



OKkio alla Salute

Antonio Fanolla e Sabine Weiss per il
gruppo provinciale OKkio alla SALUTE

*Stili di vita e stato ponderale dei bambini in
Provincia di Bolzano*

OKkio alla SALUTE

- **Sistemi di sorveglianza**
- **„Guadagnare Salute“**
- **Sovrappeso ed obesità**

Lo sviluppo di sistemi di sorveglianza è alla base delle strategie nazionali in materia di prevenzione e promozione della salute. Lo sviluppo delle azioni di sanità pubblica deve essere fondata su una base di conoscenza adeguata dei problemi, dell'efficacia delle soluzioni e dell'adeguatezza dei processi di realizzazione. La sorveglianza è la principale categoria di attività attraverso cui la prevenzione costruisce questa conoscenza orientata all'azione.

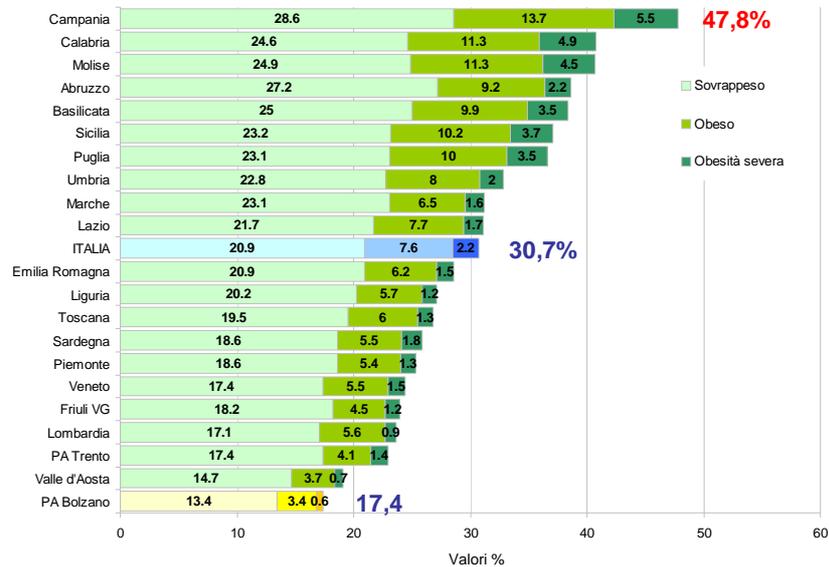
OKkio alla SALUTE si inserisce con altre sorveglianze di popolazione, all'interno del programma Guadagnare Salute. I fattori di rischio per la salute si differenziano con l'età ed OKkio ha l'obiettivo di monitorare i fattori di rischio comportamentali dei bambini in età scolare.

La necessità di monitorare nel tempo lo stato ponderale dei bambini, è fortemente motivata dalle dirette implicazioni che ha l'obesità sullo stato di salute e sull'insorgenza di patologie cronic-degenerative in età adulta.

I dati presentati, OKkio alla SALUTE 2014

- **Lo stato ponderale dei bambini di 8-9 anni di età;**
- **Lo stato ponderale dei bambini e alcune caratteristiche dei bambini e dei loro genitori;**
- **Le abitudini alimentari;**
- **L'attività fisica e la sedentarietà;**
- **La percezione dei genitori;**
- **Le nuove variabili inserite nei questionari 2014.**

