

CHE COS'È L'OBESITÀ

L'obesità è definita dall'Organizzazione Mondiale della Sanità come un accumulo eccessivo di massa grassa che comporta rischi per la salute.

L'obesità infantile, dalla nascita all'adolescenza, è un fenomeno in aumento in tutto il mondo.

In Italia riguarda il 9% dei bambini, mentre il 21% è in sovrappeso, con il rischio di diventare obesi da adulti.

I principali fattori di rischio dello sviluppo dell'obesità sono cattive abitudini alimentari, scarsa attività fisica e sedentarietà.

L'errore alimentare più comune è l'introduzione di troppe calorie rispetto al consumo energetico, che comporta l'accumulo di grasso.

L'obesità è un fattore di rischio per lo sviluppo di numerose patologie croniche, tra cui malattie cardio-vascolari, ipertensione arteriosa, diabete di tipo 2, problemi muscolo-scheletrici, respiratori e alcuni tipi di cancro, in particolare al seno, al corpo dell'utero e al colon-retto.

Inoltre, i bambini e adolescenti sovrappeso e obesi hanno spesso minore autostima e benessere psicologico, una maggiore insoddisfazione rispetto la propria vita e una maggiore presenza di disturbi psicosomatici.

APPROFONDIMENTI



Per maggiori informazioni
visita la sezione
Obesità infantile
sul sito web
www.ausl.bologna.it



Immagini di Freepik.com



Bimbinforma
Bologna Pianura Est

IL PERCORSO DI CURA DELLA **OBESITÀ INFANTILE**



IL PERCORSO DI CURA

La cura dell'obesità infantile prevede un intervento da parte di più professionisti, che mira a favorire il cambiamento di stile di vita attraverso un percorso di cura integrata e centrata sul bambino e sulla sua famiglia.

IL TEAM MULTIDISCIPLINARE

Pediatra di libera scelta

Svolge un ruolo centrale nella prevenzione primaria dell'obesità. Promuove le azioni protettive e sensibilizza i genitori perché mettano in atto precocemente il corretto stile di vita per ogni età.

Il Pediatra individua i bambini che necessitano del trattamento e monitora l'andamento del peso, sostenendo la motivazione al cambiamento alimentare e nell'attività fisica del bambino e della sua famiglia.

Dietista

Mediante **incontri individuali**, aiuta il bambino e la sua famiglia a riconoscere i comportamenti favorevoli l'eccesso ponderale e ad adottare azioni positive per il raggiungimento del peso corporeo più adeguato per l'età e il sesso.

L'approccio è di tipo educativo, e non prescrittivo, e intende proporre modifiche soprattutto alla qualità delle scelte alimentari, in base agli obiettivi terapeutici da raggiungere.



Esperto in Scienze motorie

Mediante **incontri di gruppo**, in base alle fasce di età, promuove l'attività motoria in palestra al fine di stimolare e sostenere l'aumento dell'attività fisica generica (gioco spontaneo, gioco all'aperto, attività ricreative, percorsi casa-scuola) e programmata (educazione fisica e sportiva), nonché ridurre i tempi e le occasioni di sedentarietà.

Tenendo conto delle attitudini motorie e dei gusti dei singoli ragazzi, l'Esperto potrà consigliare una specifica tipologia di sport/attività motoria.

Psicologo

Svolge **incontri di gruppo** con le famiglie per favorire, attraverso l'ascolto e la condivisione di esperienze ed emozioni, la partecipazione attiva di tutti e l'attivazione di risorse personali per un cambiamento orientato al benessere e alla salute. Sono previsti 4 incontri di 2 ore a cadenza trimestrale.

Medico dello sport

Interviene solo su specifica richiesta del Pediatra. Valuta il livello di attività fisica del bambino e della famiglia, effettua una prescrizione personalizzata dell'esercizio fisico adatto al bambino.

COME ACCEDERE

Il Pediatra di libera scelta compila una scheda con le informazioni del suo assistito, la consegna al genitore che dovrà inviarla via mail all'indirizzo:

bimbinforma@ausl.bologna.it

Un operatore sanitario contatterà la famiglia per fornire i primi appuntamenti con:

Dietista

Le visite vengono svolte a Budrio, Molinella, S. Pietro in Casale, Bentivoglio, Pieve di Cento.

Psicologo ed Esperto in Scienze motorie

Gli incontri si svolgono il **venerdì dalle 16 alle 19** a:

- Poliambulatorio di Molinella
via Provinciale Circonvallazione, 47
- Poliambulatorio di Castelmaggiore
Piazza 2 agosto 1980, 2