



NEWSLETTER N. 9

ABSTRACT: Grande distribuzione: le cooperative italiane dicono no alla vendita di alcolici ai minorenni; uno studio della rivista "The Journal of Pediatrics" ha scoperto che i bambini, che vivono in un ambiente familiare con alto livello di stress, hanno un'alta probabilità di diventare obesi; un gruppo di ricercatori canadesi ha scoperto che mangiare spesso hamburger e patatine cancella nei bambini gli effetti protettivi dell'allattamento al seno.

Supermercati italiani: stop alla vendita di alcolici ai minorenni

Niente alcolici ai minorenni. È la decisione assunta dalla Coop, cooperativa della grande distribuzione italiana, che dal primo gennaio interromperà la vendita di alcolici ai minori di diciotto anni. Davanti a un giovane che sembra minorenne, i punti vendita chiederanno di esibire un documento d'identità e in caso di conferma chiederanno di lasciare la bevanda alcolica in cassa. "La decisione - afferma una nota dell'azienda - nasce dalla volontà di non assistere impotenti a una minaccia per la salute di tutti e in particolar modo per i giovanissimi, malgrado non esista ancora una legge in materia".

"Con questa decisione - spiegano dunque dalla Coop - ci facciamo carico di un fenomeno pericoloso per la salute e altrettanto pericoloso per le sue ricadute sociali. Lo consideriamo un impegno importante e in linea con la nostra politica valoriale. Contiamo che ciò serva a sollevare un dibattito, ad aprire un tavolo istituzionale con altri operatori interessati per arrivare il più presto all'emanazione di una legge che riteniamo indispensabile. È una decisione che non si limita alla rinuncia della vendita. Ad essa affiancheremo iniziative di informazione e di sensibilizzazione dei giovani e degli adulti al problema dell'alcol per fare in modo che una delle piaghe più dolorose del nostro tempo possa essere combattuta più efficacemente e sconfitta".

Se i genitori sono stressati, i figli sono a rischio obesità

I bambini che crescono in famiglie con alti livelli di stress hanno una probabilità raddoppiata di diventare obesi rispetto a coloro che crescono in ambienti tranquilli o con livelli di stress moderati. Ad affermarlo è uno studio pubblicato sulla rivista The Journal of Pediatrics che ha preso in esame 7443 famiglie svedesi, analizzando gli ambienti di vita in cui crescevano i piccoli a partire dalla loro nascita fino all'età di 5 o 6 anni. I fattori di stress considerati dai ricercatori includevano il divorzio dei genitori, episodi di violenza tra le mura domestiche, malattie e lutti familiari o problemi di natura economica.

I risultati dello studio hanno mostrato che i bambini che crescevano in ambienti con più fattori di stress avevano una probabilità doppia di diventare obesi rispetto a quelli cresciuti in ambienti confortevoli o con singoli fattori di stress. "Alla luce di questi risultati - ha dichiarato Felix-Sebastian Koch, a capo della ricerca - è importante per le famiglie che vivono situazioni particolarmente problematiche cercare un supporto sociale a vantaggio della salute dei figli".



Mangiare troppo spesso fast food cancella gli effetti protettivi dell'allattamento al seno

I bambini che mangiano fast food più di una o due volte la settimana sono più a rischio di asma anche perché questo tipo di alimentazione annullerebbe gli effetti protettivi sulle malattie respiratorie derivanti dall'essere stati allattati al seno. La segnalazione viene da uno studio canadese, pubblicato sulla rivista *Clinical and Experimental Allergy*.

I ricercatori canadesi hanno analizzato le abitudini alimentari e la storia personale di circa 700 bambini, 250 dei quali con asma e i rimanenti senza, rilevando un'associazione tra il consumo frequente di hamburger e patatine e asma. I dati raccolti confermerebbero anche gli effetti protettivi nei confronti dell'asma derivanti dall'essere stati allattati al seno, anche se questi benefici risultano evidenti solo nei bambini che non mangiano fast food o lo fanno solo occasionalmente. Da non sottovalutare il dato sugli amanti del fast food: più della metà dei bambini li mangia più di due volte a settimana. Secondo gli autori proprio questo maggior consumo di alimenti poco salutari potrebbe contribuire a spiegare l'aumento dei casi di asma nella società moderna, nonostante siano aumentate le mamme che allattano al seno.

Il fast food non giova all'apparato respiratorio dei bambini, ma restano ancora da chiarire i possibili meccanismi. I ricercatori canadesi chiamano in causa l'elevato contenuto di grassi e sale. "Sono state fatte varie ipotesi per spiegare perché chi mangia spesso fast food risulta più a rischio di asma – osserva Attilio Boner, responsabile del Centro di allergologia pediatrica del Policlinico Borgo Roma di Verona -. Inizialmente la "colpa" era stata data al maggior contenuto di sale (cloruro di sodio) in questo tipo di alimenti. Tuttavia sembra più verosimile che il rischio aumentato sia da collegare alle cattive abitudini comuni in chi frequenta fast food, ovvero poca attività fisica – che invece ha un effetto protettivo -; regime alimentare non vario e bilanciato; soprappeso; presenza di fumatori in casa".

Per tenere lontana l'asma è quindi meglio concentrarsi sulla dieta mediterranea. "Diversi studi recenti – segnala Boner – indicano la dieta mediterranea può avere un effetto protettivo nei confronti di allergie e asma. Il consiglio è quindi quello di dare più spazio a frutta e verdura, pesce, legumi e dare invece un taglio a cibi grassi e salati. Resta infine sempre da consigliare l'allattamento al seno per i possibili effetti protettivi sulle malattie respiratorie".