



INDICAZIONI PER IL PEDIATRA PER LA REALIZZAZIONE DEL PROGETTO “MI VOGLIO BENE”

Caro/a Collega,
questo progetto è stato pensato con l'obiettivo di fornirti uno **strumento per la prevenzione dell'obesità** a partire dalla nascita. Si tratta di un **materiale pratico e di facile integrazione con la tua attività quotidiana**, costituito da dieci schede, da utilizzare in occasione dei bilanci di salute nei primi 6 anni di vita, e da una breve presentazione per i genitori.

Ogni scheda è rivolta alla realizzazione di una specifica Azione preventiva, nel campo della corretta nutrizione e di un salutare stile di vita. I contenuti e il linguaggio utilizzato sono stati studiati affinché le schede siano fruibili dalla maggior parte dei genitori, grazie ad una sperimentazione attuata con alcune mamme.

Per ciascuna Azione è stato previsto un momento ideale per l'attuazione: lo schema allegato indica la temporistica scelta in relazione alle più frequenti cadenze dei Bilanci di Salute.

In occasione dei Bilanci di Salute, quando previsto, il Pediatra:

- illustrerà l'Azione preventiva prevista per quella fascia di età (X) e la discuterà con i genitori;
- al/ai controllo/i successivo/i rinforzerà il suo contenuto, verificherà con i genitori l'effettiva realizzazione e ne stimolerà l'applicazione chiarendo eventuali dubbi emersi nella sua applicazione pratica (↓).

Il protocollo del Progetto è stato pubblicato:

Brambilla P, Bedogni G, Buongiovanni C, Brusoni G, Di Mauro G, Di Pietro M, Giussani M, Gnechi M, Iughetti L, Manzoni P, Sticco M, Bernasconi S. "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.

Brambilla P, Bedogni G, Buongiovanni C, Brusoni G, Di Mauro G, Di Pietro M, Giussani M, Gnechi M, Iughetti L, Sticco M, Bernasconi S. Progetto di prevenzione dell'obesità infantile tra 0 e 6 anni "Mi voglio bene". *Medico e Bambino* pagine elettroniche 2010, 13 (8).

Il numero di Azioni da ricordare a ciascun bilancio è stato contenuto al massimo in modo da ottimizzarne l'efficacia e la fattibilità. L'Azione 1 (allattamento al seno) potrà essere proposta anche oltre l'obiettivo dei primi 6 mesi di vita, nei casi in cui ciò sia realizzabile.

Tempi di realizzazione: vedi Tabella sul retro.

Noterai che, rispetto allo schema con 8 bilanci usualmente utilizzato nella maggioranza delle regioni, sono stati inseriti 2 controlli di crescita tra i 3 e i 5 anni (intermedio 1 e 2), in modo da continuare l'azione preventiva anche in questo cruciale periodo. Il Progetto è destinato ai nuovi nati, ciò comunque non esclude che possa essere utilizzato anche negli altri bambini da Te seguiti. È evidente che una o più azioni potrebbero non essere realizzabili in qualche bambino per i più svariati motivi: ciò non esclude la partecipazione di quel bambino all'intero progetto di prevenzione. Punta alla realizzazione del massimo numero di azioni possibili in quel bambino.

Ai fini della tua partecipazione al progetto, programma di destinare 5 minuti in più a ogni bilancio di salute per i bambini che partecipano al progetto, in modo da avere il tempo necessario (in realtà molto limitato) per la spiegazione e la consegna delle varie schede. Al primo controllo (bilancio 1) consegnerai anche la scheda per i genitori che illustra finalità e modalità del Progetto. Per ulteriori dettagli, vedi nello specifico quanto scritto per le singole azioni preventive.



INDICAZIONI PER IL PEDIATRA PER LA REALIZZAZIONE DEL PROGETTO “MI VOGLIO BENE”

Tempi di realizzazione delle Azioni preventive previste dal Progetto

| Bilancio di salute | Bil 1 | Bil 2 | Bil 3 | Bil 4 | Bil 5 | Bil 6 | Bil 7 | Int. 1 | Int. 2 | Bil 8 |
|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|
| <i>Età (mesi)</i> | 0-1.5 | 2-3 | 4-6 | 7-9 | 10-12 | 15-18 | 24-36 | 36-42 | 48-54 | 60-72 |
| AZIONE 1 <i>Allattamento seno</i> | X | ↓ | ↓ | (↓) | (↓) | | | | | |
| AZIONE 2 <i>Introduz. alimenti</i> | | X | ↓ | | | | | | | |
| AZIONE 3 <i>Apporto proteine</i> | X | ↓ | ↓ | ↓ | ↓ | ↓ | | | | |
| AZIONE 4 <i>Le bevande</i> | X | | ↓ | | ↓ | ↓ | ↓ | ↓ | ↓ | ↓ |
| AZIONE 5 <i>Il biberon</i> | | | | | | X | ↓ | | | |
| AZIONE 6 <i>Mezzi di trasporto</i> | | | | | X | ↓ | ↓ | ↓ | ↓ | ↓ |
| AZIONE 7 <i>Curva di crescita</i> | | | | | | | X | ↓ | ↓ | ↓ |
| AZIONE 8 <i>Sedentarietà</i> | | | | | X | ↓ | ↓ | ↓ | ↓ | ↓ |
| AZIONE 9 <i>Giochi/ movimento</i> | | X | ↓ | | ↓ | ↓ | ↓ | ↓ | ↓ | ↓ |
| AZIONE 10 <i>Porzioni aliment.</i> | | | | | | | | X | ↓ | ↓ |

Il protocollo del Progetto è stato pubblicato:

Brambilla P, Bedogni G, Buongiovanni C, Brusoni G, Di Mauro G, Di Pietro M, Giussani M, Gnechi M, Iughetti L, Manzoni P, Sticco M, Bernasconi S. “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.

Brambilla P, Bedogni G, Buongiovanni C, Brusoni G, Di Mauro G, Di Pietro M, Giussani M, Gnechi M, Iughetti L, Sticco M, Bernasconi S. Progetto di prevenzione dell'obesità infantile tra 0 e 6 anni “Mi voglio bene”. *Medico e Bambino* pagine elettroniche 2010, 13 (8).