

Malnutriti o obesi: Unicef fotografa i bimbi nel mondo

Pubblicato: Martedì 17 Dicembre 2013

«**La malnutrizione è co-responsabile – a livello globale – di oltre 3 milioni (45%) di tutte le morti infantili sotto i 5 anni, che nel 2012 sono state 6,6 milioni.** Un bambino su quattro sotto i 5 anni, complessivamente 165 milioni, soffre di malnutrizione cronica, presenta quindi un ritardo della crescita. I bambini affetti da malnutrizione hanno 9 volte più probabilità di morire rispetto a quelli ben nutriti» ha dichiarato il **Presidente dell'UNICEF Italia Giacomo Guerrera** nel presentare **il rapporto Bambini e adolescenti tra nutrizione e malnutrizione.**

Problemi vecchi e nuovi in Italia e nel mondo in via di sviluppo, realizzata in collaborazione con l'Istat, una vera e propria panoramica sulla nutrizione e più in generale gli stili di vita dei bambini e degli adolescenti in Italia, ma allo stesso tempo, che affronta il problema della malnutrizione nei paesi in via di sviluppo.

Prima tappa per una buona nutrizione è l'allattamento materno. Eppure secondo le ultime stime a livello mondiale, nel 2012 solo il 39% dei bambini di età inferiore ai 6 mesi è stato allattato esclusivamente al seno. I bambini che vengono allattati esclusivamente al seno hanno una probabilità di sopravvivere durante i primi sei mesi di vita 14 volte più alta rispetto agli altri bambini. L'allattamento al seno dal primo giorno di vita riduce il rischio di morti neonatali fino al 45%. **In Italia, secondo i dati Istat, l'81,4% delle donne che ha avuto figli nei cinque anni precedenti le rilevazioni (2005), ha allattato al seno,** un risultato avvalorato dai primi dati provvisori delle rilevazioni in corso (2012-2013).

In questa analisi è stato posto l'accento su alcuni **indicatori specifici degli stili alimentari dei bambini** per comprendere il legame tra nutrizione, salute e aspetti socio-economici. In particolare sono stati esaminati i dati su:

– **colazione non adeguata:** nel 2012 la quota di bambini e ragazzi di 3-17 anni che fa una colazione non adeguata era pari al 9,9%; sono soprattutto i ragazzi di 11-17 anni a caratterizzarsi per questo comportamento alimentare (16,7%), mentre tra i più piccoli di 3-10 anni tale quota scende al 3,9%.

– **consumo di snack almeno una volta al giorno:** riguarda il 14,2% dei 3-17enni, con quote più elevate registrate anche in questo caso tra i più grandi (11,4% 3-10 anni contro 17,4% 11-17 anni). Anche per il consumo giornaliero di snack si ripropone la stessa associazione inversa con il titolo di studio delle madri: la percentuale di consumo di snack aumenta mano che si abbassa il livello di istruzione.

– **consumo giornaliero di verdura, ortaggi e frutta:** la quota di bambini e ragazzi che consuma 4 o più porzioni di frutta e verdura al giorno è pari al 12%, mentre il 63,2% si caratterizza per un consumo più basso, cioè fino a 3 porzioni.

– **consumo di più di mezzo litro di bevande gassate al giorno:** i dati del 2012 rilevano la relazione con il titolo di studio delle madri; la quota di consumatori quotidiani di più di mezzo litro di bevande gassate tra i ragazzi di 11-17 anni è pari al 4,7% se le madri sono laureate, al 10,4% se hanno il diploma di scuola superiore e all'8,6% se completato solo la scuola dell'obbligo

Agli stili di vita va associata anche la diffusione di sovrappeso e obesità tra i bambini e i ragazzi, non solo in Italia, ma in tutti i paesi del mondo. **Il fenomeno dell'obesità tra i bambini e i ragazzi – rileva l'Istat – è più diffuso tra i maschi (30,1% contro il 23,6% delle femmine),** tra coloro che vivono

al Sud (34,6% rispetto al 22,7 del Nord-Ovest, al 21,1% del Nord-Est, al 24,6% del Centro e al 31,1% delle isole), tra chi svolge **poca attività fisico-motoria**, nonché ancora una volta tra **chi vive in famiglie che ritengono le proprie risorse economiche scarse o insufficienti** e soprattutto con livelli di istruzione dei genitori più bassi. **A livello globale si stima che 43 milioni di bambini sotto i 5 anni sono sovrappeso**, vale a dire il 7% di tutti i bambini in quella fascia di età. Ad esempio, in Indonesia, un bambino su tre sotto i 5 anni ha un ritardo della crescita moderato o grave (36%), mentre contemporaneamente un bambino su sette è sovrappeso (14%).

La pubblicazione dal titolo Bambini e adolescenti tra nutrizione e malnutrizione. Problemi vecchi e nuovi in Italia e nel mondo in via di sviluppo, realizzata in collaborazione con l'Istat, presenta una panoramica sulla nutrizione e più in generale gli stili di vita dei bambini e degli adolescenti in Italia e affronta il problema della malnutrizione nei paesi in via di sviluppo.

L'ambiente familiare svolge un compito importante per gli stili di vita, e in particolare **sono le donne a essere determinanti in quanto ricoprono il ruolo centrale nella cura dei figli, a tutte le latitudini e in tutte le culture**. Ecco perché da sempre l'UNICEF promuove l'istruzione femminile nel mondo in via di sviluppo come uno dei migliori investimenti che i paesi possano realizzare. Madri istruite e consapevoli hanno maggiori capacità di garantire la salute e la crescita dei loro figli, contribuendo al progresso di tutta la società.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it