

**Genitori, verdure e figli; È fondamentale per il genitore controllare l'apporto nutrizionale del bambino perché questo determinerà il loro peso in futuro**

**Nutrizione**

Inviato da : Felice Guadagno

Publicato il : 8/4/2024 8:50:00



L'aumento di peso dei bambini è un fatto ormai accertato, in grado di diventare rilevante anche in tenera età. Allora, l'obesità infantile può essere presente già a nove mesi. È il risultato di una ricerca della Wayne State University (Detroit, USA), diretta dal professor Brian Moss e pubblicata sul "Journal of Health Promotion". Vediamo di capirne di più.



Il team del professor Moss ha lavorato sul Early Childhood Longitudinal Study-Birth Cohort, prendendo in esame i dati di 16.400 nati nell'anno 2001. Di questi, 8.900 avevano circa nove mesi, mentre 7.500 bambini avevano circa due anni. Innanzitutto, è emerso come l'obesità fosse elemento da non trascurare. Dei bambini di nove mesi, il 32% era già vittima della malattia. Riguardo poi i colleghi di due anni, la percentuale saliva al 34%.

Analizzando il campione per genere, gli esperti hanno notato come i maschi fossero più vulnerabili delle femmine.

Se invece il criterio era l'appartenenza etnica, gli ispanici erano più vulnerabili dei caucasici, mentre gli asiatici e gli originari delle Isole del Pacifico manifestavano un rischio quasi nullo.

# Genitori, verdure e figli; è fondamentale per il genitore controllare l'apporto nutrizionale

<http://www.dimensionenotizia.com/modules/news/article.php?storyid=11262>

In ogni caso, il professor Moss mette in chiaro come l'obesità in tenera età palese sintomo di predisposizione all'aumento di peso più avanti negli anni.

Il collega Joyce Lee, che insegna endocrinologia pediatrica all'Università del Michigan, è sulla stessa posizione: una cattiva alimentazione da piccoli determina il peso del futuro.

Per questo, conclude Moss, "Con il bambino piccolo, è fondamentale per i genitori controllare l'apporto nutrizionale del loro piccolo perché questo determinerà il loro peso in futuro. Non esiste una "dieta standard" per i bambini e i giovani. I genitori dovrebbero comunicare con il loro pediatra sul modo sano per nutrire i loro figli".

Di conseguenza, i medici devono prendere le contromisure adeguate. L'alimentazione dei bambini va controllata dai pediatri sin dalle prime visite: far cambiare abitudini alimentari sbagliate a genitori e piccoli pazienti quando ormai le seguono da anni è una sfida monumentale, quindi molto meglio agire in anticipo. Ma spesso le teste e le cattive abitudini sono dure da cambiare ed è spesso più difficile per i genitori perché i genitori tendono troppo spesso a delegare perché è più facile, comodo, veloce ed è davvero più corretto?



Cari genitori, voi siete i primi nutrizionisti dei vostri figli, esattamente come siete i primi loro pediatri. Poiché vi fate portavoce quando loro ancora non sanno parlare dei loro malesseri e allora? Se il vostro figlio è in sovrappeso o obeso mettetevi in discussione per favore! Non si ammettono ignoranze in tal senso informativi, documentatevi la nutrizione dei vostri figli è una vostra grande responsabilità cercate di farvene carico non di sfuggire.

