




Alimentazione, Attività Fisica, Educazione Nell'ambulatorio Del Pediatra Di Famiglia




Dr. Emanuele Voccia
Pediatra di Famiglia – AUSL di Parma


Alimentazione infantile



- Pediatria (allattamento, integrazioni, divezzamento, ecc.)
- Ma non solo.....
- Commercial
- Cultura
- Religione
- Fattori sociali




L'educazione alimentare non può essere standardizzata, ma deve essere personalizzata, attualizzata, contestualizzata

- Considerazioni tecnico-scientifiche
 - Contesto familiare (cultura, religione, ambiente sociale, situaz. economica)
 - Motivazioni generali e specifiche
- 


ECCESSO PONDERALE

- Uno su quattro nonostante la diffusione della pediatria di famiglia
- Basta indicare una via...?
- Basta una dieta...?
- Basta spingere per attività fisica...?



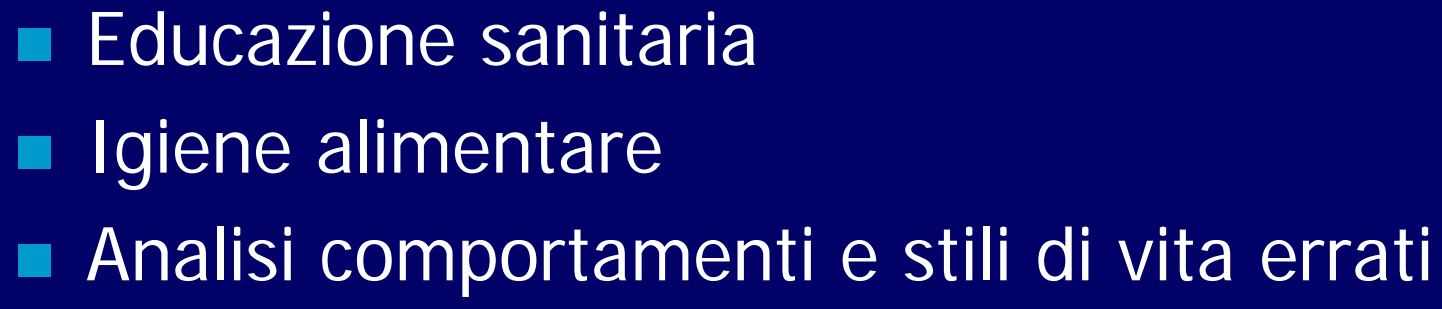


Fattori favorevoli eccesso ponderale e contrastanti gli effetti di una dieta

- Non volontarietà dei soggetti
 - Pasti fuori casa (fast food, mense, nonni)
 - Stili educativi della famiglia
 - Situazione logistica familiare (assenza dei genitori per lavoro, eccesso TV,..)
- 




La dieta non basta mai...

- Educazione sanitaria
 - Igiene alimentare
 - Analisi comportamenti e stili di vita errati
 - Attività motoria
-
- In dettaglio...
- 




Educazione sanitaria

- Educazione alimentare
 - Cause alimentari di diverse patologie
 - Rapporto tra stato di salute e alimentazione
 - Importanza curativa degli alimenti (antiossidanti,...)
- 




Igiene alimentare

- Importanza singoli nutrienti
 - Suddivisione dei pasti (colazione!!)
 - Concetto di densità calorica
 - Cibi e bevande inutili
 -
- 



Comportamenti e stili di vita errati

- Uso del cibo come premio, punizione o merce di scambio
 - Pasti consumati separatamente
 - Eccesso TV
- 


Attività motoria

- Non solo palestra!!!
- Importanza della quotidianità dell'attività fisica, continuativamente.





L'unione fa la forza...

- Solo l'insieme di tutte queste azioni può portare a successi in campo di prevenzione o cura degli effetti della disalimentazione
- 

STATO NUTRIZIONALE DI UN BAMBINO è influenzato da:

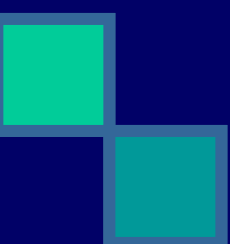

- fatt. genetici
- Fatt. ambientali
- Fatt. materni (lavoro, allattamento, stato coniugale, ecc.)
- **Obesita' familiare**
 - Salsberry, Reagan su *Pediatrics* 6, 2005

...ma il **pediatra** dov'è?





Finalità della Pediatria

- 
- Storicamente: il bambino sano
 - Nuova pediatria: un adulto sano
- 



29 4 2006