Sovrappeso ed obesità nei bambini di 8-9 anni OKkio alla SALUTE 2014



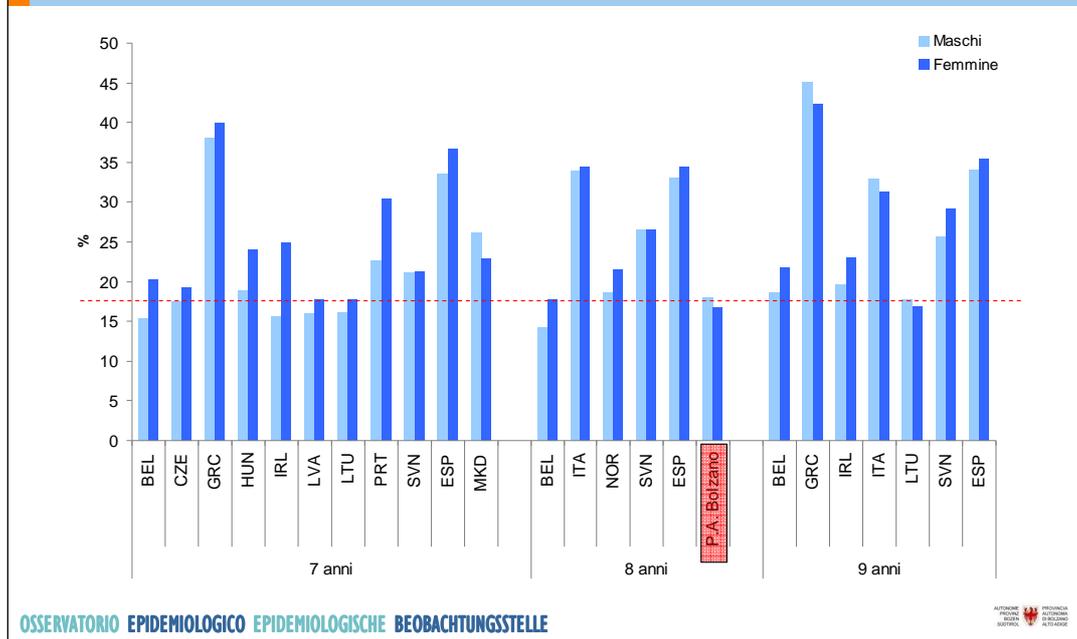
OSSERVATORIO EPIDEMIOLOGICO EPIDEMIOLOGISCHE BEOBACHTUNGSSTELLE

ALTERNATIVE REGIONALE
PROTEZIONE REGIONALE
SALUTE REGIONALE
SISTEMI REGIONALI

Confrontando i dati regionali delle prevalenze di sovrappeso e obesità, si osserva un chiaro gradiente Nord-Sud, a sfavore delle Regioni meridionali.

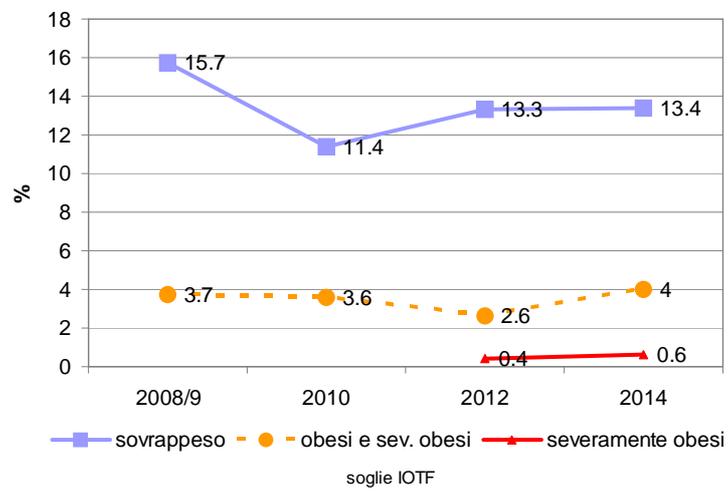
Nella nostra Provincia si rilevano i valori di sovrappeso ed obesità in assoluto più bassi a livello nazionale.

Sovrappeso ed obesità nei bambini di 8-9 anni OKkio alla SALUTE 2014/COSI 2010 (soglie IOTF)



I valori provinciali sono confrontabili con quelli dei paesi a minor prevalenza di eccesso ponderale in Europa.

