

## Sedentari pure nel tempo libero Le famiglie denunciano: troppa tv e videogiochi

ROMA - La maggioranza dei bambini trascorre il pomeriggio in casa tra compiti (poco meno di 2 ore), tv (un'ora e 36 minuti) computer e video giochi (2 ore). È quanto emerge da una ricerca Swg realizzata per il Moige su un campione di 5mila genitori. L'uso del computer è in crescita: 8 bambini su 10 lo utilizzano quotidianamente e il 25% almeno per due ore. Per quanto riguarda le abitudini alimentari durante i pomeriggi i ragazzi "pizzicano": mediamente il 23% mangia al di fuori dei cinque pasti e il 15% lo fa in modo disordinato combinando almeno quattro diverse tipologie di alimenti tra dolci e salati. Un altro errore, è nella colazione: 8 bimbi su 100 non la fanno e buona parte non la fa in maniera corretta. "Se i bimbi sono sempre più sedentari non è solo colpa loro". Così commenta i dati emersi dall'indagine della Swg Maria Rita Munizzi, la presidente del Movimento italiano genitori, che ha promosso la ricerca sugli stili di vita dei bambini italiani. "Purtroppo, sono finiti i tempi dei pomeriggi passati a giocare in cortile, a pallone o a nascondino- ha aggiunto Munizzi-. I bimbi devono fare i conti con la mancanza di spazi e coetanei. Sono sempre più figli unici in un Paese che invecchia ed è difficile che al di fuori della scuola si formi un gruppo per giocare. Tra tv, Pc e videogiochi passano sempre più tempo seduti e spizzicano".

Per quanto riguarda le abitudini alimentari durante i pomeriggi i ragazzi "pizzicano": mediamente il 23% mangia al di fuori dei cinque pasti e il 15% lo fa in modo disordinato combinando almeno quattro diverse tipologie di alimenti tra dolci e salati. Un altro errore, è nella colazione: 8 bimbi su 100 non la fanno e buona parte non la fa in maniera corretta. "Se i bimbi sono sempre più sedentari non è solo colpa loro". Così commenta i dati emersi dall'indagine della Swg Maria



Tv e playstation attirano i ragazzi

Rita Munizzi, la presidente del Movimento italiano genitori, che ha promosso la ricerca sugli stili di vita dei bambini italiani. "Purtroppo, sono finiti i tempi dei pomeriggi passati a giocare in cortile, a pallone o a nascondino- ha aggiunto Munizzi-. I bimbi devono fare i conti con la mancanza di spazi e coetanei. Sono sempre più figli unici in un Paese che invecchia ed è difficile che al di fuori della scuola si formi un gruppo per giocare. Tra tv, Pc e videogiochi passano sempre più tempo seduti e spizzicano".