

## I bambini sono obesi: mettete in tavola frutta e verdura

**Pubblicato:** Mercoledì 12 Maggio 2010

✘ Quattro mamme su dieci non riconoscono i problemi di peso del proprio figlio. Tre bambini su cento consumano verdura quotidianamente mentre 26 su 100 non ne mangiano affatto. Oltre la metà dei loro non fa attività fisica a sufficienza. L'8% dei bimbi di 8 anni sono obesi e il 19% è in sovrappeso, percentuale che sale al 20% tra i bambini di 9 anni.

Sono questi i dati allarmanti raccolti **dall'Asl di Varese** grazie ad un questionario distribuito in dieci istituti scolastici della provincia, coinvolgendo **3625 alunni**.

Quella dell'educazione alla sana alimentazione è una battaglia che Asl e Provincia stanno conducendo da alcuni anni con risultati alterni: « Noi non demordiamo – commenta **l'assessore provinciale Bruno Specchiarelli** – continueremo a ripeterlo fino a stancare la gente. Un'alimentazione sana è la migliore medicina per prevenire malattie e disturbi».

Obesità e sovrappeso sono all'origine di molte malattie cardiovascolari, coronariche, del diabete. Eppure, nelle cartelle dei bambini è sempre più raro trovare per merenda un frutto. Molto più veloce e sfiziosa è la merendina che pubblicizza la TV. Anche le annunciate macchinette distributrici di frutta o verdura sono rimaste sperimentazioni limitate a poche scuole: « È un lavoro lungo e faticoso – spiega il direttore generale dell'Asl Pierluigi Zeli – dove vanno coinvolti tutti gli attori: bambini, insegnanti, genitori. La cultura è l'unica via per arrivare a ottenere importanti risultati, anche in termini di salute futura».

**Asl e Provincia, dunque, hanno sottoscritto un accordo** che li impegna a investire risorse e forze nella formazione degli insegnanti, chiamati, a loro volta, a far passare l'importante messaggio dietetico. Poi, si dovranno sviluppare progetti per prevenire e contenere il disagio giovanile, per promuovere corretti stili di vita che eliminino fattori di rischio per la salute, quali la sedentarietà, il tabagismo, l'alcolismo, l'uso di sostanze stupefacenti. Un'azione complessa che durerà tre anni e si prefigge di abbattere quelle allarmanti statistiche raccolte nelle scuole.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it