

Obesità e Rischio Cardiovascolare nei Bambini (0-18 anni): Un Peso per le Generazioni Future

a cura di Francesco De Luca

Appello pubblico rivolto a Parlamento, Istituzioni Sanitarie, Scuole, Media, Associazioni di Famiglie, Società Scientifiche per un'azione urgente, concreta e coordinata contro l'epidemia silenziosa rappresentata dall'obesità infantile.

L'obesità rappresenta oggi la più grave minaccia per la salute delle nuove generazioni: non si tratta solo di una questione estetica, ma di una vera e propria emergenza di sanità pubblica. I numeri sono evidenti e le conseguenze devastanti, **ma la buona notizia è che possiamo agire. E dobbiamo farlo subito, tutti insieme.**

Dati allarmanti: un'epidemia in crescita vertiginosa

- L'obesità nel mondo è **quadruplicata dal 1990** e **raddoppiata negli ultimi 5 anni** (OMS 2023)
- **Nel 2023, 39 milioni di bambini sotto i 5 anni** erano in sovrappeso o obesi (OMS)
- **Nel 2022, oltre 159 milioni di bambini e adolescenti (5-19 anni)** sono obesi (Lancet 2024)
- **Nel 2023 in Italia, i bambini di 8-9 anni in sovrappeso sono il 19% e con obesità il 9,8%, inclusi bambine e bambini con obesità grave che rappresentano il 2,6%** (OKkio alla SALUTE)
- **Nel panorama europeo, l'Italia ancora una volta è al primo posto** per incidenza di quella che è ormai ampiamente riconosciuta come una **patologia pediatrica grave**
- **Questi bambini e adolescenti saranno, domani, adulti malati**, con una qualità e una aspettativa di vita più bassa rispetto ai loro genitori.

Obesità: una malattia complessa, pericolosa e prevenibile

L'obesità non è una colpa personale del bambino, ma l'effetto di un ambiente **"obesogenico"** che incoraggia stili di vita non salutari e mette a rischio la salute di milioni di giovani.

Conseguenze cliniche gravi e irreversibili:

- Cardiopatie
- Diabete di tipo 2
- Ipertensione e Dislipidemia
- Disturbi respiratori
- Infertilità
- Calcoli biliari e renali
- Ben **11 tipi di cancro**, inclusi leucemia, seno e colon
- **Sofferenza psicologica**, discriminazione, depressione e minore qualità della vita.

Il legame con gli alimenti ultra-processati (UPF): un nemico silenzioso

Studi scientifici recenti dimostrano che un **maggiore consumo di UPF** (bevande zuccherate, merendine e prodotti confezionati) è **fortemente associato a**:

- **Malattie cardiometaboliche** (il consumo di UPF è associato a un 50 % in più di rischio di morte per patologie cardiovascolari nell'adulto)
 - **Disagio psichico** (l'assunzione elevata di UPF è collegata a un aumento del 48–53 % del rischio di ansia e disturbi depressivi)
 - **Diabete di tipo 2** (un incremento del 10 % del consumo di UPF produce un aumento del 12 % del rischio di sviluppare diabete di tipo 2)
 - **Aumento del rischio di vari tipi di cancro** (il consumo di UPF è associato a un aumento significativo del rischio di tumori quali: colon-retto, seno, esofago)
 - **Infiammazione sistemica e disbiosi intestinale** (gli additivi e i processi industriali alla base degli UPF favoriscono uno stato infiammatorio cronico e alterano la flora intestinale)
 - **Incremento della mortalità per tutte le cause** (ogni aumento del 10 % dell'apporto energetico da UPF comporta un incremento del 2,7 % del rischio di mortalità).
-

Un peso per il futuro: costi umani ed economici insostenibili

- Un bambino obeso ha **altissima probabilità di diventare un adulto obeso**, esposto a malattie croniche per tutta la vita, con conseguenze e necessità di cure facilmente intuibili
 - Questo porterà a un **aumento drammatico di costi sanitari insostenibili** dal nostro Sistema Sanitario Nazionale
 - Servono **strategie multidisciplinari** che coinvolgano famiglie, scuole, pediatri, istituzioni.
-

Cosa fare: le evidenze internazionali parlano chiaro

Le nuove linee guida CMAJ 2025 indicano la rotta con 10 raccomandazioni e 9 buone pratiche: un richiamo forte e autorevole all'azione, per genitori, pediatri, scuole e istituzioni. Al centro, **quattro pilastri fondamentali**:

- **Approccio personalizzato**, costruito attorno al bambino e alla sua famiglia
- **Interventi multicomponente** (comportamentali, psicologici, educativi) come trattamento di prima linea
- **Educazione precoce a un'alimentazione sana**: ridurre l'esposizione a alimenti nocivi fin dalla prima infanzia attraverso il sostegno di politiche sanitarie efficaci.
- **Un impegno collettivo contro la sedentarietà**: servono spazi, idee, programmi per rimettere in movimento i nostri bambini.

Cosa chiediamo con questa petizione

1. **Politiche urgenti di prevenzione e contrasto all'obesità infantile**, con particolare attenzione agli ambienti scolastici e comunitari
2. **Tassazione su alimenti ultra-processati e divieto di pubblicità** per prodotti ritenuti dannosi
3. **Educazione alimentare obbligatoria e strutturata** nelle scuole primarie e secondarie
4. **Maggiore accesso a spazi pubblici per il movimento e l'attività fisica**
5. **Formazione adeguata dei pediatri e dei medici di famiglia** per l'individuazione precoce e la gestione multidisciplinare dell'obesità pediatrica
6. **Sostegno psicologico e sociale** per i bambini obesi e le loro famiglie, senza stigmatizzazione
7. **Coinvolgimento attivo dei media e delle associazioni** per una campagna di sensibilizzazione nazionale continua

Unisciti a noi per salvare il futuro dei nostri bambini

Questa petizione non è solo un grido d'allarme. È **una chiamata all'azione collettiva**. Aiutaci a portare questa emergenza all'attenzione del Parlamento, delle Istituzioni Sanitarie, della Scuola e dell'Opinione Pubblica. È necessario l'impegno responsabile di ognuno di noi.

Firma, Condividi, Fai sentire la tua voce!

- ◆ Per una generazione **più sana, più forte, più libera**.
- ◆ Perché il peso dell'indifferenza non comprometta il futuro di un'intera generazione.

Raccolta Firme Promossa da: SIAIP, SIMPE, SIN, SIPPED, FIMP, Pediatria+, Narrazione Circolare – Racconto di una Pediatria Differente

Contatti per adesioni: frankde57@gmail.com

Per Firmare:

<https://docs.google.com/forms/d/1KFL-KbN6ohnRXtNlnVEIEqomwqdpzTtuepbKltwUaU/edit>

