Diabete e obesità nei bambini, patologie in crescita in Europa. Secondo i dati dell'Organizzazione Mondiale della Sanità la loro incidenza è triplicata negli ultimi due decenni e ha ormai raggiunto proporzioni epidemiche. Il più recente studio "Okkio alla Salute del Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute" dell'Istituto Superiore di Sanità condotto in Italia nel 2012 su 42.155 bambini tra gli 8 e i 9 anni, afferma che il 22,9% di loro è in sovrappeso e l'11,1% è obeso.

In particolare, in Veneto, un bambino su tre a 10 anni ha un sovrappeso e uno su dieci è obeso. Si tratta di dati del tutto in linea con la media nazionale, ma che vanno attentamente considerati in quanto i bambini in sovrappeso e obesi hanno un rischio maggiore di insorgenza di gravi patologie in età adulta quali diabete, ipertensione arteriosa, malattie cardio e cerebro-vascolari, dismetabolismi, cancro della mammella e del colon-retto. Per affrontare il problema e trovare nuove soluzioni ai disturbi alimentari, il 14 e il 15 settembre pediatri, nutrizionisti e dietisti si incontreranno a Verona, al Policlinico Rossi, in occasione del 5^congresso "Nutrizione, metabolismo e diabete nel bambino e nell'adolescente".

Il congresso. Al centro della due giorni di studi, organizzata dalla sezione di Pediatria del dipartimento di Scienze dalla Vita e della Riproduzione dell'ateneo scaligero in collaborazione con la Società Italiana di Pediatria e la Federazione Italiana dei Medici Pediatri, tematiche di attualità ed aggiornamento relative alla nutrizione e al metabolismo nel bambino. Particolare attenzione sarà posta sulla prevenzione, la diagnosi precoce e il coinvolgimento attivo della famiglia, strumenti necessari per arginare l'obesità e le sue complicanze con particolare attenzione al ruolo della nutrizione prima della nascita.

La prevenzione inizia sin dalla gravidanza. Tra i principali fattori nutrizionali utili alla prevenzione vi è l'allattamento al seno, che deve sempre essere promosso. In caso di impossibilità di allattare al seno è importante utilizzare latte che risponda ai requisiti suggeriti dalle evidenze della ricerca più recente. Infatti, secondo ultimi studi condotti sul modello animale, sovrappeso e obesità si combattono sia durante la gestazione che in fase di allattamento. "Nuove evidenze scientifiche – spiega Claudio Maffeis, direttore dell'Unità di Diabetologia, Nutrizione Clinica e Obesità dell'Ulss 20 di Verona, professore associato di Pediatria dell'ateneo scaligero e coordinatore scientifico del congresso – affermano che le abitudini alimentari della madre durante l'allattamento incidono sul grado di peso e sulla possibilità del bambino di sviluppare obesità nel corso della vita. L'allattamento da utile strumento per la crescita e lo sviluppo neuropsichico del bambino diventa momento centrale nella prevenzione delle patologie alimentari".

Diagnosi precoce. Nel corso del congresso verranno analizzati in dettaglio il tema dello svezzamento e quello della dietoterapia nell'obesità. Lo svezzamento è un momento spesso critico per molte mamme. Con lo svezzamento il bimbo esplora nuovi sapori, nuovi colori, nuovi profumi, nuove consistenze del cibo: in questa fase il rapporto con il cibo del piccolo inizia a maturare con riflessi importanti anche per la vita successiva. Fondamentale quindi variare l'alimentazione mantenendo equilibrati i rapporti tra i nutrienti sia nell'ambito giornaliero che settimanale.

Nel corso del convegno ampio spazio sarà dedicato alla diagnosi precoce e all'importanza di

evidenziare il sovrappeso sin dal suo comparire e non attendere che l’obesità si manifesti in modo evidente. La precocità di intervento è un fattore determinante per il successo. A tal riguardo utilissimo l’indice circonferenza vita/statura: se il bambino ha una circonferenza della vita superiore a metà della sua statura è probabile che presenti un peso eccessivo, ma anche qualche fattore di rischio cardiovascolare, quali ad esempio i trigliceridi o la glicemia o la pressione più elevati della media, anche se entro i limiti di normalità. Quindi il bambino obeso presenta alterazioni metaboliche che con il tempo ed in mancanza di un intervento, tenderanno a peggiorare e a divenire francamente patologici.

Spazio anche alla riflessione sul ruolo del pediatra, figura chiave dell’intervento di prevenzione e cura delle patologie alimentari. Il pediatra è infatti l’operatore sanitario che affianca la famiglia sin dalla nascita del piccolo e che lo segue nell’accrescimento e nello sviluppo occupandosi non solo della cura delle eventuali patologie ma anche della prevenzione delle stesse.