Obesità infantile, emergenza in crescita anche in Toscana

Descrizione

Franco Ricci, Dirigente Medico – SOC Diabetologia ed Endocrinologia Pediatrica

L'obesità infantile è una crescente emergenza per la salute pubblica, con un impatto significativo anche in Toscana, come rilevato dall'indagine "OKkio alla Salute 2023", promossa dal Ministero della Salute e dall'Istituto Superiore di Sanità. I dati mostrano che l'1,3% dei bambini toscani è gravemente obeso, il 5,7% obeso e il 17% in sovrappeso.

Riconoscere l'obesità nei bambini può risultare complesso, soprattutto nelle fasi iniziali. Ci sono tuttavia numerosi segnali che i genitori possono monitorare per individuare tempestivamente il problema. Uno degli indicatori principali è l'alimentazione: un consumo eccessivo di cibi ad alto contenuto di zuccheri, grassi saturi e calorie, tipicamente presenti in snack, bibite gassate e cibi da fast food, può contribuire significativamente all'aumento di peso.

Inoltre, un altro fattore importante è il comportamento sedentario. L'uso di dispositivi elettronici, come tablet, smartphone e videogiochi, riduce il tempo dedicato ad attività fisiche, favorendo una vita più sedentaria che può portare all'aumento di peso. Questo fenomeno è particolarmente preoccupante quando i bambini trascorrono molte ore seduti, sia per attività ricreative che per motivi scolastici.

A questi fattori si aggiungono le problematiche psicologiche, che spesso vanno di pari passo con l'obesità infantile. I bambini con eccesso di peso possono sviluppare una bassa autostima, che li rende più vulnerabili a sentimenti di ansia, isolamento sociale e difficoltà nelle relazioni con i coetanei. Tali problematiche emotive, a loro volta, possono alimentare un circolo vizioso, in cui il disagio psicologico porta a comportamenti alimentari disfunzionali, come il ricorso al cibo come consolazione.

Per contrastare l'obesità, è essenziale promuovere un'alimentazione sana e bilanciata, incoraggiare l'attività fisica e fornire supporto emotivo. Coinvolgere i bambini nella preparazione dei pasti e aiutarli a sviluppare una buona autostima può favorire scelte alimentari più consapevoli e ridurre il rischio di problemi psicologici. I genitori, adottando uno stile di vita sano, possono fungere da modelli positivi.

Le complicazioni dell'obesità in età pediatrica sono molteplici e interconnesse. Sul piano fisico, l'obesità aumenta il rischio di disturbi metabolici come il diabete di tipo 2, l'ipertensione e le dislipidemie, che un tempo colpivano solo gli adulti. Inoltre, può compromettere lo sviluppo muscolo-scheletrico, causando dolori articolari e limitando la mobilità.

Inoltre le discriminazioni nei confronti dei bambini obesi sono un problema serio. Atti di bullismo ed esclusione sociale contribuiscono a creare il circolo vizioso di emarginazione e disagio psicologico. I bambini obesi possono sentirsi stigmatizzati e ritenuti "inferiori", anche in ambito familiare o scolastico, alimentando sentimenti di vergogna che li accompagnano per tutta la vita. Inoltre, nei contesti medici, alcuni professionisti possono essere influenzati da pregiudizi, trattando i bambini come se fossero responsabili della loro condizione senza considerare le molteplici cause che la determinano, come fattori genetici, ambientali e psicologici.

Ordine Provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri Via G.C. Vanini, 15 – 50129 Firenze Tel. 055 496522 Fax 055 481045 email protocollo@omceofi.it. Copyright by Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Firenze

È quindi fondamentale un approccio che non si limiti alla sola riduzione del peso corporeo, ma che includa anche la costruzione dell'autostima e la creazione di un ambiente sociale più inclusivo e accogliente. In questo modo, è possibile intervenire efficacemente sui fattori psicologici e sociali che contribuiscono all'obesità, migliorando il benessere dei bambini e il loro sviluppo complessivo.

CATEGORY

1. Attualità

Categoria

1. Attualità

Data di creazione
04/03/2025
Autore
redazione-toscana-medica
Campi meta
Nome E Cognome Autore 1 : Franco Ricci
Views : 8655

Ordine Provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri Via G.C. Vanini, 15 – 50129 Firenze Tel. 055 496522 Fax 055 481045 email protocollo@omceofi.it. Copyright by Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Firenze