



Ministero dell'Istruzione,
dell'Università e della Ricerca
U.S.R. per la Campania

OKkio alla SALUTE

Risultati dell'indagine 2010



Regione Campania



Collana
AGENDUM EST

2

A cura di:

Gianfranco Mazzarella, Renato Pizzuti (Referenti regionali OKkio alla Salute)

Hanno contribuito alla realizzazione della raccolta dati 2010**- a livello nazionale:**

Angela Spinelli, Anna Lamberti, Giovanni Baglio, Paola Nardone, Mauro Bucciarelli, Silvia Andreozzi, Marina Pediconi, Sonia Rubimarca (Gruppo di coordinamento nazionale - CNESPS, Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute – Istituto Superiore di Sanità)

Giovanni Baglio, Giulia Cairella, Marcello Caputo, Margherita Caroli, Chiara Cattaneo, Franco Cavallo, Laura Censi, Amalia De Luca, Barbara De Mei, Daniela Galeone, Giordano Giostra, Anna Lamberti, Gianfranco Mazzarella, Paola Nardone, Giuseppe Perri, Maria Teresa Silani, Anna Rita Silvestri, Angela Spinelli, Lorenzo Spizzichino (Comitato Tecnico OKkio alla SALUTE)

- a livello regionale:

Gianfranco Mazzarella, Barbara Morgillo, Renato Pizzuti (Assessorato alla Sanità - Regione Campania)
Bruno Galzerano (Referente Educazione alla Salute - Ufficio Scolastico Regionale per la Campania)

- a livello provinciale:

Uffici Ambito Territoriale (già Uffici Scolastici Provinciali)

- a livello aziendale:**Referenti e operatori**

Asl Avellino	Elvira Bianco (Referente), Maria Antonietta Ferrara (Referente), Mafalda Adda, Vincenza Asala, Patrizia Branca, Marcella D'Alessio, Incoronata Flammia, Nunzia Forgione, Francesco Natale, Maria Peluso, Francesco Policicchio, Giovanni Salese, Genoveffa Vittoria
Asl Benevento	Annarita Citarella (Referente), Francesco Burro, Rita D'Argenio, Elena Fossi, Nicolina Glielmo, Anatile Iannace, Carmela Orlacchio, Ersilia Palombi, Giuseppe Rapuano, Ermelinda Zollo
Asl Caserta	Angelo D'Argenzio (Referente), Domenico Protano (Referente), Carmelina Corvino, Domenico D'Angiolillo, Giovanni De Chiara, Francesco De Vincenzo, Clementina Di Matteo, Rossella D'Onofrio, Amalia Ievoli, Rosaria Marzano, Claudio Mingione, Maria Rosaria Morrone, Caterina Nugnes, Virgilio Pagliaro, Ersilia Pascarella, Rita Petricca, Maria Rosaria Picone, Gianfranco Romaniello, Giovanna Sabba, Anna Sansone, Angelina Tessitore, Ferdinando Trombetta, Clementina Vatiere, Anna Vespera
Asl Na 1 Centro	Andrea Simonetti (Referente), Brunella Adamo (Referente), Ugo Vairo, Orazio Ancona, Amelia Auriemma, Rosa D'Angola, Ciro Giannetti, Carlo Grande, Maria Patanella, Giuseppe Postiglione, Antonio Rullo
Asl Napoli 2 Nord	Giancarlo D'Orsi (Referente), Filomena Peluso (Referente), Maria Arnone, Carmela Atte, Anna Bello, Grazia Camardella, Assunta Caruso, Ciro Ciliberti, Teresa Coppola, Teresa Del Vaglio, Raffaella Di Donato, Ersilia Fabrazzo, Anna Farro, Giuseppina Ferrante, Maria Rosaria Granata, Evelina Iorfida, Angelina Maria Rosaria Monda, Francesco Montanino, Antonella Musella, Assunta Palumbo, Patrizia Rinaldi, Giacomo Russo, Immacolata Vitiello
Asl Napoli 3 Sud	Francesco Giugliano (Referente), Pierluigi Pecoraro (Referente), Roberto Amato, Annamaria Avino, Ciro Balzano, Giovanna Di Maio, Clotilde La Stella, Daniela Melchiade, Filomena Petraccone, Serena Sensi, Raffaella Serrapica, Stefania Stellato

Asl Salerno

Anna Luisa Caiazzo (Referente), Giuseppe Della Greca (Referente), Maria Grazia Panico (Referente), Michele Adinolfi, Carlo Annarumma, Anna Bellissimo, Anna Bianco, Antonio Colavolpe, Adele D'Anna, Rosa D'Amico, Rita De Gaetano, Silvia De Risi, Laura Ferrara, Ida Maria Guida, Felicia Iannuzzi, Gelsomina Lamberti, Giuseppe Langella, Aldina Mollo, Anna Maria Nobile, Eligio Poetini, Michelina Raimondo, Giuseppina Rubino, Raffaella Sessa, Valeria Tedesco, Anna Maria Trani

Un ringraziamento particolare ai dirigenti scolastici e agli insegnanti che hanno partecipato intensamente alla realizzazione dell'iniziativa: il loro contributo è stato determinante per la buona riuscita della raccolta dei dati qui presentati (i nomi dei docenti e le denominazioni delle scuole non vengono citati per proteggere la privacy degli alunni coinvolti nella rilevazione).

