

PESO SANO



PER UNA VITA SANA



Progetto : Prevenzione e Terapia dell'Obesità dell'Età Pediatrica.

Cari Genitori di _____, oggi _____

Il Vostro Pediatra (timbro)

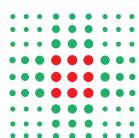
Vi propone di

partecipare ad un progetto innovativo di informazione-formazione preventiva dedicato al vostro nucleo familiare.

Il **Vostro Pediatra di fiducia** ha dato la piena disponibilità a partecipare attivamente, insieme agli altri professionisti della salute, per promuovere, in maniera dedicata, l'adozione di stili di vita corretti del/la Vostro/a figlio/a - in seno alla famiglia.

Il prof. Nazario Melchionda e la Sua Equipe, sostenuti dall'Associazione **INSALUTE Ass. di promozione sociale**, ha impostato un programma molto interessante di comprovata efficacia che presenterà il **18 SETTEMBRE 2010 alle ore 15,30** presso la **Sala Conferenze "Casa delle Imprese" in Confartigianato Assimpresa (g.c.), Viale Amendola 56/D, Imola.**

L'incontro è patrocinato da



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Imola

I biglietti d'ingresso che si allegano sono numerati e riservati a VOI. In caso di impossibilità restituire al Pediatra L.S.

La partecipazione al Convegno e al primo corso interattivo (di 4 incontri concordati in date ed orari a Imola) **è completamente gratuito per VOI**. La Vostra adesione convinta è una scommessa per tutti i promotori del progetto. Lavorare tutti insieme per un sano futuro delle giovani generazioni è un impegno serio con alta validità sociale. Dopo il Convegno – si apriranno le iscrizioni al primo corso **“Peso sano per una vita sana”** e potranno partecipare solo coloro che esprimeranno la volontà di impegnarsi attivamente.

Perché è importante partecipare attivamente a questo progetto:

- L'Italia è il paese europeo con la prevalenza più alta di obesità in Europa: (11% dei ragazzini tra i 6 e i 17 anni). In particolare in Emilia Romagna il 23,9% dei bambini è in sovrappeso ed il 13,6% è obeso.
- Tutte le abitudini della famiglia, riguardante anche l'alimentazione e l'attività motoria programmata, sono impressi nella memoria dei bambini con meccanismi complessi che difficilmente potranno essere del tutto modificati da adulti.
- I genitori trasmettono ai figli, dunque, sia la propria genetica sia il primo ambiente interattivo. Infatti emerge dalle statistiche che il 25% di bambini obesi hanno un genitore obeso e il 34% hanno entrambi i genitori obesi.
- Il programma, che si basa sull'approccio Cognitivo -Comportamentale (CBT) sulla famiglia insieme ad un monitoraggio clinico, ha dimostrato un'alta efficacia; questo metodo ha lo scopo di rendere consapevoli i genitori sul proprio comportamento non appieno ragionato oltre che su quello dei propri figli, fornendo informazioni, strategie e strumenti corretti ai fini del cambiamento possibile. Così, il migliore comportamento dei genitori favorisce quello dei propri figli in maniera duratura e costante – garantendo il più possibile una vita sana.
- E' fondamentale quindi che i genitori siano guidati, nella prima fase, a mettere in atto gli atteggiamenti funzionali per promuovere la capacità di autoregolazione del bambino, ponendosi come “agenti del cambiamento” ossia veri protagonisti del programma.
- L'intervento è rivolto al bambino obeso e alla sua famiglia e si propone di perseguire le seguenti finalità:
 - Dare ai genitori conoscenze di base e “addestrarli” a riconoscere tempestivamente l'aumento ponderale dei figli.
 - Aiutare il bambino a scoprire il piacere di un'alimentazione sana, attraverso l'acquisizione di adeguate conoscenze in materia alimentare.
 - Aiutare i genitori a riconoscere eventuali comportamenti disfunzionali non corretti - all'interno del sistema-famiglia che possono ostacolare un corretto comportamento del bambino.
- Tipologie di intervento:
 - Uno specifico piano di sorveglianza da parte dei Pediatri di fiducia (PLS) degli indici predittori dell'Obesità per segnalare con tempestività i soggetti a rischio nella fase di sovrappeso innocente.
 - Un percorso CBT manualizzato, somministrato ai genitori, per fornire gli strumenti necessari per modificare il “bilancio energetico” dei propri figli.
 - L' opportunità di un intervento CBT dedicato ai genitori obesi
 - L' intervento combinato sui genitori e sui figli in sinergia.



DIAMOCI LA MANO PER FARE CRESCERE LE NUOVE GENERAZIONI, CONSAPEVOLI E PREPARATE PER UNA LUNGA VITA DI QUALITÀ'