

# CAMMINAR MANGIANDO IN SALUTE

Progetto di Montagnaterapia per bambini ed adolescenti in eccesso ponderale in collaborazione con CAI Valsessera e SCU Endocrinologia Università del Piemonte Orientale



STUDIO CLINICO OSSERVAZIONALE M.O.N.T.E



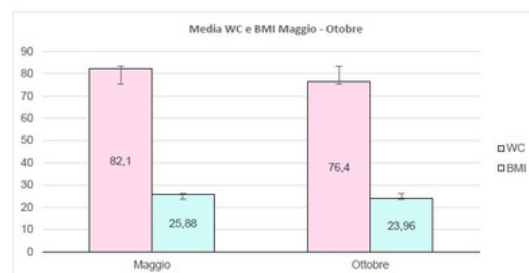
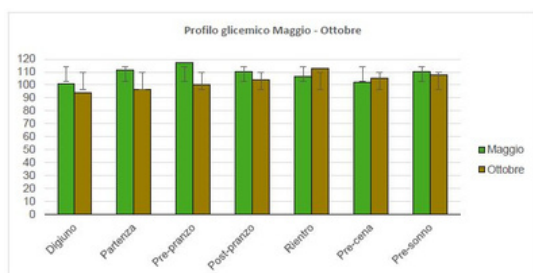
Escursioni in montagna  
Counseling emotivo  
Giochi  
Educazione alimentare  
Suggerimenti nutrizionali  
Monitoraggio della glicemia



**1 bambino su 3 vive in uno stato di sovrappeso o obesità.**

L'obesità ed il sovrappeso sono una complessa patologia multifattoriale definita da un'eccessiva adiposità e strettamente legata all'aumento del rischio di malattie cardiovascolari, diabete mellito di tipo 2, sindrome metabolica.

Numerosi studi hanno indicato un aumento di prevalenza di sovrappeso ed obesità in bambini ed adolescenti.



Lo studio clinico MONTE, condotto nel 2022, ha dimostrato:  
Riduzione 11% del profilo glicemico medio a digiuno  
Riduzione media di 6 cm della circonferenza vita  
Riduzione media di 2 punti dell'indice di massa corporea

**CHIEDI INFORMAZIONI  
AL TUO PEDIATRA**

Visita il sito

[www.camminarmangiandoinsalute.com](http://www.camminarmangiandoinsalute.com)

