Sanità: Iss, al via campagna social “La salute si costruisce da piccoli” rivolta a bambini e famiglie per promuovere corretti stili di vita

Prende il via oggi la campagna social “La salute si costruisce da piccoli” rivolta alle bambine e ai bambini in età scolare e alle loro famiglie. Obiettivo, promuovere stili di vita salutari, con indicazioni su alimentazione e attività fisica, attraverso la disamina di nove tematiche riferite alla quotidianità dei più piccoli, con suggerimenti concreti su come impostare e migliorare abitudini corrette. La campagna prevede la divulgazione social, in appuntamenti cadenzati ogni 10-15 giorni, un totale di 9 video, 74 pillole informative (con semplici messaggi per ogni tematica), tre infografiche e 2 video - che riassumono una panoramica dei temi principali: alimentazione, attività fisica e sedentarietà, eccesso ponderale - e 9 schede informative con approfondimenti su: la colazione, la mobilità attiva, la merenda, l'attività motoria a scuola, la corretta alimentazione, il consumo di frutta e verdura, il movimento, il consumo d'acqua e la sedentarietà. Il tutto con uno stile, colorato e animato, che ben si adatta anche ai più giovani. L'iniziativa è promossa dal Centro nazionale per la prevenzione delle malattie e la promozione della salute (Cnapps) dell'Istituto superiore di sanità (Iss), dall'Irccs materno infantile Burlo Garofolo di Trieste ed è finanziata dal ministero della Salute nell'ambito di "Guadagnare salute", uno dei progetti del Centro nazionale per la prevenzione e il controllo delle malattie (Ccm). Secondo i dati della sorveglianza OKkio alla salute, coordinata dall'Iss, in Italia, ben 1 bambino su 3 presenta un eccesso di peso. “Questa condizione è spesso correlata a uno stile di vita che combina un'alimentazione troppo calorica e uno scarso livello di attività fisica. Riflettere su questi aspetti è quindi fondamentale per promuovere salute e benessere di tutta la famiglia”, afferma Giovanni Capelli, direttore Cnapps. “L'ambiente di vita può facilitare e favorire la salute: scuola, lavoro, comunità possono offrire occasioni per compiere scelte salutari, ma sta anche a noi trovarle - continua Capelli -. Quando, in famiglia, scegliamo un comportamento a favore della salute, possiamo diventare un esempio positivo per i nostri figli. D'altra parte, le abitudini acquisite negli anni della crescita sono quelle che tendono ad essere mantenute anche da adulti”. Insomma, come recita lo slogan della campagna, “La salute si costruisce da piccoli”.

Giovanna Pasqualin Traversa