Sovrappeso ed obesità nelle quattro rilevazioni - Bolzano OKkio alla SALUTE

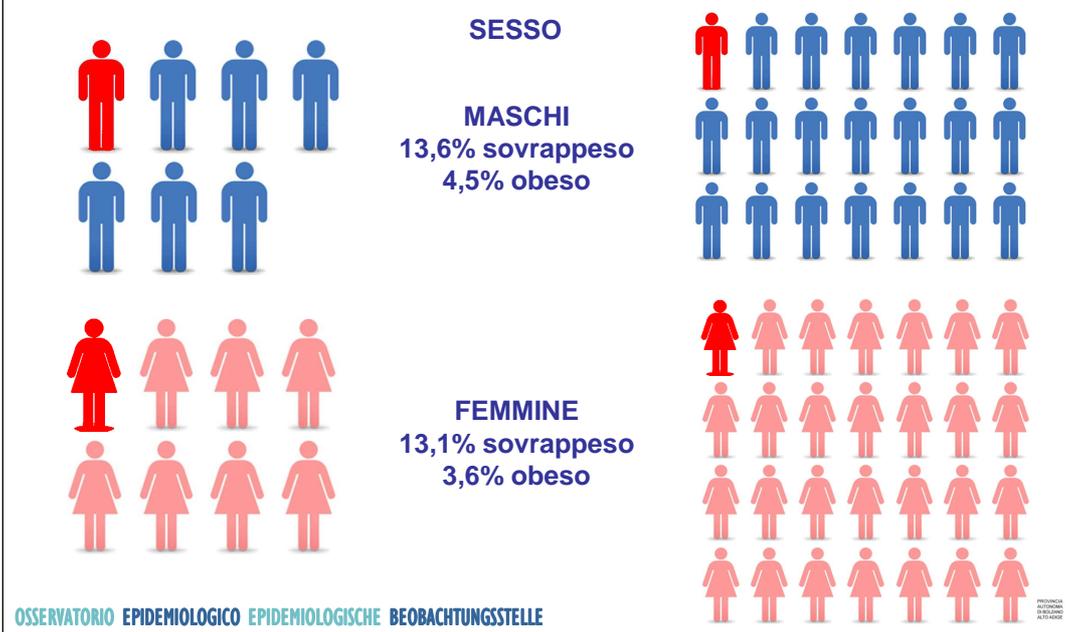


OSSERVATORIO EPIDEMIOLOGICO EPIDEMIOLOGISCHE BEOBACHTUNGSSTELLE

ALTAUTONOME PROVINZ BOZZEN SÜDTIROL
PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO ALTO ADIGE

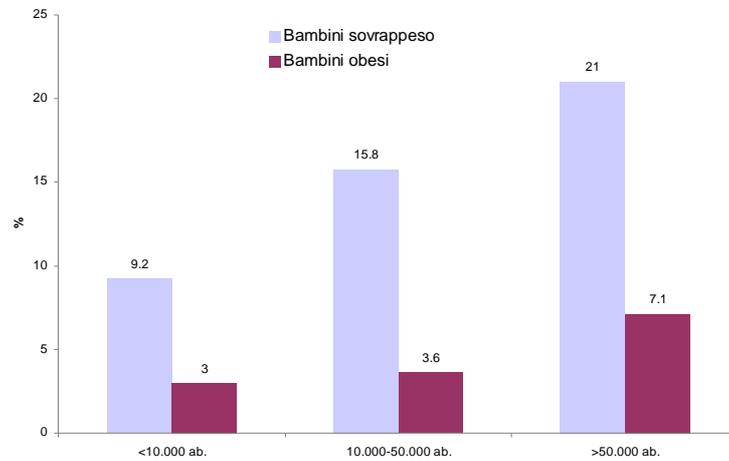
Non si evidenziano variazioni del fenomeno nel corso degli anni in Provincia.

Stato ponderale e caratteristiche demografiche OKio alla SALUTE



Nella nostra Provincia risultano in sovrappeso un bambino su 7 ed una bambina su 8. I bambini obesi sono uno su 21 ed una su 28 le bambine. Le medie nazionali sono di un bambino in sovrappeso ogni 5 bambini ed di un obeso ogni 10.

Stato ponderale e caratteristiche demografiche OKkio alla SALUTE



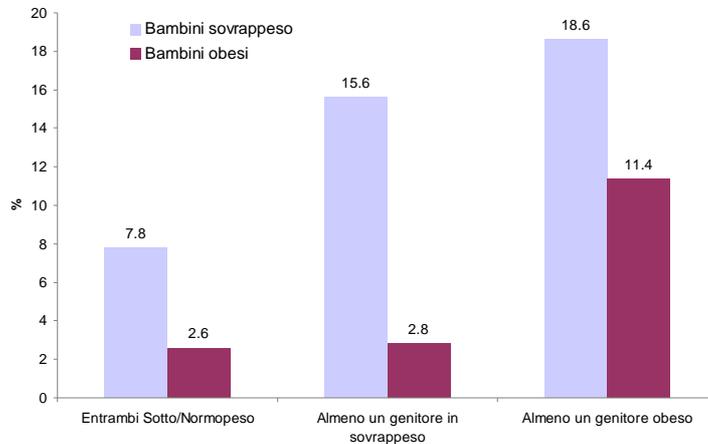
➤ La prevalenza di sovrappeso e obesità nei bambini aumenta nelle zone maggiormente abitate

