

NON LASCIARE NESSUNO INDIETRO

Giornata Mondiale dell'Alimentazione

INDICE

- I. Definizione di fame
- II. Differenza tra malnutrizione e denutrizione
- III. Denutrizione nei Paesi meno sviluppati
- IV. Le cause della malnutrizione
- V. Grafico (distribuzione denutriti nel mondo)
- VI. Grafico (10 Paesi Africa/Asia con persone denutrite nel 2020)
- VII. La malnutrizione infantile
- VIII. Soluzioni per un mondo migliore

A COSA È DOVUTA LA FAME?

Per **fame** si intende la condizione in cui si trova una persona che non dispone di **cibo sufficiente** o che si nutre di alimenti non abbastanza ricchi di **sostanze nutrienti** quali *carboidrati, grassi, proteine, vitamine, minerali e acqua*, indispensabili per crescere e per condurre una vita attiva e in buona salute. Complessivamente, queste sostanze dovrebbero fornire circa 1.800 kcal al giorno. Se si è al di sotto di questa soglia, si parla di **malnutrizione**.



DIFFERENZA TRA MALNUTRIZIONE E DENUTRIZIONE

- Per **malnutrizione** si intende uno stato di squilibrio cellulare che non assicura il *mantenimento, la crescita e la riproduzione*. Quindi essa rappresenta sia l'eccesso che il difetto nell'assunzione di cibo necessario.
- Per **denutrizione** si intende uno stato insufficiente di nutrizione prolungato nel tempo. La mancanza di *proteine e vitamine* può mettere quindi a rischio la vita di milioni di bambini.



DENUTRIZIONE NEI PAESI MENO SVILUPPATI

Molti sono i **Paesi** in cui la malnutrizione prevale sul cibo presente.

Tra i principali ricordiamo:

AFRICA

- Burundi
- Rep. Centrafricana
- Ciad
- Etiopia
- Guinea
- Madagascar
- Mali
- Mozambico
- Senegal
- Sudan
- Tanzania

OCEANIA

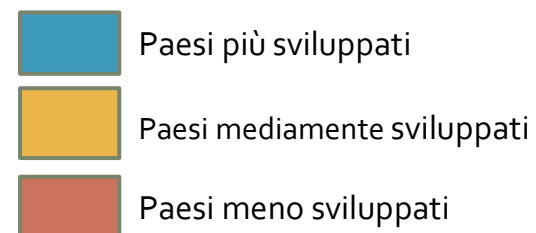
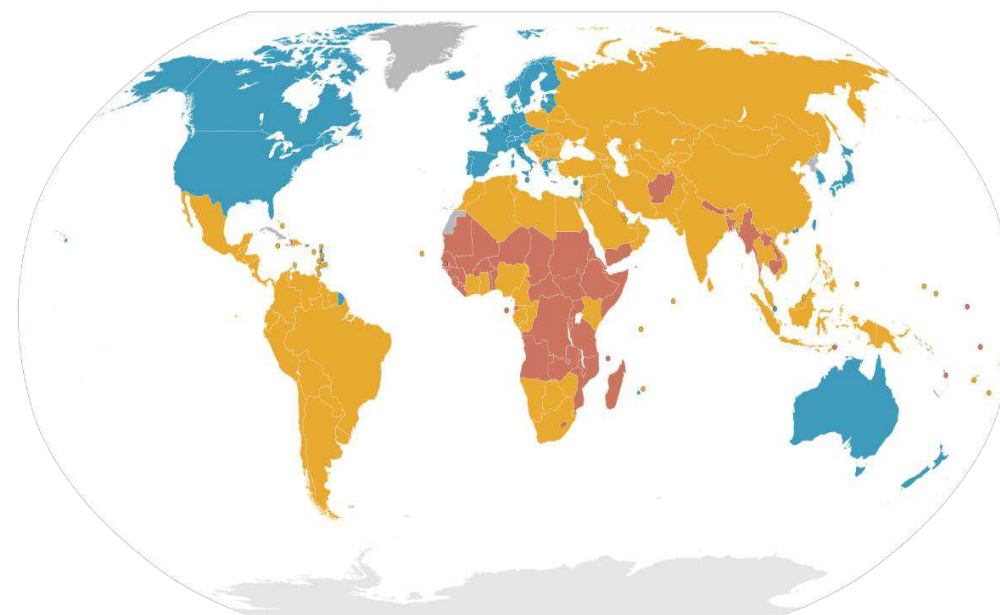
- Isole Salomone
- Kiriati
- Tuvalu
- Vanuatu

