

OKkio alla SALUTE

Risultati dell'indagine 2012, dati regionali

Sovrappeso e obesità nei bambini

Obesità e sovrappeso in età pediatrica sono diffusi in maniera preoccupante anche in regione Emilia-Romagna.

Circa un terzo dei bambini di 8-9 anni osservati (4.301 in totale) presenta un eccesso ponderale: in particolare 22% è in sovrappeso e 7% è obeso.

La prevalenza di obesità è più alta nei maschi rispetto alle femmine (8% e 6% rispettivamente), mentre non ci sono differenze fra i due sessi nel sovrappeso. I livelli di eccesso ponderale rimangono elevati, anche se si assiste a una riduzione dell'obesità rispetto alle precedenti rilevazioni regionali del 2008 (9%) e del 2010 (8,6%).

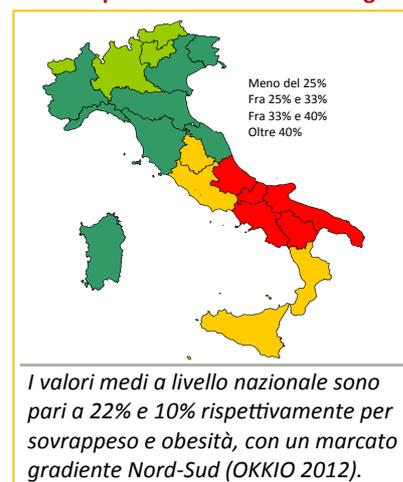
Genitori: percezione del fenomeno ancora insufficiente

La percezione del peso del proprio figlio è frequentemente distorta nei genitori di bambini con eccesso ponderale: 33% ritiene che il proprio figlio sia normopeso.

L'inadeguata percezione è più frequente nelle mamme con bassa scolarità. Oltre la metà dei genitori (68%) non valuta correttamente la quantità di cibo assunta dai propri figli.

Anche la percezione del livello di attività fisica praticato dai propri bambini è errata: le madri dei bambini classificati come non-attivi ritengono che il figlio svolga attività fisica sufficiente (55% dei casi) o elevata (8% dei casi).

Eccesso ponderale nelle diverse regioni



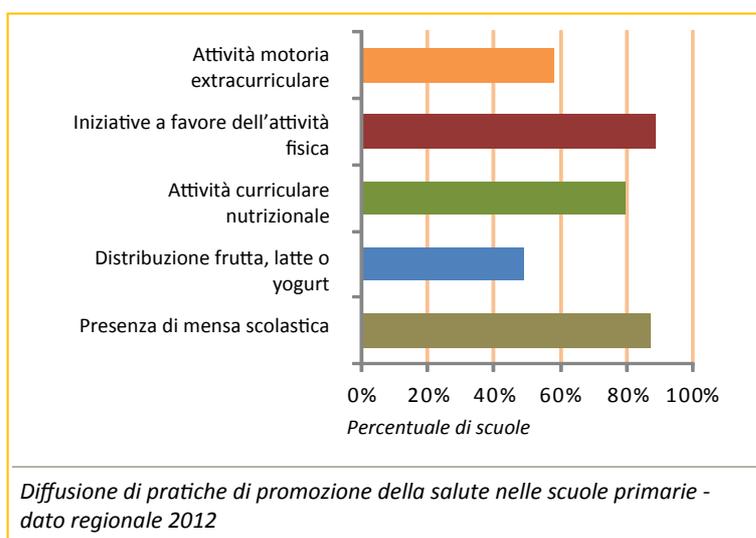
Bambini obesi e sovrappeso considerati normopeso dalle mamme

- **Obesi** 40%
- **Sovrappeso** 6%

Scuola: buoni risultati ma si può fare di più

I dati sulle pratiche di promozione della salute alimentare a scuola evidenziano risultati mediamente buoni, anche se si identificano aree di possibile miglioramento:

- gran parte delle scuole offre un servizio di ristorazione scolastica, utilizzato da 87% dei bambini
- 80% ha un'attività curriculare nutrizionale
- 89% realizza almeno un intervento per promuovere l'attività motoria al proprio interno
- 49% distribuisce ai bambini frutta o latte o yogurt, nel corso della giornata



