

## OBESITA': IN MARSICA E' ALLARME, 26 BIMBI SU 100 SONO IN SOVRAPPESO

22 Novembre 2014

AVEZZANO – Nella Marsica scatta l'allarme obesità: 26 bambini su 100 sono sovrappeso, il 4% per cento in più della media nazionale, conseguenza di un'alimentazione errata, caratterizzata da poca frutta e verdura e scarsa attività fisica ed eccessivo visione della tv. Superiore allo standard nazionale anche il dato sul numero di obesi: 10,6% in Italia contro il 10,9 nel territorio.

Il 3,7% è severamente obeso, il 10% obeso; altro fatto tutt'altro che tranquillizzante: le madri seguono per i figli un'alimentazione sbagliata, pensando di essere nel giusto.

Vale per 8 madri su 10 di bambini sovrappeso e per 4 su 10 di piccoli obesi. I dati emergono da uno studio della Asl Avezzano-Sulmona-L'Aquila, inserito in un progetto di respiro regionale dal titolo: "Prevenzione e modifica in età prescolare e scolare di comportamenti alimentari scorretti per contrastare sovrappeso e obesità".

In particolare, dei bambini marsicani, dagli 8 agli 11 anni, con troppi chili, il 7% salta la colazione, il 98% mangia poca frutta e verdura, 4 su 10 bevono bevande gasate più volte al dì, con attività fisica insufficiente e troppe ore davanti alla tv.

La ricerca scatta una 'foto' preoccupante su alimentazione e salute degli scolari e suona come severo monito verso i genitori: a tavola con i figli sono convinti di far bene e invece sbagliano quasi tutto.

Le risultanze hanno fatto scattare l'allarme e indotto il servizio igiene, alimenti e nutrizione della Asl, che fa capo al Dipartimento di Prevenzione, a mobilitarsi nel segno della prevenzione. Nell'anno scolastico 2013-2014 il servizio Asl è entrato in 4 scuole elementari per indicare la sana disciplina alimentare dei più piccoli.

I medici dell'azienda sanitaria hanno illustrato alle maestre i concetti dell'alimentazione corretta, fornendo loro libri, materiale informatico e brochure.

Successivamente le docenti hanno a loro volta inculcato tali principi agli scolari, coinvolgendoli nel progetto con disegni, poesie, canzoncine e poster durante l'anno scolastico.

Attività ispirata alla nutrizione adeguata, praticata sulla base di regole precise. Il progetto è stato avviato nella Marsica nel settembre del 2013, a inizio anno scolastico e si è concluso nel giugno scorso, alla chiusura delle scuole.

Gli "stage" sull'educazione alimentare hanno riguardato 250 alunni delle classi terze elementari (8-10 anni) di Avezzano (via Fucino), Cerchio, Pescina e Ortucchio (l'Aquila), in tutto 20 classi, e 25 docenti oltre, ovviamente, ai rispettivi presidi.

L'atto finale con insegnanti e alunni, si terrà martedì prossimo ad Avezzano, al castello Orsini: alla presenza dei promotori Asl del progetto e di presidi, docenti e genitori, i bambini faranno sfoggio, accompagnati sul palco dalle insegnanti, di tutto ciò che hanno appreso dalle 'speciali' lezioni su cibo e salute, recitando filastrocche e poesie, leggendo testi, cantando e mostrando gli elaborati (tra cui poster) realizzati durante l'anno scolastico. "al quadro preoccupante si deve aggiungere - osserva la dottoressa Maddalena Scipioni, dirigente medico Asl e coordinatrice del progetto - che solo il 2% consuma quattro o più porzioni al giorno di frutta e verdura, come consigliano gli esperti e il 79% fa una merenda inadeguata. Senza contare che 8 bambini su 10 fanno attività fisica meno di cinque giorni a settimana e 4 su 10 trascorrono più di 2 ore al giorno davanti a tv e videogiochi. Un quadro su cui occorre intervenire per introdurre opportuni cambiamenti ed evitare guai seri alla salute dei bambini".