

Allarme Unicef: un bambino su 3 è denutrito oppure sovrappeso

Da www.avvenire.it di martedì 15 ottobre 2019

Il paradosso della cattiva nutrizione: sotto i 2 anni 2 bambini su 3 seguono una dieta povera. Ma 40 milioni di bambini sopra i 5 anni sono in sovrappeso o obesi. La situazione in Italia

La doppia faccia della malnutrizione: mangiare poco o troppo. È così che si scopre che nel mondo un numero altissimo di bambini e di ragazzi o sono malnutriti o sono obesi, fenomeno quest'ultimo in aumento in tutti i continenti compresa l'Africa.

"La nostra sfida comune di oggi: è prima di tutto dare il giusto cibo" afferma il **direttore generale di Unicef Henrietta Fore**, commentando i dati del nuovo rapporto Unicef *La Condizione dell'infanzia nel mondo 2019: Bambini, Cibo e Nutrizione - Crescere sani in un mondo in trasformazione* da cui risulta che nel mondo **1 bambino su 3 sotto i 5 anni è denutrito o in sovrappeso; 2 bambini su 3 sotto i 2 anni seguono una dieta povera (per il 45% niente frutta o verdure e per 60% né uova, latticini, pesce o carne)** e 40 milioni di bambini con più di cinque anni sono in sovrappeso o obesi.

In Italia, la percentuale di bambini sovrappeso fra i 5 e i 19 anni è del 36,8%, con un aumento del 39,1% rispetto al 1990, situazione che il presidente dell'Unicef Italia Francesco Samengo ha definito "preoccupante".

Le condizioni dei bambini e dei ragazzi cambiano tantissimo a seconda delle aree geografiche: la Papua Nuova Guinea ha il più alto tasso di malnutrizione infantile con il 65%; in Asia del Sud è un bambino su 2 che non sta crescendo bene o è denutrito o in sovrappeso, mentre in Africa orientale e meridionale, più di 2 bambini su 5 non stanno crescendo bene. Segue l'Africa occidentale e centrale con un tasso del 39%. Nel mondo sono ben 340 milioni di bambini, pari a 1 su 2, che soffrono di mancanza di vitamine e nutrienti essenziali come vitamina A e ferro.

Di contro, dal 2000 al 2016, la percentuale di bambini sovrappeso fra i 5 e i 19 anni è raddoppiata da 1 su 10 a circa 1 su 5. In Europa orientale e in Asia centrale, circa 1 bambino su 7 sotto i 5 anni, è in sovrappeso. Rispetto al 1975, il numero di bambini e ragazzi fino a 19 anni che soffrono di obesità è 10 volte maggiore per le ragazze e 12 volte maggiore per i ragazzi. Infatti il 42% degli adolescenti che vanno a scuola in paesi a basso e medio reddito consuma bibite zuccherate gassate almeno una volta al giorno e il 46% mangia cibo da fast food almeno una volta a settimana.

Percentuali che raggiungono il 62% e il 49% per gli adolescenti nei Paesi ad alto reddito. Dal 1990, il tasso di obesità tra bambini e ragazzi tra i 5 e i 19 anni è aumentato del 33% nel Regno Unito e del 49,7% negli Stati Uniti.

"Malnutrizione non significa solo non avere da mangiare a sufficienza, ma anche - sottolinea Samengo - mangiare in modo errato o malsano. Attraverso questo rapporto, si vuole mettere in luce anche il problema dell'obesità infantile che sta assumendo le caratteristiche di una vera e propria epidemia".

Dal rapporto emerge, inoltre, che il peso maggiore della malnutrizione in tutte le sue forme è sulle spalle dei bambini e degli adolescenti delle comunità più povere e marginalizzate ed anche nei Paesi ad alto reddito, come il Regno Unito, la percentuale di bambini in sovrappeso è oltre due volte maggiore nelle aree più povere rispetto a quelle più ricche.

Per aiutare i bambini a crescere in salute l'Unicef lancia un appello ai governi, ai genitori, alle famiglie e alle imprese per chiedere, tra l'altro, di migliorare l'educazione alimentare e di usare leggi collaudate come le tasse sullo zucchero, ma anche adottare etichette accurate e facili da comprendere.

così che si scopre che nel mondo almeno 1 bambino su 3 al di sotto dei 5 anni è denutrito o in sovrappeso e che mentre 149 milioni di bambini hanno ritardi nella crescita (troppo bassi per la loro età) e 50 milioni sono deperiti (troppo magri per la loro altezza), d'altro canto 40 milioni di bambini più grandi, sopra i 5 anni, sono in sovrappeso o obesi.

È la fotografia paradossale del nuovo **rapporto Unicef 'La Condizione dell'infanzia nel mondo 2019: Bambini, Cibo e Nutrizione - Crescere sani in un mondo in trasformazione'**, secondo cui circa 2 bambini su 3 tra i 6 mesi e i 2 anni non ricevono cibi che supportano la rapida crescita dei loro corpi e cervelli. Questo li espone a rischio di uno scarso sviluppo celebrale, scarso apprendimento, basse difese immunitarie, aumento di infezioni e, in diversi casi, la morte.

