

ALLE ELEMENTARI

Pranzo completo per i più piccoli
con il suggerimento del medico

La Puglia è la seconda regione in Italia con bambini in sovrappeso. Il medico: «Ci vuole più attenzione dei genitori»

Obesità? Una questione di stile di vita

E se per gli istituti di istruzione secondaria ci si trova ad avere a che fare con ragazzi che già hanno la capacità di scegliere e che sono in un'età in cui si mettono in discussione e vogliono piacersi, diverso è nelle scuole primarie e dell'infanzia. Il problema qui, però, non è aggiungere alimenti a base di frutta e verdura nell'alimentazione dei bambini ma far capire ai genitori quanto sia importante. La questione, secondo Silvio Pozzi, medico pediatra, va inserita nel discorso delle abitudini alimentari che spingono sempre più minori a consumare cibi sbagliati a causa di esempi «anglosassoni fatti di snack, di fast food, alimenti che non sono quasi mai bilanciati e che favoriscono l'obesità».

A questo si deve aggiungere anche il comportamento sbagliato e arrendevole dei genitori stessi «ci si arrende troppo spesso davanti ad un rifiuto da parte del bambino di mangiare la verdura o la frutta - spiega il medico - e pur di farli mangiare magari gli si dà lo snack o dolci da forno industriali che contengono sostanze additive e conservanti». Quindi un mea culpa spetta anche agli adulti.

Basta dunque con patatine e brioscine lasciate in mano ai bimbi pur di non sentirli piangere, o alle troppe concessioni fatte dai nonni. «A questo si aggiungono anche i condizionamenti subliminari, come la propaganda fatta per esempio nei supermercati - incalza Pozzi - dove vicino alle casse, dove sostano i bambini con i genitori, si mettono in bella mostra cioccolate e caramelle. O merendine posizionate ad altezza di bimbo sugli scaffali. Poi si aggiunge il compagno di banco che nel panierino invece di avere un buon panino al pomodoro ha la merendina e allora...».

I dati parlano chiaro e sono anche allarmanti. «Da un'indagine svolta sui pazienti dei medici pediatri di base la Puglia è la seconda regione in Italia con bambini tra il sovrappeso e l'obesità. La prima è la Campania. Un dato drammatico perché risulta sovrappeso o al limite dell'obesità un minore su tre. «C'è troppo disinteresse da parte degli adulti che lasciano i bambini seduti davanti alla televisione o a giocare a video giochi con tanto di patatine in mano, magari perché lavorano o hanno da fare». Quindi nello zaino meglio il buon sano panino al pomodoro? «Assolutamente sì. Anche perché le mamme, l'alternativa la prodotto industriale ce l'hanno in casa. Una crostata con farina, olio e confettura è molto più salutare di una merendina».

F.S.

L'ASSESSORE COMUNALE ALLA PUBBLICA ISTRUZIONE

«A mensa il menu varia anche in base alla stagione»

Nelle scuole comunali dell'infanzia e in quelle primarie statali è previsto per i bambini un servizio mensa fornito dal Comune di Lecce. La ditta che si occupa della gestione delle mense scolastiche propone un menu giornaliero con primo e secondo piatti, contorno, pane e frutta. «Gli alimenti sono assolutamente biologici - fa sapere l'assessore comunale alle Politiche Educative, Formative e Giovanili, Luciano Battista, e variano in base alle stagioni. Nel menu sono compresi pasta, verdura, legumi, ortaggi, riso», insomma una vasta scelta al fine di proporre alimenti differenti durante l'arco dell'anno e in base alle stagioni. Non solo «presso il mio assessorato è presente continua Battista - una dietista che settimanalmente è anche a disposizione dei genitori per concordare anche delle variazioni sul menu» che tengono conto delle allergie o delle patologie di qualche minore e dei vincoli etico-religiosi. A controllare poi la qualità del cibo offerto e il servizio effettuato nelle scuole anche una commissione mensa a cui prende parte lo stesso assessore, il dirigente della pubblica istruzione del comune, un dirigente scolastico e un rappresentante dei genitori. «In questo modo monitoriamo per tutto l'anno il servizio con dei sopralluoghi effettuati negli istituti scolastici».

La conferma della soddisfazione del menu proposto ai piccoli alunni arriva anche dal dirigente scolastico del comune, Cesare Battisti. I Circoli di Lecce, Leonardo Capaldo che ha registrato la soddisfazione di alunni e genitori. «Noi abbiamo 10 sezioni che usufruiscono del servizio mensa - spiega, sottolineando - che al di là di tutto la mensa è comunque un momento educativo importante per i bambini, un momento di collaborazione e amicizia». Intanto le previsioni per il nuovo anno scolastico parlano chiaro, ben 1300 bambini si fermeranno a mangiare a scuola a fronte di mille iscrizioni già arrivate fino a ieri. Segno forse che a scuola si mangia davvero bene.