

## OKKio alla SALUTE Risultati dell'indagine 2016, dati regionali

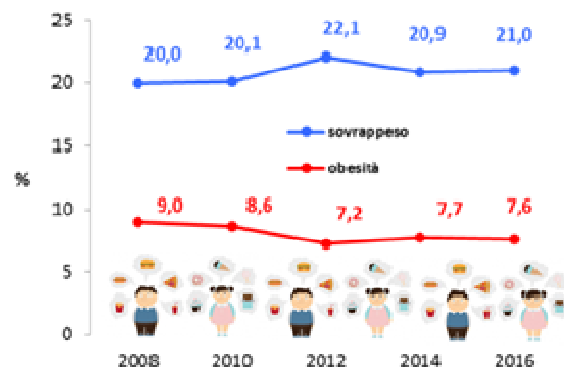
### Sovrappeso e obesità nei bambini

**Obesità e sovrappeso continuano ad essere un problema in Emilia-Romagna, con un andamento regionale che è stabile dal 2014.**

In Emilia-Romagna  
**1 su 3**  
Bambini di 8-9 anni è  
**sovrappeso o obeso**

1 bambino su 3 dei 4884 di 8-9 anni osservati, presenta un eccesso ponderale: in particolare il 21% è in sovrappeso e il 7,6% obeso. Le prevalenze di sovrappeso (21,5% femmine e 20,4% maschi) ed obesità (7,1% femmine e 8,1% maschi) sono sovrapponibili nei bambini e nelle bambine. I valori medi a livello nazionale sono pari a 21% e 9% rispettivamente per sovrappeso e obesità, con un marcato gradiente Nord-Sud.

Trend (%) sovrappeso/obesità anni 2008-2016, Regione Emilia-Romagna



### La percezione dei genitori

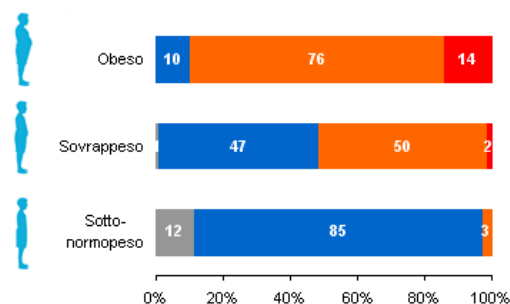
La percezione del peso del proprio figlio continua ad essere distorta nei genitori dei bambini con eccesso ponderale.

Tra i genitori di bimbi in **eccesso ponderale**  
**4 su 10**  
ritengono il figlio **normopeso**

Circa 7 mamme su 10 pensano che il proprio bambino in sovrappeso o obeso mangi scarse o giuste quantità di cibo, mentre 3 mamme su 5 di bambini considerati non attivi pensano che il figlio svolga un livello di attività fisica sufficiente e 1 mamma su 10 elevato.

Percezione materna dello stato ponderale del figlio (%)

■ Sottopeso ■ Normopeso ■ Un po' in sovrappeso ■ Molto in sovrappeso



### Alimentazione: ancora poca frutta e verdura

Persistono abitudini scorrette fortemente predisponenti all'aumento di peso. In Emilia-Romagna il 33,5% dei bambini non fa una colazione adeguata e il 6,3% non fa colazione. Il 44% non fa una merenda adeguata a metà mattina e il 4% non la fa per niente.

Il 35% dei bambini consuma bevande zuccherate e/o gasate almeno 1 volta al giorno. L'89,4% dei bambini non consuma giornalmente almeno 5 porzioni di frutta o verdura.

**1 su 10**  
Bambini di 8-9 anni  
**consuma 5 porzioni di frutta o verdura al giorno**

**1 su 3**  
Bambini di 8-9 anni  
**consuma bevande zuccherate tutti i giorni**

### Tempo libero dei bambini: attività fisica

Il giorno precedente l'indagine il 75% dei bambini ha giocato all'aperto e il 46% ha praticato attività sportiva. I bambini impegnati in queste attività trascorrono meno tempo in attività sedentarie e sono meno esposti al sovrappeso/obesità.

**1 su 10**  
Bambini di 8-9 anni è



**Inattivo \***

**8 su 10**  
Bambini di 8-9 anni

**non praticano l'attività fisica raccomandata per la loro età\*\***

### Tempo libero dei bambini: attività sedentarie

La crescente disponibilità di TV e videogiochi, ha contribuito ad aumentare il numero di ore trascorse in attività sedentarie, spesso associato all'assunzione di cibi fuori pasto.

