

Obesità infantile, Coldiretti propone un pacchetto di misure integrate

Coldiretti ha recentemente sottolineato i preoccupanti dati che confermano in Italia una situazione davvero delicata circa l'obesità infantile. In base alle statistiche Ocse e Oms, dal 2000 al 2010 i bambini sovrappeso e obesi sono cresciuti, fino ad arrivare a circa 1 bambino su 3 con problemi di mantenimento di un corretto peso corporeo.

Per fortuna negli ultimissimi anni, in base ai dati dell'indagine "Okkio alla Salute dell'Istituto Superiore di Sanità, si nota un lieve miglioramento, con un 22,1 per cento di sovrappeso tra i bambini di 8-9 anni, rispetto al 23,2 per cento del 2008/2009. Così come il numero di bambini obesi, che è calato dal 12 per cento al 10 per cento circa. In totale quindi, la somma di obesi e sovrappeso restituisce una cifra del 32 per cento, contro il quasi 36 per cento di qualche anno fa.

Ma i valori assoluti rimangono ancora alti e preoccupanti. La crisi economica sembra uno dei fattori guida del peggioramento delle abitudini degli italiani, inclusi i bambini, se è vero che la percentuale dei bambini e adolescenti che mangiavano frutta o verdura ai pasti è passata dal 37 per cento al 35 per cento nel 2012. Ugualmente, il consumo di pesce si sta riducendo drasticamente. In base ai dati Istat, nel 2013 è stato registrato un calo del 2,3 per cento in quantità e del 3,9 per cento in valore sul paniere degli alimenti, con il calo maggiore per prodotti ittici (-3,5 per cento in quantità e meno 13,2 per cento in valore), latte e derivati (-3,9 per cento in quantità e -4 per cento in valore), ortofrutta (-2 per cento in quantità e -2,8 per cento in valore).

Sembra allora necessario porre in essere un insieme coerente di interventi che includano il recupero dell'attività fisica anche scolastica, di una offerta alimentare sana ed equilibrata e, più in generale, di una educazione che porti una maggiore consapevolezza alimentare, per capire che si può risparmiare su tante cose ma non sul cibo.

Intervenire sui più piccoli è allora fondamentale per almeno un paio di ragioni: la prima è che da bambini si apprendono abitudini che poi verranno mantenute per tutto il corso della vita adulta. La seconda è che il peso corporeo eccessivo da piccoli viene solitamente mantenuto (o aumentato) da più grandi, ed è predittivo della propria futura salute (con rischio pari a 5 volte tanto coloro che non sono stati obesi o sovrappeso da bambini).

Ma buone notizie arrivano dagli Usa, a testimonianza che – almeno nei bambini – i risultati si vedono sin da subito. Negli Stati Uniti infatti il tasso di obesità è calato addirittura del 43 per cento nel giro di appena 10 anni: molto lo si deve ad un insieme coordinato di azioni, come la predisposizione di menù scolastici adeguati, e le iniziative come “Let’s move” (“Datti una mossa”), che vedono la predisposizione di spazi scolastici pensati per permettere ai bambini di muoversi, camminare e altro ancora. Infatti, dei circa 10mila passi che vengono richiesti su base quotidiana per un mantenimento di uno stato di salute ottimale, circa la metà provengono da semplici spostamenti nelle attività quotidiane, senza cioè la ricerca esplicita di attività fisica.

Per l’Italia, lo scorso novembre è stato approvato il “Decreto Carrozza”: pensato per rendere le scuole ambienti più salubri a 360°, includendo aspetti riferiti all’alimentazione e catering. È un passo nella giusta direzione, la “Tutela della salute nelle scuole”, come recita l’articolo 4 del Decreto Carrozza.

Sono previste linee guida del Ministero per disincentivare in tutte le scuole la somministrazione di alimenti e bevande sconsigliati. Inoltre, nelle gare d’appalto per l’affidamento e la gestione dei servizi di refezione scolastica, si dovrà prevedere un’adeguata quota di prodotti agricoli e agroalimentari provenienti da sistemi di filiera corta e biologica.

Ancora: è prevista una cooperazione “rafforzata” tra Miur e Ministero della Salute, al fine di proporre specifiche linee guida per limitare il consumo di junk food (come merendine e snack), che va reso in qualche modo “sgradito”. Promuovendo invece una alimentazione più sana, anche garantendo una percentuale soddisfacente di prodotti agroalimentari bio e da filiera corta. Avranno maggior punteggio le offerte che privilegiano la dieta mediterranea come modello nutrizionale.

Coldiretti da diversi anni presenta un insieme di proposte di assoluto interesse per i policy makers e si presta ad essere un valido alleato nella lotta all’obesità infantile.

Non solo infatti il programma di “Educazione alla Campagna Amica”, rivolto ai bambini delle scuole elementari, e teso – entro un più ampio percorso educativo – a insegnare la corretta alimentazione nella vita di tutti i giorni. Ma anche l’impegno – tramite Campagna Amica – per la costruzione di “ambienti alimentari” nel complesso più sani, con la messa a disposizione di alimenti freschi e nutrienti, non soggetti alle distorsioni di prezzo del retail tradizionale (che portano a comprare di più e spesso a mangiare di più, tramite offerte promozionali e sconti continui, spesso su alimenti dal dubbio valore nutrizionale).

Coldiretti è impegnata con le istituzioni e gli organismi di ricerca del settore a promuovere ulteriormente nuove attività, per il 2014, rivitalizzando i propri contributi di educazione e predisposizione di ambienti più sani: in una logica di interventi integrati e tesi a favorire nel complesso una alimentazione più sana.