

Il Movimento italiano genitori lancia l'allarme sulle abitudini alimentari dei bambini italiani tra i 6 e i 12 anni Tv, computer e videogiochi favoriscono l'obesità

ROMA - I bambini usano sempre di più computer e videogiochi come babysitter, mangiano male e soprattutto in maniera disordinata. Questo porta a una percentuale di obesità infantile che supera il 33%, ma solo il 16% dei genitori considera il figlio sovrappeso. Questi alcuni dei dati dell'indagine della Swg presentata ieri dal Movimento italiano genitori (Moige) sulle abitudini alimentari dei bambini italiani tra i 6 e i 12 anni. La ricerca è stata presentata insieme alla campagna «Giochi di sempre» per i corretti stili di vita, che l'associazione dei genitori sta per lanciare nelle scuole italiane in collaborazione con l'Aidi, l'associazione delle industrie dolciarie italiane, che ha annunciato l'intenzione di bandire merendine e dolci dai distributori automatici delle scuole elementari e medie.

«Se i bimbi sono sempre più sedentari non è solo colpa loro - spiega Maria Rita Munizzi, presidente del Moige - devono fare i conti con la mancanza di spazi e di coetanei. Sono sempre più figli unici in un Paese che invecchia». Dai dati della ricerca, effettuata attraverso 5 mila interviste a genitori di tutto il territorio nazionale, emerge che i bambini italiani sono sempre più sedentari: in media si muovono solo per 45 minuti al giorno, il 15% non fa sport o lo fa solo per un'ora a settimana e metà non esce mai di casa per giocare. Il tutto si risolve in pomeriggi passati in casa a fare i compiti (2 ore al giorno), davanti la tv (1 ora e 36 minuti), il computer e i videogiochi che insieme impegnano in media 2 ore.

Durante questi pomeriggi un bambino su quattro mangia in modo disordinato al di fuori della merenda «istituzionale». Dall'indagine emerge però anche una geografia degli stili di vita: la totalità dei bambini calabresi, ad esempio, fa la prima colazione, nel Lazio solo il 76 per cento. Le verdure sono preferite dai bambini della Toscana, dell'Emilia Romagna e del Trentino Alto Adige, ma non sono molto amate nelle Marche, in Molise e in Piemonte. Solo 10 bambini sardi su cento mangiano dolci ogni giorno, mentre in Basilicata e Molise quasi la metà dei bambini ne mangia quotidianamente. «Dalla ricerca emerge un'alimentazione non tanto ipercalorica quanto squilibrata in nutrienti e nella distribuzione dei pasti, e soprattutto tanta sedentarietà» sostiene Giuseppe Morino, pediatra dell'Ospedale Bambino Gesù di Roma. Lo conferma il fatto che un 15 per cento di ragazzi non arriva ad 1 ora di sport settimanale.

