

ALIMENTAZIONE: CONVEGNO 3A-SCUOLE, PRIMA COLAZIONE NON CORRETTA PER 4 BIMBI SARDI SU 10

(CHB) - Cagliari, 31 mar 2017 - La Sardegna è una regione virtuosa in Italia perché solo un bambino su tre è a rischio obesità o è sovrappeso, ma ben 4 bimbi su 10 non fanno una corretta prima colazione. Il dato è emerso stamane a Cagliari nel corso del convegno al T-Hotel dal titolo "Buongiorno Colazione! Esperti a confronto sul pasto più importante per il benessere psicofisico dei ragazzi", iniziativa annuale promossa da Latte Arborea e dalla direzione scolastica regionale dedicata alle scuole della Sardegna. "Per quanto riguarda il tasso di obesità - spiega Giuseppe Banderalli, direttore delle Unità di Neonatologia e Pediatria dell'Azienda ospedaliera San Paolo, Università di Milano - la Sardegna si colloca, a livello nazionale, a metà classifica. Meglio fa il Trentino Alto Adige (solo il 15 per cento circa dei bambini è a rischio) ma molto peggio fanno Sicilia e Campania, con più di un bimbo su due sovrappeso. I giovanissimi sardi però non si distinguono altrettanto bene sulla prima colazione, perché solo 4 su 10 non ne fanno una adeguata o equilibrata. Cioè non viene assunta una corretta dose di calorie. Le linee guida italiane per una corretta alimentazione suggeriscono di assumere a colazione circa il 15-20% delle calorie giornaliere e queste calorie dovrebbero provenire un po' da tutti i nutrienti, in particolare il 10-13% dalle proteine, il 27% circa dai grassi, il 55-60% dai carboidrati". Tutto questo poi ha un costo sociale, perché saltare la colazione aumenta il rischio di diabete, ipertensione e patologie cardiache, gravando sulle casse della sanità pubblica per miliardi di euro.

Al convegno, moderato dalla giornalista Stefania De Michele, sono intervenuti anche Evelina Flachi, biologa nutrizionista e presidente Fei, Food Education Italy; Gabriele Schintu, referente U.S.R. Sardegna; Gianfilippo Contu, presidente di 3A Latte Arborea, Francesco Feliziani, direttore generale Ufficio scolastico regionale per la Sardegna. Previste anche interviste a Marco Calligaris, preparatore atletico del Cagliari calcio, e a Margherita Granbassi, campionessa di scherma e giornalista sportiva.

(CHARTABIANCA)

[Chiudi](#)

Avviso ai lettori

La notizia che stai per leggere è soltanto un esempio gratuito dell'innovativo notiziario politico-economico specializzato di Chartabianca **accessibile esclusivamente su abbonamento**.

Chartabianca è una **testata giornalistica indipendente** rivolta a istituzioni, enti locali, società pubblica e private, associazioni di categoria, consorzi, liberi professionisti etc. che hanno la necessità di uno **strumento di lavoro** che gli garantisca un'informazione in tempo reale, neutra e approfondita sui temi di loro specifico interesse.

Come tutti i **servizi di qualità**, anche l'informazione giornalistica ha necessariamente un costo.

Per informazioni su attivazione e costi di abbonamento al notiziario Chartabianca [clicca qui](#)