

Primo Piano - *Allarme obesità infantile: in Italia il 19% dei bambini è in sovrappeso*

Roma - 07 apr 2026 (Prima Notizia 24) **In occasione della Giornata mondiale della salute, Fondazione Aletheia pubblica un focus sul legame tra cibo e patologie croniche. In Italia quasi il 10% dei piccoli è obeso.**

L’obesità infantile non rappresenta soltanto un problema estetico o di peso, ma una vera e propria condizione complessa che mina il metabolismo, il sistema cardiovascolare e l'equilibrio psicofisico dei più piccoli. In occasione della Giornata mondiale della salute, Fondazione Aletheia ha pubblicato un focus che analizza il preoccupante legame tra le abitudini alimentari e il benessere pubblico, evidenziando dati allarmanti per l'Italia, dove il 19% dei bambini è in sovrappeso e il 9,8% risulta obeso, con una quota ulteriore del 2,6% che versa in condizioni di obesità grave. Il fenomeno è inserito in un contesto globale in cui l'eccesso di peso colpisce 288 milioni di bambini tra i 5 e i 14 anni, con percentuali di obesità che sono più che raddoppiate rispetto al 2000. L'indagine mette sotto accusa il consumo abituale di cibi ultra-formulati, bevande iper-zuccherate ed energy drink, fattori che contribuiscono direttamente all'aumento della massa grassa, a alterazioni della glicemia e a una riduzione del colesterolo buono. Fondazione Aletheia sottolinea come tali abitudini, unite a una crescente sedentarietà e all'uso eccessivo di schermi, possano compromettere il sistema immunitario e il microbioma, aumentando il rischio di asma, allergie e problemi cognitivi. Al contrario, una stretta aderenza alla dieta mediterranea si conferma la difesa principale per garantire parametri cardiometabolici favorevoli e prevenire l'insorgenza di malattie croniche sin dall'infanzia. Proteggere la salute dei minori significa agire oggi per non avere adulti malati domani, come sottolineato con forza dagli esperti coinvolti nel monitoraggio. "La salute si costruisce fin da piccoli ed è per questo che garantire ai bambini del cibo sano e trasmettere loro gli orientamenti per una corretta alimentazione significa proteggere il loro futuro evitando che essi possano diventare potenziali pazienti di domani", ha affermato Alberto Villani, coordinatore dell'Area clinica pediatria universitaria ospedaliera Bambino Gesù e membro del Comitato scientifico della Fondazione Aletheia. La sfida per la sanità pubblica resta dunque legata a un grande impegno educativo e a una prevenzione mirata che coinvolga istituzioni e famiglie.

(Prima Notizia 24) Martedì 07 Aprile 2026