OSSERVATORIO EPIDEMIOLOGICO EPIDEMIOLOGISCHE BEOBACHTUNGSSTELLE

ALTAIRONE
PROVINCIA
SALINONE
SUTRI
PROVINCIA
ALTAIRONE
SUTRI
ALTAIRONE

Bambini che frequentano scuole in centri a maggiore ampiezza demografica sono significativamente più obesi.

Stato ponderale e contesto familiare: peso dei genitori OKio alla SALUTE



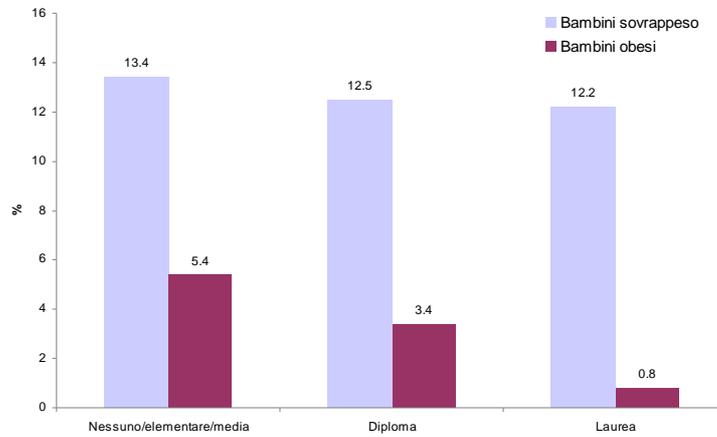
➤ **La prevalenza di sovrappeso e obesità nei bambini aumenta nelle famiglie in cui vi è almeno un genitore sovrappeso e/o obeso**

OSSERVATORIO EPIDEMIOLOGICO EPIDEMIOLOGISCHE BEOBACHTUNGSSTELLE

REGIONE
PROVINCIA
SALUTE
SISTEMA
AUTONOMO
PROVINCIA
ALTO ADIGE
SALUTE

È stato confrontato l'IMC del bambino rispetto a quello dei genitori ed è stato valutato, in particolare, l'eccesso di peso del bambino quando almeno uno dei genitori risulta essere sovrappeso o obeso. Quando almeno uno dei due genitori è in sovrappeso il 15,6% dei bambini risulta in sovrappeso e il 2,8% obeso. Quando almeno un genitore è obeso il 18,6% dei bambini è in sovrappeso e l'11,4% obeso.

