

Miglioramento dello stile di vita di BAMBINI con eccesso ponderale o obesità

Obiettivo:

Migliorare lo stato di forma fisica e la qualità dell'alimentazione di bambini con eccesso ponderale.

- Target bambini da 5 a 13 anni

Programma dell'intervento:

- 1) prima visita clinica di accettazione con pediatra.
- 2) 3 colloqui con le psicologhe:
 - un incontro con una psicologa per il bambino,
 - un incontro con una psicologa differente da quella del bambino per i genitori
 - un incontro conclusivo per tutta la famiglia di restituzione e costruzione del progetto di cura con entrambe le psicologhe (bambino e genitori)
- 3) visita nutrizionistica: bambini e genitori insieme
- 4) test di valutazione dello stato di forma fisica. Per 6 mesi attività motoria-ludica con due istruttori laureati in scienze motorie. Due sedute settimanali con l'obiettivo di migliorare la capacità fisica e di coordinamento e di avviare i bambini dopo il percorso di 6 mesi alla pratica di discipline sportive individuali o di gruppo (calcio, pallavolo, etc.). In estate saranno organizzati corsi di nuoto nella piscina del Centro Sportivo Universitario.
- 5) 6 incontri di gruppo dei genitori dei bambini con le dietiste (educazione alimentare e laboratorio del gusto, materiale didattico e ricette per la dieta mediterranea)
- 6) dopo 6 mesi di intervento visita di controllo con il pediatra e tests di valutazione dello stato di forma fisica.
- 7) Ogni 6 mesi follow-up e reinserimento nel progetto dei bambini che hanno dimostrato più difficoltà al miglioramento dello stile di vita.
 - Figure professionali coinvolte nel progetto:
 - Pediatra
 - Dietiste
 - Psicologhe
 - Medico specialista in Medicina dello Sport
 - Laureati in Scienze Motorie