

# Bimbi troppo grassi, il picco nel Lazio «Fanno poco sport»

► L'allarme dei pediatri: fenomeno in aumento, nella nostra regione almeno il 30% dei giovanissimi ha problemi di peso

## IL FOCUS

«I bimbi romani si stanno ingrassando». Giuseppe Maggiore è il responsabile di epatogastroenterologia e nutrizione dell'Ospedale pediatrico Bambino Gesù. E lancia questo allarme tutto diretto ai genitori: i numeri sono in crescita, a tal punto che è stato necessario aprire un reparto di chirurgia bariatrica infantile. In pratica, gli stessi interventi che vengono fatti per i grandi obesi in età adulta e che portano anche alla riduzione della grandezza dello stomaco (per avere meno senso di fame, per esempio), viene declinata per i più piccoli. Il Bambino Gesù fa queste operazioni nella sua sede di Palidoro, dopo una serie di trattamenti per mettere i bimbi a dieta. Quando però tutto ciò non ha i risultati sperati, la strada può essere quella dell'operazione, per evitare poi che nel corso degli anni possano avere tutta quella serie di malattie dove incidono i chili di troppo. «Abbiamo avuto un aumento delle nostre attività cliniche legate all'obesità di almeno un trenta per cento», spiega il medico. Ciò significa che negli ultimi anni sempre più genitori si sono allarmati per quei bimbi che un tempo si sarebbero definiti solo e simpaticamente "pafutelli". Sempre tre bambini su dieci, poi, soffrono per i chili di troppo: e, nel Lazio, sono o sovrappeso o obesi. Un fenomeno che avvicina la regione a quelle del Sud, dove sembra ancora che

valga la regola che "grasso è bello". Lo "stai sciupato" della nonna, quando vedeva il nipotino normopeso e cercava di rifilare qualche merendina in più (o un piatto di pasta un po' abbondante), di fatto ha effetti non solo estetici ma anche legati alla salute.

## I CONSIGLI

Il medico invita a controllare tutti gli aumenti di peso che superano i 5 chili e di misurare oltre che l'indice di massa corporea (calcolato con età, peso e altezza), anche la circonferenza della vita. Alla bilancia, quindi, andrebbe associato un metro da sarta. «Anche nel Lazio abbiamo bimbi e adolescenti con obesità patologiche: a 12 anni si può pesare anche 100 chili», prosegue Maggiore. Al Campus Bio-Medico di Roma un team di ricercatori guidato dalla studiosa Laura De Gara ha sviluppato il Nutripiatto insieme a Nestlé. Si tratta di uno strumento che è valso una pubblicazione su Plos One, per la cui realizzazione sono stati coinvolti 115 bimbi romani di Trigoria e del Laurentino tra i 4 e i 5 anni e che si è trasformato in una guida che i bambini possono usare per capire quale sia la corretta porzione di un piatto. I risultati hanno infatti dimostrato che l'uso di questo sistema ha aumentato le dimensioni delle porzioni e la frequenza del consumo di verdure, ha diminuito il consumo di di-

versi cibi spazzatura e ha aumentato l'assunzione di acqua (per un bimbo viene raccomandata la quantità di sei bicchieri al giorno). «La situazione è abbastanza critica a Roma oltre che nel Sud Italia - dice Yeganeh Manon Khazrai, docente del corso di laurea di Scienze della alimentazione umana del Campus Bio-medico - Con il Nutripiatto il bambino oltre a giocare può capire come mangiare e cosa. Ed è anche un ottimo strumento per la famiglia per spiegare quale sia la quantità corretta di carboidrati e proteine. I bimbi sono usciti disastri dal Covid: depressi e con problemi di alimentazione. E la crisi economica spinge le famiglie a farli andare meno in palestra».

## GLI ADULTI

Anche tra i più grandi, a Roma e nel Lazio, c'è stato un forte aumento di peso. Paolo Sbraccia, direttore del Centro di eccellenza per la lotta all'obesità del Policlinico di Tor Vergata, lancia l'allarme: «Le condizioni peggiorate dopo il Covid. Aspettiamo settembre per avere a disposizione nuovi farmaci che potrebbero contribuire alla lotta all'obesità con effetti simili a quelli della chirurgia bariatrica». Sì, perché anche per gli adulti la riduzione di peso non è solo estetica: di fatto i chili di troppo incidono sullo stato di salute di 2 milioni di persone nel Lazio solo per le malattie cardiovascolari. L'obesità è almeno un fattore di rischio per

più della metà dei tumori diagnosticati nella Regione, almeno 22 mila casi su 35 mila. Solo a Roma tra i 2,8 milioni di abitanti, oltre 1,1 milioni sono i casi di malattie che vedono l'obesità tra i fattori in grado di scatenarle o peggiorarle. E poi ci sono i tumori: dei 17.895 diagnosticati nella Capitale nel 2019 (l'ultima rilevazione della Regione), oltre 7 mila sono legati all'apparato digerente e potrebbero essere strettamente legati all'alimentazione e allo stile di vita più in generale. «Nel Lazio siamo messi un pochino peggio della media italiana - prosegue Sbraccia - Sì, siamo i migliori dei peggiori. Una condizione che ha ovviamente una forte ricaduta anche sulla spesa sanitaria, perché l'obesità ha costi diretti e indiretti da considerare».

**Giampiero Valenza**

[giampiero.valenza@ilmessaggero.it](mailto:giampiero.valenza@ilmessaggero.it)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**IL BAMBINO GESÙ:  
«SONO IN CRESCITA  
LE NOSTRE  
ATTIVITÀ CLINICHE  
LEGATE ALL'OBESITÀ  
DEI PIÙ PICCOLI»**

**IL PROBLEMA  
RIGUARDA ANCHE GLI  
ADULTI: DUE MILIONI  
DI PERSONE HANNO  
DISTURBI LEGATI  
AI CHILI DI TROPPO**



Peso: 32%

3

Tre bambini ogni 10 nel Lazio sono obesi o in sovrappeso: situazioni da trattare per evitare patologie gravi

115

Sono i bimbi della Capitale che si sono prestati a uno studio scientifico che ha portato alla realizzazione del Nutripiatto

1,1 mln

Sono i casi di malattie dei romani che possono avere l'obesità come causa scatenante o come fattore di rischio



Peso:32%