 40 si è obesi, se supera 40 si è gravemente obesi.

Mercoledì 10, la dottoressa Bianchi, coadiuvata da altre 3 persone, controlleranno la pressione cardiaca, la circonferenza vita, la massa corporea a quanti si presenteranno in via Rossi. Il punto informativo sarà attivo **dalle ore 9.30 alle ore 16**.

La popolazione interessata potrà rivolgersi al Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

dove esperti saranno a disposizione
PADIGLIONE TANZI VIA O.ROSSI 9 VARESE
Il numero telefonico a cui rivolgersi è 0332/277240

Esistono, comunque, alcune regole d'oro per tenere costantemente sotto controllo il proprio peso e, soprattutto, la propria condizione fisica

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it