ASIA

- Afghanistan
- Bangladesh
- Cambogia
- Laos
- Yemen
- Nepal

AMERICA

- Haiti
- Venezuela



LA CAUSE DELLA MALNUTRIZIONE

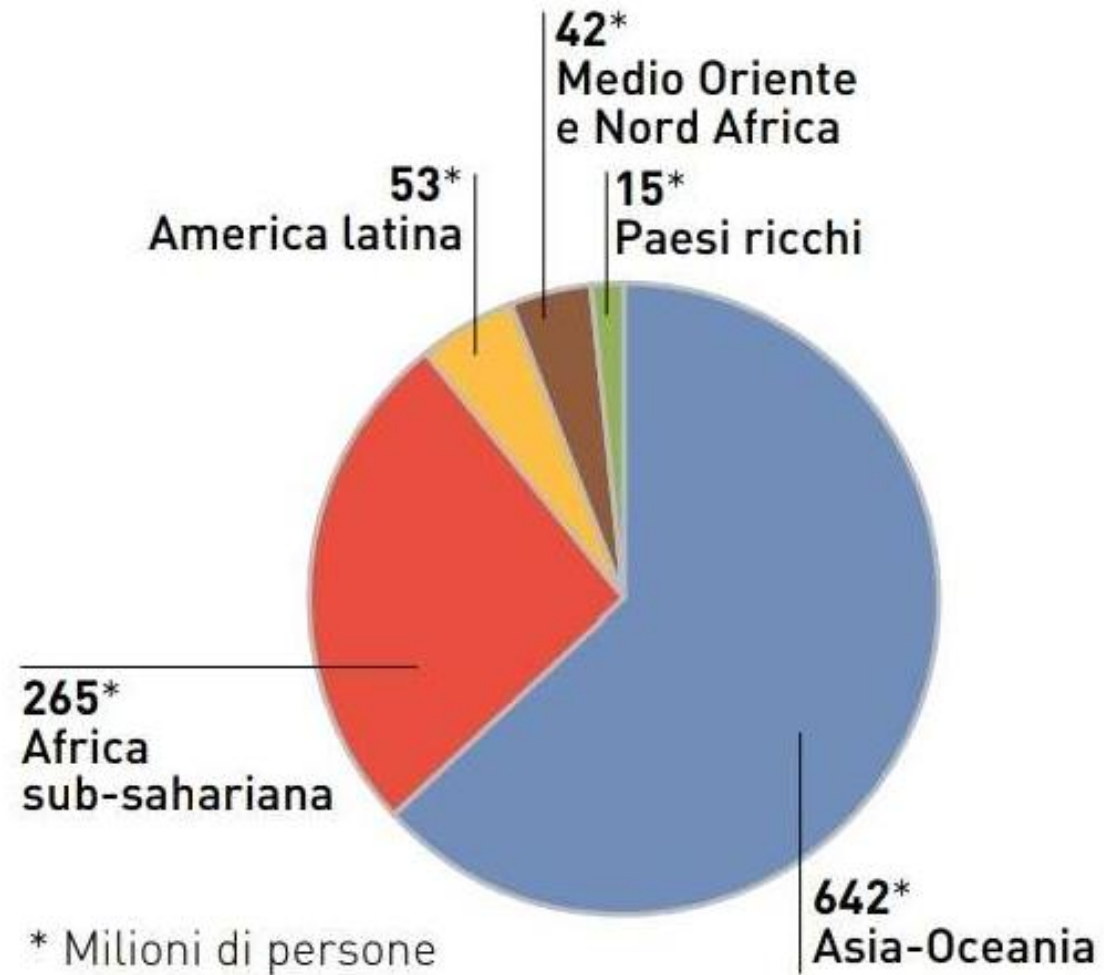
Ecco a cosa è dovuta la fame nel mondo:

