

OBESITA' INFANTILE... (atto I) mio figlio è “robusto”!

A tutte le mamme e nonni che pensano che i loro figli o nipoti siano “robusti”, “in carne”, “dimagriranno con lo sviluppo”: niente di più falso... probabilmente sono già OBESI!

Più volte nella mia carriera di nutrizionista infantile mi sono ritrovato in questa situazione: due fratellini, uno obeso, l'altro normopeso e la mamma, o la nonna al seguito, mi chiedeva un consiglio su come fare per far mangiare di più il bimbo che ai loro occhi, e a quelli della folta parentela, risultava “troppo magro”.

La mia risposta? Sempre la stessa: - il suo pediatra cosa le dice? - Che sta bene! - Si fidi del suo pediatra e si preoccupi del fratellino che siede accanto!

Può sembrare molto “cruda” questa chiave di lettura, ma è una realtà che si tende a sottovalutare!

Non è un caso che l'OBESITA' INFANTILE ogni anno è in preoccupante CRESCITA!

A seguire riporto la Definizione di obesità infantile:

- Eccesso ponderale maggiore del 20% rispetto al peso ideale del bambino, in base all'età, sesso e statura
- Spessore della plica tricpitale o sottoscapolare superiore all'85° percentile per sesso ed età
- Indice di massa corporea (BMI) superiore al 90° percentile per sesso ed età

Un esempio per tutti: un bimbo di 7 anni, altezza 127cm, peso fisiologico consigliato 26kg, risulta OBESO già a 32kg (chiaramente in presenza degli altri due parametri che quasi sempre confermano il dato).

La maggior parte delle volte il fratellino in questione pesa già più di 40 kg e la mamma dice: - Dottore, ma non è obeso!

Per far comprendere alla mamma la gravità della situazione ecco il mio esempio: deve immaginare che un ragazzo che dovrebbe pesare 65kg ne pesi già più di 100kg!! Quindi, quando guarda suo figlio, è questa l'immagine che deve considerare...