

OKKio alla SALUTE Risultati dell'indagine 2016, dati regionali

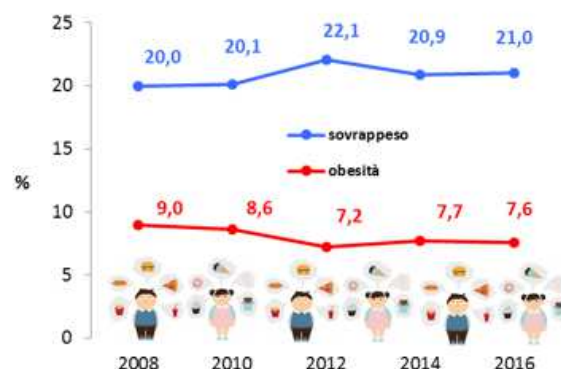
Sovrappeso e obesità nei bambini

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

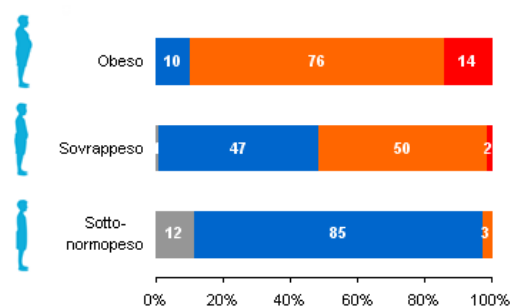
La percezione del peso del proprio figlio continua ad essere distorta nei genitori dei bambini con eccesso ponderale.

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

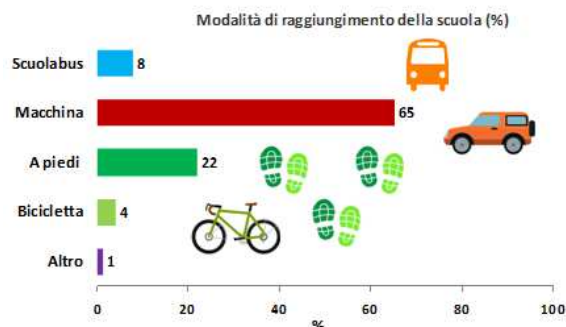
Il limite raccomandato di esposizione complessivo alla televisione/ videogiochi per i bambini di età maggiore ai 2 anni è di non oltre le 2 ore quotidiane, mentre è decisamente sconsigliata la TV nella camera da letto dei bambini

OKKio alla SALUTE

Risultati dell'indagine 2016, dati regionali

Come si recano a scuola i bambini?

Un altro modo per rendere fisicamente attivi i bambini è far loro percorrere il tragitto casa-scuola a piedi o in bicicletta. Il 26% dei bambini, nella mattina dell'indagine, ha riferito di essersi recato a scuola a piedi o in bicicletta; invece, il 73% ha utilizzato un mezzo di trasporto pubblico o privato



Il ruolo dell'ambiente scolastico nel promuovere la sana alimentazione e l'attività fisica

Scuola e alimentazione dei bambini

In Regione l'89% delle scuole campionate, offre un servizio di ristorazione scolastica utilizzata solo dal 62% dei bambini. Le scuole che distribuiscono ai bambini frutta, latte o yogurt, nel corso della giornata, sono il 56%.

Scuola e attività motoria nei bambini

La metà (53,7%) delle scuole dichiara che tutte le classi svolgono normalmente le 2 ore di attività motoria curriculare raccomandate.

Le scuole che offrono agli alunni la possibilità di effettuare all'interno della scuola occasioni di attività motoria, oltre le 2 ore raccomandate sono il 67,1%.

Miglioramento attività curricolari a favore dell'alimentazione e dell'attività motoria dei bambini



Il 80% delle scuole campionate prevede una attività curriculare nutrizionale (+ 7% rispetto 2014)



il 97% delle scuole realizza almeno un intervento per promuovere l'attività motoria al proprio interno (stabile rispetto 2014)

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**. In tal senso dovrebbe estendere e migliorare le attività di educazione nutrizionale dei bambini e di promozione del movimento.

Rischi obesità

- Diabete
- Malattie cardiovascolari
- Neoplasie

Prevenzione

- Sana alimentazione
- Attività fisica
- Riduzione sedentarietà

Scuola ... le azioni di miglioramento possibili:

- 1** incrementare il numero di bambini che rimane a scuola per il pasto e incentivare il consumo di frutta e yogurt
- 2** assicurare almeno 2 ore a settimana, di attività motoria all'interno dell'orario scolastico
- 3** supportare le iniziative per andare a scuola a piedi o in bicicletta, e il gioco libero nei parchi e giardini scolastici

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