**4 su 10**  
Bambini di 8-9 anni  
**Trascorrono, quotidianamente, 2 o + ore davanti alla TV o PC**

**3 su 10**  
Bambini di 8-9 anni  
**Hanno la TV in camera**

\*il giorno precedente all'indagine non ha svolto attività motoria a scuola e/o attività sportiva strutturata e/o ha giocato all'aperto nel pomeriggio  
\*\*si consiglia che i bambini facciano attività fisica moderata o intensa ogni giorno per almeno 1 ora

Il limite raccomandato di esposizione complessivo alla televisione/ videogiochi per i bambini di età maggiore ai 2 anni è di non oltre le 2 ore quotidiane, mentre è decisamente sconsigliata la TV nella camera da letto dei bambini

OKkio alla SALUTE

Risultati dell'indagine 2016, dati regionali

### Scuola: buoni risultati, ma si può fare di più...

Rispetto alla rilevazione del 2014 i dati sulle pratiche di promozione della salute alimentare a scuola evidenziano miglioramenti nell'offerta scolastica di attività curriculare nutrizionale (80% delle scuole, 7% in più del 2014), ma minore utilizzo da parte dei bambini del servizio di ristorazione scolastica (62% dei bambini, 5% in meno rispetto al 2014).

### Qual è il rapporto tra le caratteristiche del bambino e dei genitori?

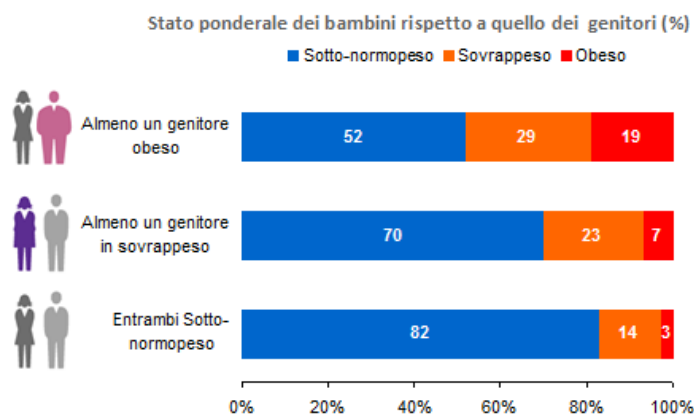
Il livello di scolarità, lo stato ponderale dei genitori e la durata dall'allattamento al seno, sono associati alla situazione di sovrappeso o obesità del bambino.

All'aumentare del peso dei genitori aumenta la proporzione di bambini in sovrappeso/obesi.

La frequenza di sovrappeso/obesità nei bambini diminuisce con il crescere del titolo di studio della madre: da 33% per titolo di scuola elementare o media, a 29% per diploma di scuola superiore, a 22% per la laurea.

L'abitudine a non fare colazione è più diffusa tra i bambini di madri con titolo di studio basso (10%) rispetto ai figli di madri con diploma di scuola superiore (6%) o laureate (4%).

La frequenza di sovrappeso/obesità nei bambini diminuisce con l'aumentare della durata dell'allattamento al seno: da 31% per bambini mai allattati o allattati meno di un mese, al 26% per bambini allattati oltre sei mesi.



### In conclusione....

La rilevazione del 2016 evidenzia una stabilità del quadro. La scuola, in collaborazione con le famiglie, **gli operatori della sanità, la ristorazione scolastica e gli enti locali, ha un ruolo chiave nella promozione dei sani stili di vita.** Le dimensioni del fenomeno sovrappeso/obesità giustificano da parte **dei pediatri un'attenzione costante e regolare.**

#### Rischi obesità

- Diabete
- Malattie cardiovascolari
- Neoplasie

#### Prevenzione

- Sana alimentazione
- Attività fisica
- Riduzione sedentarietà

#### Pediatri ... le azioni di miglioramento possibili:

- 1 identificare e supportare le famiglie vulnerabili, nell'individuare il problema e nel prendere provvedimenti adeguati (genitori con minore scolarità, uno o entrambi in sovrappeso o obesi)
- 2 suggerire alle famiglie l'adozione di buone pratiche: non collocare la TV in camera dei bambini, non far trascorrere al bambino più di due ore al giorno in attività sedentarie, proporre il consumo quotidiano di frutta e verdura per tutta la famiglia
- 3 supportare le scuole e le amministrazioni locali nelle iniziative di promozione dell'attività fisica ed educazione nutrizionale

### Che cos'è Okkio?

Okkio alla SALUTE è un sistema di monitoraggio delle abitudini alimentari e l'attività fisica nei bambini delle scuole primarie, attraverso la misura diretta di peso e altezza degli alunni della terza classe e la raccolta di informazione mediante questionari rivolti ai bambini, ai genitori, agli insegnanti e ai dirigenti scolastici. A livello nazionale sono state effettuate cinque raccolte dati (2008, 2010, 2012, 2014 e 2016) ognuna delle quali ha coinvolto oltre 48.000 bambini e genitori e 2.600 classi. In Emilia-Romagna nel 2016 hanno partecipato 241 scuole, 4.942 bambini e 5.220 genitori. Si ringraziano i dirigenti scolastici e gli insegnanti delle scuole coinvolte: senza la loro collaborazione questa ricerca non sarebbe possibile.

Precedenti rapporti sono disponibili all'indirizzo: <http://salute.regione.emilia-romagna.it/sanita-pubblica/sorveglianza/okkio>

Progetto realizzato con il supporto finanziario del Ministero della Salute-CCM.

A cura del Gruppo Okkio Emilia-Romagna  
redazione scheda Okkio dott.ssa Cristina Raineri e dott.ssa Giulia Silvestrini