



Ministero delle
Attività Produttive
DG AMTC



DG SANCO



Provincia Autonoma
di Bolzano

Obesità e stili di vita. La nuova campagna informativa della Commissione Europea.

"Dai, alzati dalla poltrona". Il nuovo spot televisivo della Commissione Europea creato in collaborazione con la Uefa.

E' veramente difficile trovare giovani europei a cui non piaccia lo sport ed in particolare il calcio ...ma quanti di loro lo praticano con regolarità?

Gli appassionati di calcio sono sicuramente tanti ma per la maggior parte dei tifosi "sport" significa stare seduti davanti a un televisore e godersi un bel match. Per questo motivo la Commissione Europea ha deciso di lanciare una campagna pubblicitaria televisiva a favore dello sport da trasmettere negli intervalli di tempo delle partite di Champions League.

Lo slogan "**dai, alzati dalla poltrona**" dura appena 30 secondi e sarà trasmesso negli intervalli delle 125 partite della Champions League.

Nella pubblicità appaiono dei panciuti spettatori televisivi che tentano di giocare una partita di calcio rimanendo seduti sulle proprie poltrone, vuole ricordare a tutti i tifosi che lo sport è bello ma lo è sicuramente di più se lo si pratica con regolarità.

Secondo il commissario Ue alla Salute, Markos Kyprianou, gli europei mangiano troppo praticando molto poco sport e questo spiega l'elevato numero di obesi in Europa.

Secondo le stime dell'Organizzazione mondiale per la sanità un europeo su tre non pratica alcuna attività fisica nel tempo libero rimanendo seduto almeno cinque ore al giorno.

Incremento dei tassi di sovrappeso e obesità fra i bambini

L'aumento del tasso di obesità nell'intera Unione Europea è divenuto ormai un fenomeno particolar-

mente preoccupante soprattutto fra i più piccoli. I bambini in sovrappeso oggi sono circa 14 milioni più di tre milioni dei quali sono obesi, un numero in forte crescita

.L'adolescenza resta uno dei periodi più complessi della nostra vita per via di tutti i cambiamenti che comporta. Ma questa gara biologica ad alta velocità verso l'età adulta comporta implicazioni a lungo termine. Ciò significa che le scelte alimentari e sullo stile di vita operate in questa sensibile età possono influenzare gli individui per il resto della loro vita.

E' importante quindi che i bambini, fin piccoli, seguano ed apprendano uno stile di vita sano. Le conseguenze dell'obesità nella vita di un individuo di giovane età sono, infatti, numerose.



Le più precoci e le più frequenti sono rappresentate da problemi di tipo respiratorio e di tipo articolare dovute al carico meccanico oltre a disturbi dell'apparato digerente.

Per quanto riguarda le conseguenze tardive, occorre sottolineare che l'obesità infantile rappresenta un fattore predittivo di obesità nell'età adulta. Un bambino sovrappeso oltre ad avere

una maggiore predisposizione all'obesità, è più esposto rispetto ai suoi coetanei a determinate patologie. Fra queste: ipertensione arteriosa, insorgenza precoce di artrosi, diabete mellito, ipercolesterolemia e disturbi alimentari. Da non sottovalutare, inoltre, sono le conseguenze di tipo psicologico, che possono trascinarsi ed amplificarsi negli anni.

Fra le cause principali ci sono di sicuro un'alimentazione poco equilibrata e la mancanza di esercizio fisico.

Le azioni della Commissione Europea

Lo slogan televisivo su menzionato è solo una delle tante attività che la Commissione Europea ha realizzato per promuovere stili di vita sani.

Il problema dell'obesità ha richiamato, infatti, l'attenzione della Commissione Europea non solo per le ripercussioni economiche (ad oggi circa il 5% della spesa sanitaria pubblica è dedicata ad affrontare le problematiche derivanti dal sovrappeso) ma soprattutto per le conseguenze sociali e psicologiche che si ripercuotono sugli individui interessati.



Nella lotta contro l'obesità, la Commissione ha focalizzato la sua attenzione su due punti essenziali: la cultura di una sana e corretta alimentazione fra i consumatori e l'importanza dell'attività fisica. A tal proposito la Commissione europea ha lanciato nel marzo del 2005 la Piattaforma europea per l'azione sull'alimentazione e l'attività fisica.

La piattaforma d'azione europea per le diete e l'attività fisica riunisce i principali rappresentanti, a livello comunitario, delle industrie alimentari, della distribuzione al dettaglio, della ristorazione e della pubblicità nonché delle organizzazioni di consumatori e delle ONG del settore sanitario. Lo scopo di questa piattaforma è prendere in considerazione eventuali interventi volontari in tema di informazioni ai consumatori, istruzione, marketing, pubblicità. La piattaforma funge da forum per tutti gli attori che possono impegnarsi ad intervenire. Lo spirito è di operare sotto la guida della Commissione Europea per offrire un esempio di azione coordinata ma autonoma diretta a invertire le attuali tendenze negative.

Grazie all'azione di questa piattaforma alcune aziende hanno deciso di ridurre il numero delle pubblicità di bibite gasate rivolte ai bambini di età inferiore a dodici anni e altre

di introdurre le necessarie informazioni nutrizionali sulle confezioni dei propri prodotti.

Per prevenire l'obesità è necessario comprendere meglio il modo in cui l'alimentazione, l'attività fisica e il metabolismo interagiscono, non solo per la popolazione intera, ma anche per sottogruppi specifici.



La Commissione sta, quindi, sostenendo numerosi progetti e studi volti a raccogliere dati ed informazioni sullo stato nutrizionale degli adolescenti europei, ad identificare, quindi, le cause principali di tale fenomeno e a scegliere adeguati strumenti per poter frenare la sua crescita.

La promozione di una dieta sana e di un aumento dell'attività fisica implica la partecipazione attiva di molti gruppi diversi, tra cui i governi, i professionisti del settore sanitario, l'industria alimentare, i media e i consumatori. Ci deve essere una condivisione di responsabilità per favorire una corretta alimentazione, povera di grassi, ricca di carboidrati complessi e abbondante di frutta e verdura fresca, abbinata ad un esercizio fisico regolare.

In ultima analisi, sono i consumatori che scelgono quali cibi mangiare e le loro scelte sono influenzate da molteplici fattori: qualità, prezzo, gusto, abitudine, disponibilità e praticità. L'educazione dei consumatori, lo sviluppo e l'applicazione delle linee guida alimentari, l'adozione di etichette che riportano le informazioni nutrizionali, l'educazione alimentare nelle scuole e maggiori opportunità di praticare attività fisica, sono tutti fattori che possono contribuire a migliorare il benessere dal punto di vista nutrizionale.

Per qualsiasi problema transfrontaliero, per assistenza o per maggiori informazioni sulla normativa europea e sui vostri diritti, potete contattarci

Centro Europeo Consumatori
Via Lancisi 31- 00161 Roma
tel. 06 44238090
email info@ecc-netitalia.it