

Salute Per la società italiana dei medici dei piccoli il fenomeno dell'eccesso di peso è diffuso e preoccupante

E il ministro bandisce il biberon dopo i due anni

Fazio approva la linea dei pediatri contro il rischio obesità: limitare le bevande dolci

ROMA — Alla Camera dei deputati si parla di biberon: «Non deve essere usato dopo i due anni», ha raccomandato il ministro della Salute, Ferruccio Fazio, nel rispondere a un'interrogazione sull'obesità infantile presentata da Benedetto Fucci, del Pd. Fra le regole stilate dai pediatri della società italiana (la Sip) che verranno divulgate alle famiglie attraverso i medici, c'è quella sull'età massima consentita per succhiare. Alberto Ugazio, presidente della Sip, spiega: «Il biberon oltre i 24 mesi serve solo per far bere al bambino succhi di frutta, tisane e bevande dolci. Dunque favorisce l'ingestione di liquidi ipercalorici, a base di zuccheri semplici, i più facili da assimilare. Un'abitudine tutta italiana che le mamme devono dimenticare».

Fazio nel suo intervento ha ricordato che il fenomeno dell'obesità in Italia «è preoccupante e molto diffuso nella popolazione dei più giovani. Un bambino obeso ha maggiori possibilità rispetto a un coetaneo col peso giusto di esserlo anche da adulto». In aumento il diabete giovanile legato a una cattiva alimentazione e sedentarietà. Uno sviluppo fuori norma dipende da errori nello stile di vita. Che vanno prevenuti con l'applicazione di regole facili eppure frutto di ricerca scientifica. Il decalogo che rientra in un progetto ad ampio respiro dal titolo «Mi voglio bene» coinvolgerà migliaia di pediatri italiani. L'allattamento al seno è consigliato almeno fino

a 6 mesi perché, spiega Ugazio, contiene la quantità ideale di proteine rispetto ai prodotti formulati artificiali.

Le prime pappe andrebbero proposte già dopo i 6 mesi. Da tenere sotto controllo l'apporto di proteine, specialmente entro i due anni. Moderare il consumo di carne e sostituirla in parte con i legumi. Sotto accusa le bevande caloriche come succhi di frutta e tisane. Un altro pericolo è la vita sedentaria. I pediatri sconsigliano l'uso del passeggino oltre i 3 anni e di moto e auto elettriche. A scuola si dovrebbe andare a piedi. Tenere d'occhio l'adiposità, in particolare quella della pancia. Poi le porzioni. I grammi di pasta, pane o carne andrebbero calcolati consultando un atlante fotografico su www.scottibassani.it.

In Italia secondo una recente indagine diffusa dal ministero il sovrappeso colpisce circa un milione di bambini, dunque uno su tre, di età compresa tra 6 e 11 anni. Chi è obeso nei primi 10 anni ha il 75% di probabilità di diventarlo da grande. «Siamo molto preoccupati per l'esordio precoce della sindrome metabolica — dice Ugazio —. Intervenire tempestivamente significa ridurre l'incidenza di diabete e malattie cardiovascolari. Un'azione che produce risparmio per il servizio sanitario pubblico».

Margherita De Bac
mdebac@corriere.it

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Il decalogo

- 1** Allattamento al seno almeno 6 mesi
- 2** Svezamento dopo i 6 mesi
- 3** Attenzione alle proteine: meno carne, più legumi
- 4** No a succhi, tisane, soft drinks, tè
- 5** Biberon non oltre i 2 anni di età
- 6** No al passeggino dopo i 3 anni, andare a piedi a scuola
- 7** Controllo del peso
- 8** Tv e giochi sedentari solo dopo i 2 anni, massimo 8 ore a settimana
- 9** Sì al movimento, ai giochi non sedentari
- 10** Porzioni di cibo corrette per l'età prescolare

Dal ministero

La raccomandazione

Il ministro della Salute, Ferruccio Fazio, durante un intervento alla Camera ha raccomandato di «non utilizzare il biberon dopo i due anni», raccogliendo il consiglio dei pediatri

I pediatri

La Sip (società italiana pediatri) ha stilato un decalogo per le famiglie allo scopo di combattere l'obesità dei piccini. Tra queste regole figura quella sul biberon

L'indagine

In Italia secondo i dati diffusi dal ministero, il sovrappeso colpisce circa un milione di bambini, dunque uno su tre, di età compresa tra i 6 e gli 11 anni. Chi è obeso ha il 75% di probabilità di diventarlo da grande

Poppate

L'allattamento al seno va bene fino ai 6 mesi di età

