



Si è tenuto sabato 8 novembre l'evento dal titolo "Bambini, alimentazione e attività motoria" organizzato dal CAM di Monza presso l'auditorium del polo sanitario di Viale Elvezia, nell'ambito del quale è stato presentato ufficialmente il progetto *FitFoodness CAMKids Expo 2015* e sono state approfondite le più recenti evidenze scientifiche in tema di alimentazione, attività motoria e salute infantile. La sensibilità e l'attenzione verso i problemi legati all'alimentazione nell'infanzia non sono mai stati così vivi come oggi: il crescente interesse è dovuto principalmente alla conoscenza della correlazione esistente tra nutrizione e qualità della vita. Ne è la palese dimostrazione la sala gremita all'evento di sabato mattina: pediatri, genitori, specialisti ed insegnanti si sono raccolti per affrontare in modo pragmatico il problema.



L'OMS da tempo si è espressa su questo tema di cruciale importanza, tanto da sostenere che l'obesità rappresenta la più grande sfida di sanità pubblica del Ventunesimo Secolo. Attualmente il 32,3% dei bambini italiani è in condizioni di sovrappeso o di obesità. Dati allarmanti, poiché l'eccesso ponderale infantile è un fattore di rischio per pericolose patologie cronico degenerative non solo nel futuro adulto, ma ormai con frequenza anche nello stesso bambino: si assiste recentemente alla manifestazione anche in età pediatrica di ipertensione e diabete di tipo 2, malattie che in passato si presentavano solo tra gli adulti. Proprio la finestra tra i 5 e i 7 anni, secondo le

statistiche, è quella più critica per l'insorgenza dell'obesità infantile: fondamentale, dunque, trasmettere stili alimentari corretti e una sana abitudine a una giusta attività motoria sin dai primi anni della scuola primaria. Da diverse indagini (es. *Okkio alla Salute*, Sistema di sorveglianza del Ministero della Salute) emerge come la Scuola sia a tutti gli effetti il luogo di elezione perché qualsiasi intervento su salute e stili di vita dei bambini possa avere efficacia.

Partendo da un approfondimento delle tematiche inerenti la sana alimentazione, nel corso della mattinata sono stati affrontati argomenti come il miglioramento della qualità della vita e le corrette abitudini alimentari.

È stata un'occasione interessante e piacevole di discussione e di confronto tra pubblico, ricercatori e quanti operano nel mondo sanitario, scolastico, e istituzionale. La struttura articolata dell'iniziativa, il parterre di autorevoli relatori del mondo sanitario e istituzionale e i patrocini ottenuti denotano la crescente sensibilità nei confronti dei problemi legati a scorretta alimentazione e sedentarietà in età infantile.



Gli interventi

Angelo Gironi, Direttore Generale del CAM e Matteo Stocco, Direttore Generale ASL Monza e Brianza hanno aperto l'incontro, che è stato articolato in due sessioni.

L'intervento di Sergio Bernasconi, Professore Ordinario di Pediatria all'Università di Parma, si è focalizzato sull'importanza dell'apprendimento precoce dei corretti stili di vita. *“In Europa circa il 60% delle malattie è dovuto a 7 fattori di rischio principali quali ipertensione, tabagismo, alcol, eccesso di colesterolo, sovrappeso, scarso consumo di frutta e verdura e inattività fisica. Alla luce di queste evidenze, è chiara la necessità di fare leva su azioni di prevenzione, in quanto i problemi legati alla cattiva alimentazione in età pediatrica sono quelli che determinano lo sviluppo di queste patologie cronico-degenerative e devono essere affrontati in una prospettiva più ampia, avendone presenti anche gli aspetti economici e sociali”*, ha sottolineato Bernasconi.

Microbiota e Obesità è stata la tematica affrontata da Lorenzo Drago, Direttore del Laboratorio di Analisi IRCCS-Galeazzi e ricercatore presso il Dipartimento di Scienze Biomediche per la Salute dell'Università degli Studi di Milano. A seguire è intervenuta Simonetta Genovesi, Ricercatrice del Dipartimento di Scienze della Salute, Università degli Studi Milano-Bicocca, con una relazione sull'importanza della nutrizione e dell'attività motoria nei bambini per la prevenzione dell'ipertensione arteriosa, che ha messo ben in evidenza i risultati emersi da indagini condotte dall'Ateneo nelle scuole elementari di Monza e della Brianza: *“L'ipertensione arteriosa, che rappresenta uno dei principali fattori di rischio per lo sviluppo di gravi patologie, è diffusa anche nei bambini: oltre il 4 % dei bambini brianzoli soffre di questo problema, che in molti casi è associato a una situazione di sovrappeso. Modificare gli stili di vita dei nostri giovani risulta quindi una necessità ed è possibile farlo attraverso tre azioni sinergiche che devono passare per un'attività educativa in infanzia: diminuzione dell'eccesso ponderale, diminuzione dell'apporto di sodio con la dieta e un aumento dell'attività fisica”*.

Gian Vincenzo Zuccotti, Direttore della Clinica Pediatrica Ospedale V. Buzzi Milano e Delegato del Rettore dell'Università degli Studi di Milano per EXPO 2015, ha chiuso la prima sessione con un focus sul rapporto tra Pediatria e Università nell'ambito dell'Esposizione Universale. Maurizio G. Biraghi, Coordinatore Scientifico del progetto *FitFoodness* ha poi presentato i dettagli dell'iniziativa monzese. *“Formare giocando e giocare formandosi, questo il metodo alla base del progetto che si propone di indirizzare bambini e famiglie verso corretti stili di vita per ridurre l'insorgenza di patologie nel rispetto di Linee Guida approvate dai più importanti organismi specialistici di tali settori, avendo al fianco Educatori e Pediatri”*.

La seconda sessione è stata invece caratterizzata da una tavola rotonda tra specialisti, opinion leader e famiglie sul tema chiave del convegno. A condurre questo interessante momento Natalia Cattelani, nota autrice di ricette per bambini e ragazzi nonché volto televisivo di RAI1, che ha fornito alcuni preziosi e concreti consigli alla ricca platea di genitori presenti in sala. Accanto al pool scientifico del progetto e dei Pediatri del territorio sono intervenuti anche il Preside e gli insegnanti dell'Istituto Raiberti di Monza, le autorità territoriali del Comune di Monza, i referenti dell'ASL coinvolti nel progetto.

Sul link seguente è possibile consultare la cartella stampa del convegno:

[cartellastampa_CONVEGNO08112014_MONZA](#)

fonte: ufficio stampa