

Progetto di prevenzione dell'obesità infantile tra 0 e 6 anni “Mi voglio bene”

Paolo Brambilla, Giorgio Bedogni, Carmen Buongiovanni, Guido Brusoni,
Giuseppe Di Mauro, Mario Di Pietro, Marco Giussani, Manuel Gniecchi,
Lorenzo Iughetti, Maura Sticco, Sergio Bernasconi

Realizzato dal Gruppo di Lavoro sull'Obesità della Società Italiana di
Pediatria Preventiva e Sociale (**SIPPS**).

**"Mi voglio bene": a pediatrician-based randomized
controlled trial for the prevention of obesity in Italian
preschool children**

Italian Journal of Pediatrics 2010, **36:55**

doi:10.1186/1824-7288-36-55

In collaborazione con: **SIP, ISS e Ministero della Salute**

Scopo dello studio

- Verificare se l'attività di sensibilizzazione dei genitori attuata dal Pediatra di Famiglia attraverso **10 semplici azioni preventive** sia efficace nel ridurre la prevalenza di eccesso ponderale a 6 anni. Tali azioni saranno messe in atto a partire dalla nascita e per tutti i primi 6 anni di vita.
- Ciascuna di esse è convalidata da studi scientifici, tuttavia non è noto se la loro applicazione, in una sequenza definita da un protocollo, comporti dei risultati misurabili a distanza di tempo.
- Trial randomizzato e controllato (RCT) che coinvolgerà 120 pediatri.

10 AZIONI PREVENTIVE

	azione	indicatore	bibliografia
1	allattamento seno	prolungato ad almeno 6 mesi, meglio se 12 mesi	Baker JL, AJCN 2004
2	svezzamento	introduzione cibi diversi dal latte non prima dei 6 mesi	ESPGHAN 2008
3	apporto proteico	controllato, in particolare nei primi 2 anni	Cachera MF, IJO 1995, Koletzko B, AJCN 2009
4	bevande	evitare succhi, tisane, soft drinks, thè freddo, ecc	James J, IJO 2005
5	biberon	da sospendere entro i 24 mesi	Bonuck K, Maternal and Child Nutrition 2010

10 AZIONI PREVENTIVE

	azione	indicatore	bibliografia
6	Mezzi di trasporto e di diletto	stop passeggino dai 3 anni, evitare auto/moto elettriche	Wen LM, Publ Health 2007; Tudor-Locke C, Sports Med 2001 Tucker P, Obes Rev 2006
7	sedentarietà TV e videogiochi	TV solo dopo i 2 anni! max 8 ore alla settimana	Viner RM, J Pediatr 2005
8	Giochi e giocattoli	incentivare giochi di movimento	Viner RM, J Pediatr 2005
9	costante controllo di peso e altezza	riconoscere un precoce aumento del BMI	Cachera MF, IJO 2006 Strong WB, J Pediatr 2005
10	porzioni corrette per età prescolare	Atlante Fotografico delle porzioni alimentari	www.scottibassani.it Foster E, Br J Nutr 2008 Higgins JA, EJCN 2009

Tempi di realizzazione

Mesi (ai bilanci di salute)	1.5	2.5	5- 6	8- 9	12	16- 18	24- 30	36- 42	48- 54	66- 72
AZ. 1 allattamento	X	X	X	X	X					
2 svezzamento		X	X							
3 proteine	X	X	X	X	X	X	X			
4 bevande	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
5 biberon						X	X			
6 mezzi trasporto					X	X	X	X	X	X
7 sedentarietà					X	X	X	X	X	X
8 giochi e giocattoli					X	X	X	X	X	X
9 peso-altezza					X	X	X	X	X	X
10 porzioni							X	X	X	X

Situazione attuale

- **protocollo** ✓
- **pubblicazione protocollo** ✓
- **riscontro scientifico** ✓
- **schede di intervento per genitori** ✓
- **materiale per pediatri** ✓
- **comitato etico**
- **reclutamento Pediatri**
- **main sponsor**
- **automazione raccolta dati**

**REDAZIONE
DELLE SCHEDE**

➤ **Dal “medichese” al “mammese”**

- Ogni espressione è stata trasposta in un linguaggio più comune, comprensibile a target eterogenei di mamme

➤ **Semplificare senza banalizzare**

- Cambiare registro linguistico non significa perdere il senso e l'importanza di quanto detto nelle schede

➤ **Alleanza tra mamma e pediatra**

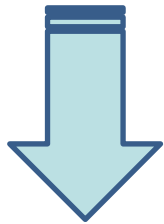
- Il pediatra non “cala dall'alto” terapie mediche, ma dà consigli in stretta collaborazione con le mamme

➤ **Esigenze quotidiane delle mamme**

- Proponiamo alle mamme delle alternative per realizzare i consigli presenti nelle schede

“MEDICHESE”

In pratica, si consiglia di posticipare a dopo il compimento del 6° mese l'introduzione di ogni altro alimento o bevanda che non sia latte o acqua. Va chiarito che ci si riferisce ad un uso sistematico dei suddetti alimenti e non occasionale.

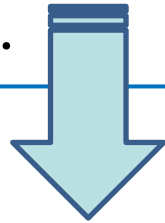


“MAMMESE”

Perciò, aspetta che il tuo bambino abbia 6 mesi per proporgli ogni altro alimento o bevanda che non siano latte o acqua (nessun problema però se il piccolo ha assaggiato occasionalmente alimenti diversi dal latte prima dei 6 mesi).

“MEDICHESE”

Le bevande maggiormente utilizzate **in età precoce** (primi 2 anni) sono essenzialmente le tisane e le soluzioni da bere con un sapore generalmente dolce che testimonia la presenza di calorie sotto forma di zuccheri (tisane, camomilla, finocchio, nettari di frutta, tè deteinato).



“MAMMESE”

Le bevande maggiormente utilizzate **in età precoce** (cioè nei primi due anni) sono di solito tisane, camomilla, finocchio, nettari di frutta, tè deteinato ecc., che hanno un sapore dolce ottenuto con l'aggiunta di zucchero.