

L'alimentazione è una necessità imprescindibile per l'uomo: dagli alimenti egli ricava l'energia necessaria per tutte le attività vitali e il materiale indispensabile per la costruzione e riparazione dei tessuti. Lo stato di salute generale di un individuo dipende in gran parte dall'equilibrio tra i nutrienti forniti dagli alimenti ed i reali fabbisogni dell'organismo. Le regole alimentari si apprendono sin dall'infanzia e da esse dipende la nostra salute. Le cattive abitudini sono difficili da correggere infatti, oggi, la maggior parte della popolazione si ritrova ad avere seri problemi come ad esempio l'obesità, il diabete e l'anoressia. Soprattutto per quanto riguarda i bambini che fanno un eccessivo consumo di merendine e dolci che contengono grandi quantità di zuccheri e grassi, nocivi alla salute. Uno studio realizzato dall'Osservatorio Grana Padano ha stimato che, in media, circa il 40% dei bambini in età scolare è obeso o in sovrappeso. Una grossa responsabilità va attribuita come vedremo, ai messaggi che arrivano dagli spot pubblicitari. Un'altra cattiva abitudine degli adolescenti è quella di mangiare davanti al computer o alla tv, esagerando così con le quantità, poiché sono propensi a perdere il senso delle calorie che realmente stanno introducendo, e a non svolgere abbastanza attività fisica.

Adriano Sofo
Anna Colavito

Il peso della pubblicità nei disturbi del comportamento alimentare con specifico riferimento all'obesità infantile

