

Il fatto del giorno

Fanno poco sport
guardano troppa tv
le cattive abitudini
dei bambini obesi

■ ■ I minori laziali dimenticano spesso di fare colazione. **P. 2-4**

L'indagine Il Movimento italiano genitori fa la radiografia delle nuove leve: sono pigri e mangiano male

Poco sport, tanta tv e cattive abitudini tavola e cibi sani tabù per i ragazzini

Trascorrono ore sdraiati sul divano con la playstation sgranocchiando merendine ad alto tasso di colesterolo

Dieci su cento saltano la prima colazione, il 23% spizzica fuori pasto e il 33% sceglie da solo cosa mandar giù

Emanuela Bambara
italia@epolis.sm

■ Nei difetti, sono simili agli adulti. Che imitano. I bambini italiani sono pigri, si muovono poco e si alimentano male. Stanno sdraiati sul divano, con la playstation in mano, per quasi un'ora al giorno, circa un'ora e mezza davanti alla Tv, sgranocchiando merendine ad alto tasso di colesterolo, che rovinano il metabolismo e anche la voglia di studiare. Otto su cento, si lasciano catalizzare dal computer per più di un'ora. Dieci su cento saltano la prima colazione e il 23 per cento spizzica fuori pasto succulente bontà, altamente malsane. Venti su cento, prodotti confezionati. Nel 33 per cento dei casi, scelgono cosa mangiare. Madri e padri subiscono, il più delle volte inconsapevoli, gli effetti di un costume che ha gravi conseguenze sulla salute, sulle prospettive di vita e sulla costruzione del futuro dei loro figli.

È L'APPELLO allarmato del Movimento italiano genitori (Moige), che ha presentato, ieri, i risultati di un'indagine su "Le abitudini alimentari e motorie dei bambini", su 5mila genitori italiani, di età compresa tra i 25 e oltre i 55 anni e con figli tra i 6 e i 12 anni. Studiano per circa due ore al giorno, dedicano al movimento appena 45 minuti.

allo sport quattro ore e mezza alla settimana. Sono, però, servizievoli in casa. Giocano poco all'aria aperta e con gli amici. Così, aumentano i minori in sovrappeso. L'Italia è prima in Europa per tassi di obesità infantile. L'ago della bilancia sale di più nella fascia di età tra i 6 e 9 anni e per le femmine, che sono il 34,6 per cento, contro il 33,6 per cento dei maschi. La ricerca ha fornito i dati di riferimento - alimentazione scorretta e sedentarietà - su cui intervenire con il progetto educativo biennale "Giochi di sempre", promosso dal Moige in venti scuole primarie della Penisola, a partire dal prossimo anno scolastico, per motivare i bambini all'adozione di corretti stili di vita attraverso il gioco e il teatro. «I bambini seguono un percorso di educazione all'alimentazione e allo sviluppo motorio con l'uso di quaderni e con la guida degli insegnanti - spiega Maria Rita Munizzi, presidente del Moige e madre di cinque figli - . Alla fine dell'anno, metteranno in scena un saggio davanti ai genitori». Il primo obiettivo è rendere consapevoli i genitori del problema. «Sono loro a prendersi cura delle abitudini di vita dei figli, preoccupandosi non soltanto della scelta della scuola o della palestra, ma anche dei cibi di cui si nutrono, che devono

essere "di tutti i colori", vari e completi, per dare energie senza riempire la pancia», è il commento del pediatra Giorgio Pitzalis, della Federazione italiana medici pediatri (Fimp), tra i patrocinatori della campagna del Moige, insieme al ministero della Salute e dell'Associazione italiana di dietetica e nutrizione (Aidi), e con il contributo dell'Associazione industrie dolciarie italiane (Aidi). Consulenti scientifici: i nutrizionisti Giuseppe Morino, pediatra del dipartimento di Dietologia clinica presso l'Ospedale pediatrico "Bambin Gesù", e Maria Rita Spreghini, pedagogista. Un primo passo nella direzione segnata dal ministro Livia Turco, con il progetto "Guadagnare salute". ■

essere "di tutti i colori", vari e completi, per dare energie senza riempire la pancia», è il commento del pediatra Giorgio Pitzalis, della Federazione italiana medici pediatri (Fimp), tra i patrocinatori della campagna del Moige, insieme al ministero della Salute e dell'Associazione italiana di dietetica e nutrizione (Aidi), e con il contributo dell'Associazione industrie dolciarie italiane (Aidi). Consulenti scientifici: i nutrizionisti Giuseppe Morino, pediatra del dipartimento di Dietologia clinica presso l'Ospedale pediatrico "Bambin Gesù", e Maria Rita Spreghini, pedagogista. Un primo passo nella direzione segnata dal ministro Livia Turco, con il progetto "Guadagnare salute". ■