1. *Povertà*
2. *Guerre e conflitti*
3. *Malattie*
4. *L'arretratezza dell'agricoltura*
5. *L'instabilità delle condizioni climatiche*
6. *Spreco alimentare*
7. *L'instabilità dei mercati*



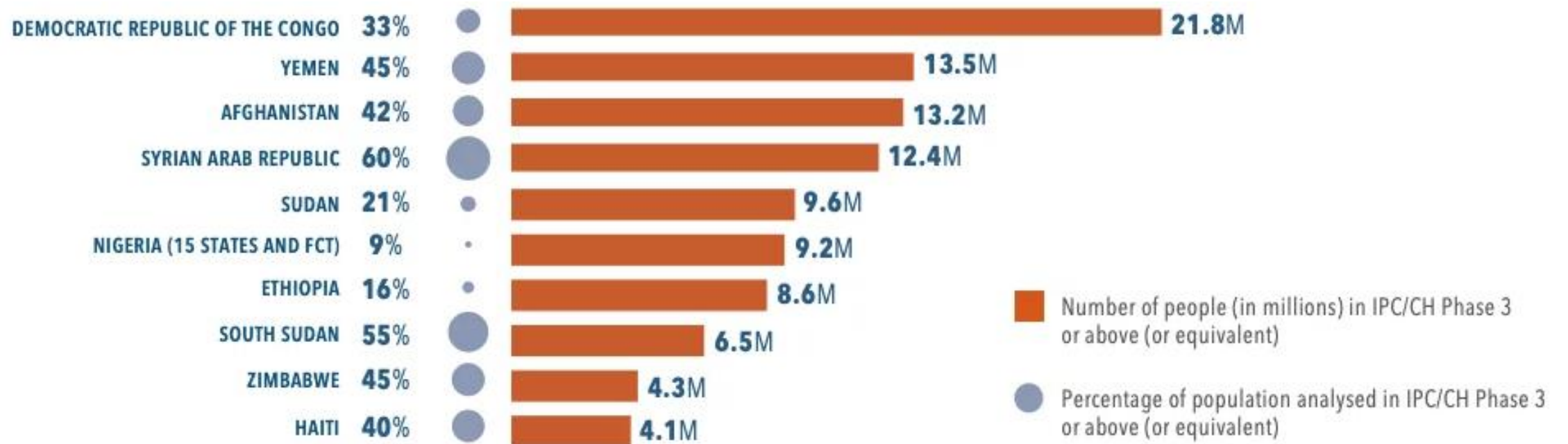
GRAFICI

Distribuzione denutriti nel mondo



GRAFICI

10 Paesi Africa/Asia con persone denutrite nel 2020



LA MALNUTRIZIONE INFANTILE

La maggior parte dei bambini malnutriti appartengono a nazioni situate nell'**Africa subsahariana** e in **Asia meridionale**. Fame e malnutrizione colpiscono i bambini nei Paesi in via di sviluppo già entro i primi due anni di vita. Interventi corretti non solo porterebbero benefici dal punto di vista salutare, ma anche a livello di istruzione ed economia.

La **malnutrizione materna** costituisce un pericolo sia per la madre che per i figli: l'eredità della fame, che una mamma malnutrita trasferisce ai figli, è tra i maggiori vincoli per lo sviluppo del bambino.



SOLUZIONI PER UN MONDO MIGLIORE

Soluzioni generali per ridurre la fame

1. Garantire alle persone povere cibo sicuro e nutriente
2. Passare a un sistema di produzione alimentare sostenibile
3. Aumentare lo sviluppo di tecnologie in ambito agricolo
4. Ridurre i conflitti armati

Il nostro contributo

1. Ridurre lo spreco di cibo
2. Comprare prodotti di stagione e da produttori locali
3. Donare quando possibile alle associazioni che aiutano i più bisognosi