Stato ponderale e contesto familiare: titolo di studio OKkio alla SALUTE

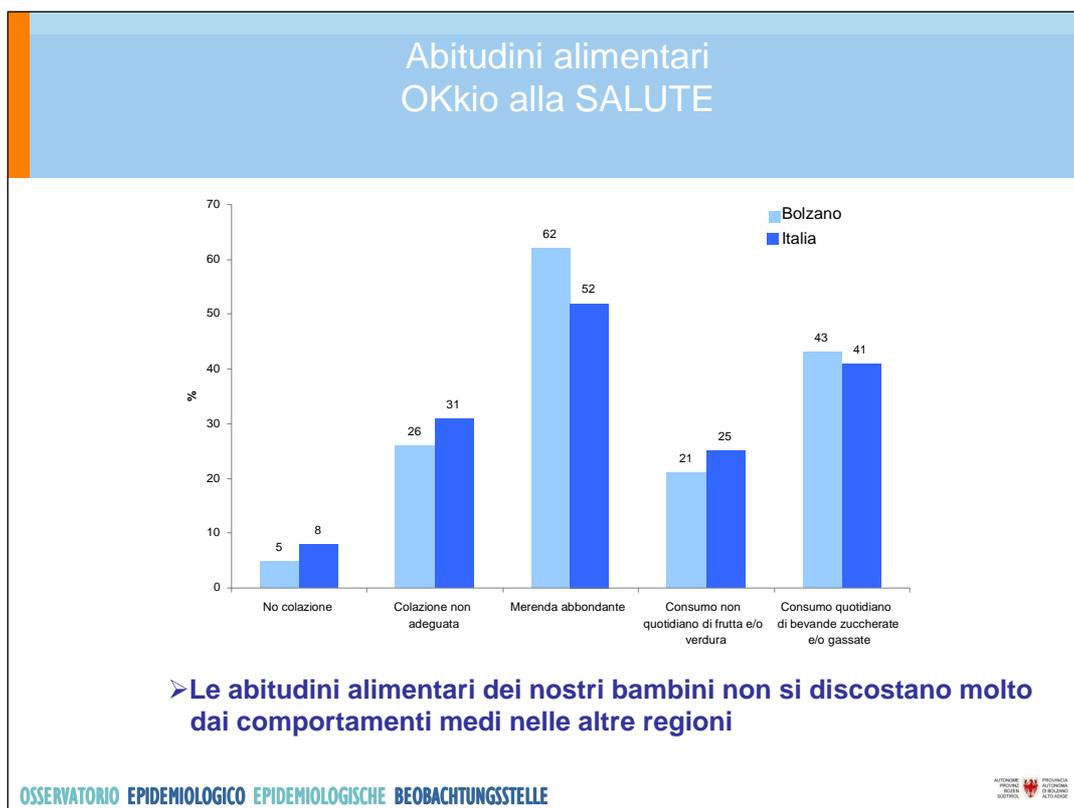


➤ **La prevalenza di sovrappeso e obesità nei bambini cambia in relazione al titolo di studio dei genitori** (titolo di studio più elevato tra padre e madre)

OSSERVATORIO EPIDEMIOLOGICO EPIDEMIOLOGISCHE BEOBACHTUNGSSTELLE

AUTONOME PROVINZ BOZEN SÜDTIROL
PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO SÜDTIROL

Il rischio di obesità diminuisce con il crescere della scolarità della madre, da 5,4% per titolo di scuola elementare o media, a 3,4% per diploma di scuola superiore, a 0,8% per la laurea.



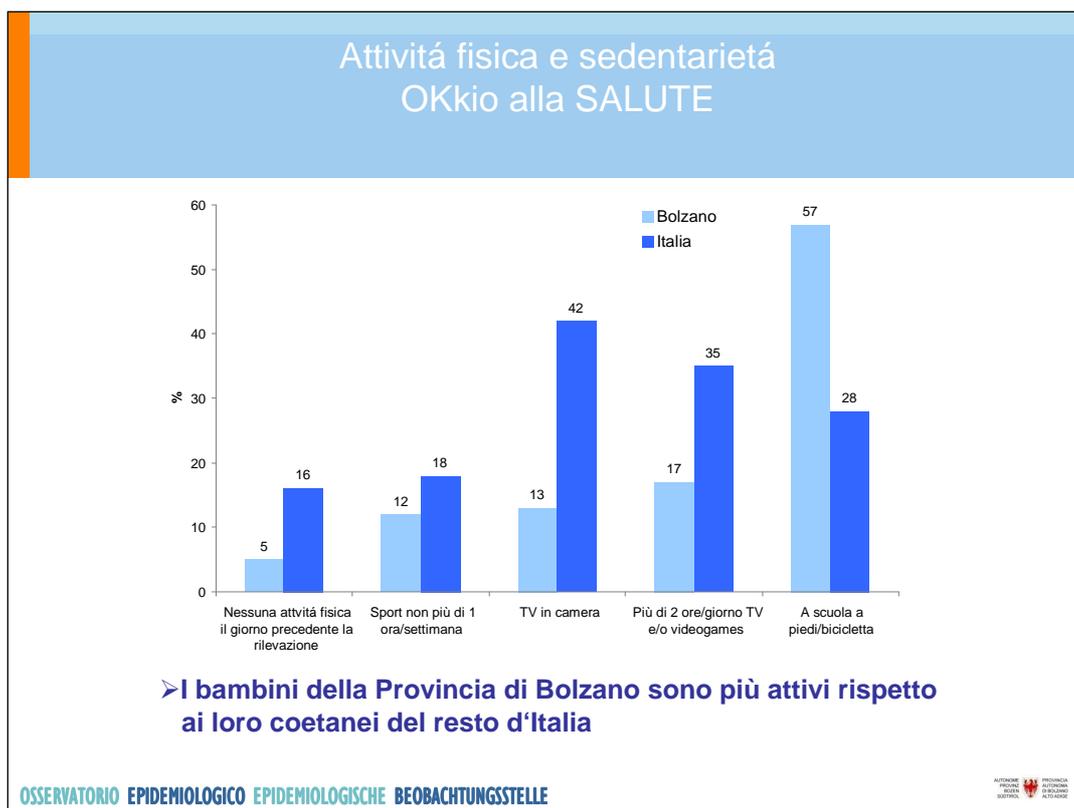
Esistono diversi studi scientifici che dimostrano l'associazione tra l'abitudine a non consumare la prima colazione e l'insorgenza di sovrappeso. Per semplicità, in accordo con quanto indicato dall'Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione (INRAN), è stata considerata adeguata la prima colazione che fornisce un apporto sia di carboidrati che di proteine, per esempio: latte (proteine) e cereali (carboidrati), o succo di frutta (carboidrati) e yogurt (proteine).

