



NEWSLETTER N. 14

ABSTRACT: È allarme diabete tra i bambini europei; in Italia cresce il numero dei bambini obesi: più 25% in 15 anni; in Europa le allergie da arachidi sono sempre più diffuse tra la popolazione.

Allarme diabete nei bambini: +70% entro il 2020

Un gruppo di ricercatori irlandesi dell'Università di Belfast, guidati dal dottor Chris Pattersen, ha lanciato l'allarme: l'incidenza del diabete di tipo 1 nei bambini europei sotto i cinque anni d'età è destinata ad aumentare drasticamente entro il 2020. Per i bambini sotto i 15 anni, si prevede un aumento di casi di circa il 70%.

Sono stati esaminati i dati di **oltre 29mila pazienti diabetici** appartenenti a 17 Stati europei in un periodo che va dal 1989 al 2003. I risultati, pubblicati sulla rivista "The Lancet", mettono in evidenza come in questi anni i nuovi casi di diabete diagnosticati siano aumentati di una media del 3,9% all'anno, con una prevalenza di casi nei bambini sotto i cinque anni che si attesta intorno al 5,4%.

Il diabete di tipo 1 può esordire, infatti, **anche in età pediatrica** ed è caratterizzata dalla necessità di cure e di controlli intensivi. È dovuto a una carenza insulinica, al contrario del più diffuso diabete di tipo 2 dovuto in genere a obesità o vecchiaia. Gli scienziati prevedono che, al ritmo attuale, nel 2020 ci saranno solo in Europa circa 160mila adolescenti affetti da diabete di tipo 1 contro i 94mila accertati nel 2005. Secondo i dati diffusi dalla European Association for the Study of Diabetes, questa malattia uccide nel mondo una persona ogni dieci secondi. La causa, dunque, non può essere unicamente genetica, ma anche lo stile di vita può influire significativamente.

In Italia cresce il numero dei bambini obesi

Ben **quattro italiani su dieci (43%) risultano sovrappeso o addirittura obesi (11%)**, con una netta prevalenza degli uomini rispetto alle donne. La Coldiretti, associazione dei coltivatori diretti, sottolinea che gli italiani in sovrappeso sono aumentati del 25 per cento negli ultimi 15 anni per un totale di oltre quattro milioni e sono più diffusi al sud mentre gli over 40 anni sono i più a rischio. Se durante l'anno il 28% degli italiani conduce uno stile di vita sedentario, mentre solo il 10% mangia frutta cinque volte al giorno secondo le regole della



sana alimentazione, in prossimità dell'estate si registra – precisa la **Coldiretti** – un aumento dell'esercizio fisico e dei consumi di prodotti come la frutta e la verdura particolarmente indicati per recuperare la forma fisica. “La ripresa nei consumi è anche – continua la Coldiretti – favorita dalla grandi disponibilità e varietà di frutta offerta in questo periodo in Italia che è leader europeo nella produzione per una quantità complessiva di 8,2 miliardi di chili, risultata in leggero calo del 3,1 per cento nel 2008”. La crescente diffusione di casi di obesità e di sovrappeso interessano in media un terzo dei ragazzi tra i 6 e gli 11 anni secondo l'indagine **'OKkio alla Salute'** condotta dall'Istituto Superiore di Sanità nel 2008. “E' anche questo il risultato del fatto che – sottolinea la Coldiretti – un bambino su quattro non consuma ortofrutta a tavola almeno una volta al giorno con ben sette ragazzi su dieci che rifiutano quotidianamente la verdura. Non si tratta solo di aspetto fisico poiché l'aumento di è un importante fattore di rischio per molte malattie come i problemi cardiocircolatori, il diabete, l'ipertensione, l'infarto e certi tipi di cancro, nei confronti delle quali la dieta mediterranea ha dimostrato scientificamente di essere particolarmente efficace nella prevenzione”.

Attenzione alle allergie da arachidi!

Non solo muffe, acari e polline, ma anche noci, noccioline, mandorle e frutta secca, alimenti all'apparenza innocui, sono **pericolosi per il 2-3% della popolazione europea**. E il dato è in aumento. A fotografare il fenomeno sono gli esperti riuniti a Roma in occasione dell'incontro “L'acaro della polvere compie cinquant'anni”. “Siamo ancora lontani dal consumo statunitense di arachidi – precisa Francesca Puggioni, consulente di pneumologia e allergologia dell'Istituto clinico Humanitas di Milano – stimato intorno ai 3,5 kg per persona ogni anno”. In Inghilterra, Paese europeo che mangia più arachidi, la media è infatti di 1,7 kg per persona ogni anno.

“Eppure il consumo e le allergie – continua l'esperta – sono in aumento anche qui in Europa. Le arachidi sono molto utilizzate nell'industria dolciaria, sotto forma di olio e burro. Spesso troviamo questi alimenti in barrette di cioccolato e le mangiamo senza pensare che possono essere dannose per la nostra salute”. Negli Stati Uniti il 4% della popolazione soffre di allergie alimentari gravi, in Europa 'solo' il 2-4%. “Ma a preoccuparci – prosegue Puggioni – ci sono anche le reazioni incrociate alimento-alimento o alimento-polline”.



This newsletter arises from the project Periscope which has received funding from the European Union, in the framework of the Public Health Programme

**Pilot European Regional Interventions for Smart Childhood
Obesity Prevention in Early Age**



L'allergia da arachide è quindi molto più comune di quanto si pensi. Anche le compagnie aeree europee, probabilmente, dovranno adeguarsi come hanno fatto recentemente quelle Usa. Il ministro dei trasporti Usa ha infatti emanato una direttiva secondo cui a bordo di tutti i velivoli devono essere riservate delle aree 'peanut free', libere dalle arachidi, per i viaggiatori che dichiarano questa allergia.

Tra gli alimenti a maggior rischio di allergia troviamo anche il latte, le uova, il grano, la soia, il pesce e i frutti di mare.