OKkio alla SALUTE

Risultati dell'indagine 2012, dati regionali

Abitudini alimentari: più frutta e verdura

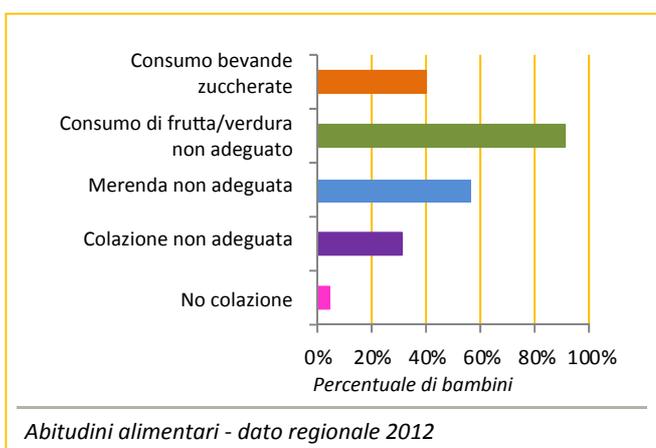
Il dato regionale, seppure migliore di quello nazionale, indica la diffusione di abitudini alimentari che predispongono all'aumento eccessivo di peso. In particolare:

- 3 bambini su 10 non fanno una colazione adeguata
- 6 su 10 fanno una merenda di metà mattina troppo abbondante
- 9 su 10 consumano giornalmente meno delle 5 porzioni di frutta e verdura raccomandate
- 4 su 10 consumano bevande zuccherate una o più volte al giorno.

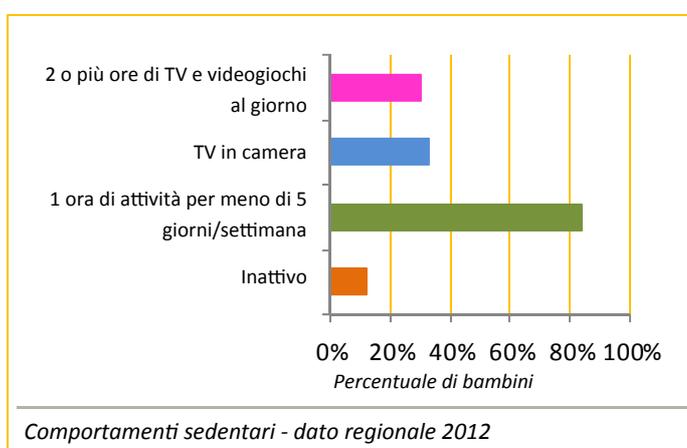
Attività fisica: ancora troppo poca

Due terzi dei bambini ha giocato all'aperto il giorno precedente l'indagine, più spesso i maschi delle femmine (79% e 75% rispettivamente) e quasi la metà ha praticato attività sportiva (54% dei maschi e 44% delle femmine). I dati negativi sono:

- 1 bambino su 10 risulta non attivo
- 8 su 10 non praticano l'attività fisica raccomandata per la loro età
- 3 su 10 guardano i programmi alla TV e/o usano i videogiochi per 2 ore o più al giorno
- 1 su 3 ha la TV in camera.



Abitudini alimentari - dato regionale 2012



Comportamenti sedentari - dato regionale 2012

In conclusione...

Le buone abitudini, anche quelle alimentari, si apprendono nell'infanzia. La scuola, in collaborazione con le famiglie, gli operatori della sanità, la ristorazione scolastica, gli enti di promozione sportiva, ha un ruolo essenziale nel promuoverle. I dati raccolti in Emilia-Romagna nel 2012 confermano che la scuola, che pure ha già intrapreso iniziative in questo senso, può contribuire a:

- identificare e supportare le famiglie vulnerabili, spesso in difficoltà nell'individuare il problema e nel prendere provvedimenti adeguati (famiglie con minore scolarità, con uno o entrambi i genitori sovrappeso o obesi)
- suggerire a tutte le famiglie l'adozione di buone pratiche, in particolare: non collocare la TV in camera dei bambini; non far trascorrere al bambino più di due ore al giorno in attività sedentarie (TV, videogiochi, computer, ecc.)
- promuovere presso le amministrazioni locali e scolastiche il movimento libero dei bambini, ad esempio rendendo accessibili i cortili e i giardini degli enti pubblici e supportando le iniziative per andare a scuola a piedi o in bicicletta.



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 tre raccolte dati (2008, 2010 e 2012) ognuna delle quali ha coinvolto oltre 40.000 bambini e genitori e 2.000 scuole. In regione Emilia-Romagna nel 2012 hanno partecipato 195 scuole, 4.301 bambini e 4.472 genitori.

Si ringraziano i dirigenti scolastici e gli insegnanti delle scuole coinvolte: senza la loro collaborazione questa ricerca non sarebbe possibile.

A cura del Gruppo OKkio Emilia-Romagna