Oggi viene raccomandato che, se è stata assunta una colazione adeguata, venga consumata a metà mattina una merenda contenente circa 100 calorie, che corrispondono in pratica a uno yogurt o a un frutto o a un succo di frutta senza zuccheri aggiunti.

Le linee guida sulla sana alimentazione prevedono l'assunzione di almeno cinque porzioni al giorno di frutta o verdura. Il consumo di frutta e verdura nell'arco della giornata garantisce un adeguato apporto di fibre e sali minerali e consente di limitare la quantità di calorie introdotte.

Mediamente in una lattina di bevanda zuccherata (33 cc) è contenuta una quantità di zuccheri aggiunti pari a 40-50 grammi, fra 5 e 8 cucchiaini, con l'apporto calorico che ne consegue.

È dimostrata l'associazione tra stili alimentari errati e sovrappeso ed obesità. Nella nostra Provincia con la quarta raccolta dei dati, si conferma la grande diffusione fra i bambini di abitudini alimentari che non favoriscono una crescita armonica e sono fortemente predisponenti all'aumento di peso. Questo rischio per i bambini può essere limitato grazie alla modifica delle abitudini familiari e tramite il sostegno della scuola ai bambini e alle loro famiglie.



Nel nostro studio, il bambino è considerato non attivo se non ha svolto almeno 1 ora di attività fisica il giorno precedente all'indagine (cioè, attività motoria a scuola e attività sportiva strutturata e ha giocato all'aperto nel pomeriggio). L'inattività fisica è stata studiata quindi non come abitudine, ma solo in termini di prevalenza puntuale riferita al giorno precedente all'indagine.

Il pomeriggio dopo la scuola costituisce un periodo della giornata eccellente per permettere ai bambini di fare attività fisica; è quindi molto importante sia il gioco all'aperto che lo sport strutturato. I bambini impegnati in queste attività tendono a trascorrere meno tempo in attività sedentarie (televisione e videogiochi) e quindi a essere meno esposti al sovrappeso/obesità.

Un altro modo per rendere fisicamente attivi i bambini è far loro percorrere il tragitto casa-scuola a piedi o in bicicletta, compatibilmente con la distanza del loro domicilio dalla scuola.

I dati raccolti hanno evidenziato che i bambini della nostra Provincia fanno abbastanza attività fisica. Si stima che 1 bambino su 20 risulta fisicamente inattivo, maggiormente le femmine rispetto ai maschi. Gran parte dei bambini ha un livello di attività fisica raccomandato per la sua età, considerando il recarsi a scuola a piedi o in bicicletta, giocare all'aperto e fare attività sportive strutturate.

Diverse fonti autorevoli raccomandano un limite di esposizione complessivo alla televisione/videogiochi per i bambini di età maggiore ai 2 anni di non oltre le 2 ore quotidiane, mentre è decisamente sconsigliata la televisione nella camera da letto dei bambini.