La condizione di sovrappeso e di obesità è addirittura raddoppiata dal 2000 al 2016 nella fascia di età fra i 5 e i 19 anni: da 1 su 10 a circa 1 su 5.

Lo studio dell'Unicef riguarda anche il nostro Paese: la percentuale di bambini sovrappeso fra i 5 e i 19 anni è del 36,8%, con un aumento del 39,1% rispetto al 1990. Circa il 45% dei bambini tra i 6 mesi e i 2 anni non riceve frutta o verdure. Circa il 60% non mangia uova, latticini, pesce o carne.

Il maggior peso della cattiva nutrizione riguarda bambini e adolescenti delle comunità più povere e marginalizzate. Solo 1 bambino su 5 dai 6 mesi ai 2 anni nelle famiglie più povere ha una dieta sufficientemente bilanciata per una crescita sana. Anche nei paesi ad alto reddito, come il Regno Unito, la percentuale di bambini in sovrappeso è oltre due volte maggiore nelle aree più povere rispetto a quelle più ricche.

Il rapporto inoltre indica che i disastri legati al clima causano forti crisi alimentari. La siccità, per esempio, è responsabile dell'80% dei danni e delle perdite in agricoltura, con degli effetti drammatici su quale tipo di cibo è disponibile ai bambini e alle famiglie, e anche sulla qualità e il prezzo di quel cibo.

Per rispondere alla crescente crisi della malnutrizione in tutte le sue forme, l'Unicef lancia un appello urgente ai governi, al settore privato, ai donatori, ai genitori, alle famiglie e alle imprese per aiutare i bambini a crescere in salute.

Nel mondo, circa il 45% dei bambini tra i 6 mesi e i 2 anni non riceve frutta o verdure. Circa il 60% non mangia uova, latticini, pesce o carne.

Quando i bambini crescono, la loro esposizione a cibi non salutari diventa allarmante, principalmente a causa di marketing e pubblicità inappropriate, l'abbondanza di cibi iper-processati nelle città ma anche in aree remote e un accesso ai fast food e a bevande altamente zuccherate in aumento. Per esempio, il rapporto dimostra che il 42% degli adolescenti che vanno a scuola in paesi a basso e medio reddito consuma bibite zuccherate gassate almeno una volta al giorno e il 46% mangia cibo da fast food almeno una volta a settimana. Questi tassi aumentano al 62% e al 49%, rispettivamente, per gli adolescenti nei paesi ad alto reddito.

Come risultato, i livelli di sovrappeso e obesità nell'infanzia e nell'adolescenza stanno aumentando in tutto il mondo. Dal 2000 al 2016, la percentuale di bambini sovrappeso fra i 5 e i 19 anni è raddoppiata da 1 su 10 a circa 1 su 5. Rispetto al 1975, il numero di bambini e ragazzi in questa fascia d'età che soffrono di obesità è 10 volte maggiore per le ragazze e 12 volte maggiore per i ragazzi.

"Malnutrizione non significa solo non avere da mangiare a sufficienza, ma anche mangiare in modo errato o malsano. Attraverso questo rapporto, si vuole mettere in luce anche il problema dell'obesità infantile che sta assumendo le caratteristiche di una vera e propria epidemia. In Europa orientale e in Asia centrale, circa 1 bambino su 7 sotto i 5 anni è in sovrappeso. Appare preoccupante la situazione nel nostro paese: in Italia, la percentuale di bambini sovrappeso fra i 5 e i 19 anni è del 36,8%, con un aumento del 39,1% rispetto al 1990", ha sottolineato il Presidente dell'Unicef Italia Francesco Samengo.

"Nonostante tutti i progressi tecnologici, culturali e sociali degli ultimi decenni, abbiamo perso di vista questo fatto fondamentale: se i bambini non mangiano adeguatamente, non vivono in condizioni adeguate", ha dichiarato Henrietta Fore, direttore generale Unicef. "Milioni di bambini sopravvivono con una dieta poco salubre perché non hanno una scelta migliore. Il modo che conosciamo e con cui rispondiamo alla malnutrizione deve cambiare: non riguarda solo dare abbastanza cibo ai bambini, ma prima di tutto dare il giusto cibo. La nostra sfida comune di oggi".

Il rapporto fornisce la ricerca maggiormente esaustiva del 21esimo secolo sulla malnutrizione infantile in tutte le

sue forme. Descrive un triplice scenario di malnutrizione: denutrizione, fame nascosta dovuta alla mancanza di nutrienti di base e sovrappeso tra i bambini sotto i 5 anni.

Il rapporto ricorda che cibo e alimentazione scarsi iniziano nei primi giorni di vita. Attraverso l'allattamento è possibile salvare vite: per esempio, solo il 42% dei bambini sotto i 6 mesi viene esclusivamente allattato, mentre cresce il numero di bambini che ricevono sostituti del latte materno. Le vendite di prodotti a base di latte in polvere sono cresciute del 72% tra il 2008 e il 2013 nei paesi reddito medio-alto come Brasile, Cina e Turchia, principalmente a causa di marketing inappropriato e scarse politiche e programmi per proteggere, promuovere supportare l'allattamento.

© Riproduzione riservata