Percezione materno del peso corporeo dei figli OKkio alla SALUTE

Il 60% delle madri di bambini in sovrappeso percepisce come giusto lo stato ponderale del bambino

Solo il **15%** ritiene che mangi troppo



L'85% delle madri di bambini obesi considera un po' in sovrappeso il proprio bambino

Solo il **39%** ritiene che mangi troppo



OSSERVATORIO EPIDEMIOLOGICO EPIDEMIOLOGISCHE BEOBACHTUNGSSTELLE

AUTONOME PROVINZ BOZEN SÜDTIROL
PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO SÜDTIROL

Alcuni studi hanno dimostrato che i genitori possono non avere un quadro corretto dello stato ponderale del proprio figlio. Questo fenomeno è particolarmente importante nei bambini sovrappeso/obesi che vengono al contrario percepiti come normopeso.

Nella nostra Provincia è molto diffusa nelle madri di bambini con sovrappeso/obesità una sottostima dello stato ponderale del proprio figlio che non coincide con la misura rilevata. Inoltre molti genitori, in particolare di bambini sovrappeso/obesi, sembrano non valutare correttamente la quantità di cibo assunta dai propri figli così come il livello di attività fisica svolto dei propri figli.

Nuove variabili nel questionario 2014
OKkio alla SALUTE



«Ieri dopo cena, ti sei lavato i denti?»

L'**8%** dei bambini ha dichiarato di **non** essersi lavato i denti prima di andare a letto la sera precedente l'indagine.
(18% Italia)

I bambini che portano occhiali da vista

Il **15%** dei bambini indossa occhiali da vista.
(19% Italia)



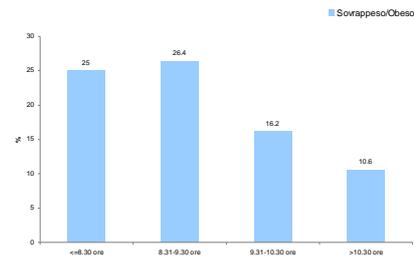
disney.com

Nuove variabili nel questionario 2014 OKkio alla SALUTE



«**Solitamente nei giorni di scuola a che ora va a dormire il bambino e a che ora si sveglia?**»

Il **2%** dei bambini, secondo quanto dichiarato dai genitori, dorme meno di 9 ore in un normale giorno feriale;
(12% Italia)



In alcuni studi, le ore di sonno del bambino sembrano essere associate al suo stato ponderale. In virtù di ciò, quest'anno nel questionario rivolto al genitore del bambino è stata introdotta una nuova domanda volta a stimare le ore di sonno dei bambini nei giorni di scuola, ovvero non considerando i giorni festivi che possono rappresentare un'eccezione alle normali abitudini.

OKkio alla SALUTE 2014 Riassumendo

- Lo stato ponderale dei bambini di 8-9 anni di età; 
Ma ...
- Lo stato ponderale dei bambini e alcune caratteristiche dei bambini e dei loro genitori;
Correlazione con stato ponderale genitori
Correlazione con livello di istruzione
Correlazione con zona di residenza
- Le abitudini alimentari;
Margini di miglioramento
- L'attività fisica e la sedentarietà; 
- La percezione dei genitori;
Problemi nella percezione di peso ed alimentazione
- Le nuove variabili inserite nei questionari 2014.
Igiene dentale

OKkio alla SALUTE 2014

Grazie a:



Azienda Sanitaria dell'Alto Adige:

L. Lucchin, P. Corazza, N. Facchin, G. Gröber, N. Cervo, H. Wieser, M. Niederbacher, M. Appoloni, V. Baumgartner, M. Calandrin, S. Ciliberto, A. Framba, W. Götsch, E. Gruber, A. Kröss, D. Kuppelwieser, M. Maniero, W. Maringgele, B. Pircher, M. Pizzini, S. Plotegher, R. Schwembacher, M. Spögler, I. Stecher, E. Tauferer, J. Vanzetta, I. Waldner, L. Waldner.

Intendenze scolastiche:

G. Fulici, A. Gallegati, L. Kastlunger, S. T. Oberhofer, J. von Spinn,

I bambini e i genitori che hanno partecipato a OKkio alla SALUTE 2014.

I dirigenti scolastici, gli insegnanti e il personale delle scuole partecipanti.

Assessorato alla Sanità:

A. Fanolla, S. Weiss, C. Melani, I. Prader.