Un ringraziamento alle famiglie e agli alunni che hanno preso parte all'iniziativa, permettendo così di comprendere meglio la situazione dei bambini della nostra regione, in vista dell'avvio di azioni di promozione della salute.

Sulla prima pagina di copertina è riportata un'immagine ripresa nel corso delle attività relative al “*Progetto Gioco-Sport*”, realizzato dal I Circolo Didattico del comune di Vico Equense (Na), nell'anno scolastico 2009-10.

Copia del volume può essere richiesta a:

Dott. Renato Pizzuti – Responsabile Osservatorio Epidemiologico Regionale
Regione Campania - Centro Direzionale - Isola C3 - 80143 Napoli

oppure può essere scaricata dai seguenti siti web:

www.okkioallasalute.it

www.epicentro.iss.it/okkioallasalute

http://www.sito.regione.campania.it/sanit%E0/osservatorio_epidemiologico/osservatorio_index.htm

Sommario

	<i>Pag.</i>
Presentazione	6
Introduzione	7
Metodologia dell'indagine	8
Descrizione della popolazione	10
La situazione nutrizionale dei bambini	12
Le abitudini alimentari dei bambini	17
L'uso del tempo dei bambini: l'attività fisica	22
L'uso del tempo dei bambini: le attività sedentarie	27
La percezione delle madri sulla situazione nutrizionale e sull'attività fisica dei bambini	29
L'ambiente scolastico e il suo ruolo nella promozione di una sana alimentazione e dell'attività fisica	33
Distribuzione dei principali indicatori nelle singole asl della regione, in Campania e in Italia: confronto tra i risultati delle indagini 2008 e 2010 ...	44
Conclusioni generali	51
Materiali bibliografici	53

Presentazione

I Sistemi di Sorveglianza della salute e degli stili di vita costituiscono un indispensabile strumento per conoscere e descrivere i problemi reali di salute della comunità e, di conseguenza, per meglio orientare le strategie di prevenzione e per valutarne il relativo impatto sulla popolazione.

OKkio alla Salute, eccellente sistema di sorveglianza sullo stato nutrizionale degli alunni della scuola primaria e sugli stili di vita a esso associati, evidenzia un dato preoccupante: la Campania mostra la più alta prevalenza di sovrappeso e obesità infantile rispetto a tutte le altre regioni italiane e a gran parte dei Paesi europei. Come anche lo Studio PASSI -altro indispensabile Sistema di Sorveglianza sulla salute e sugli stili di vita degli adulti- dimostra, l'alta prevalenza di sovrappeso e obesità in Campania riguarda non soltanto i bambini ma l'intera famiglia. La radice del problema è evidentemente comune: in Campania, come OKkio e PASSI ci dimostrano, sia i bambini che gli adulti adottano, più frequentemente rispetto a quanto accade nelle altre regioni, stili di vita non salutari associati all'eccesso ponderale, in particolare un'errata alimentazione, una scarsa attività fisica e un'eccessiva sedentarietà.

L'obesità nel bambino tende a persistere in età adulta, rappresentando -nel tempo- uno dei principali determinanti delle malattie cronic-degenerative che interessano la popolazione generale: di conseguenza, il monitoraggio del suo andamento rappresenta un'indispensabile strumento di verifica e di programmazione. Per tale motivo, in accordo con gli orientamenti del Piano Nazionale di Prevenzione 2010-2012, il Piano Regionale della Prevenzione della Campania offre ampi spazi sia al consolidamento dei Sistemi di Sorveglianza sia alla realizzazione di interventi finalizzati a verificare l'impatto delle strategie di contrasto al sovrappeso, all'obesità e ai suoi determinanti, alla luce della migliore evidenza scientifica attualmente disponibile.

Gli interventi finalizzati alla promozione di stili di vita salutari tra i bambini non possono prescindere da una necessaria e proficua alleanza tra i professionisti della Scuola e quelli della Salute: in Campania, solo grazie a questa solida ed efficace partnership, è stato possibile realizzare con successo, in questi ultimi anni, due edizioni di OKkio alla Salute e un'edizione di HBSC, altro Sistema di Sorveglianza che riguarda gli adolescenti.

Un ringraziamento sentito a ciascuno degli operatori sia della Salute che della Scuola i quali, con passione e profondo senso di responsabilità, hanno reso possibile queste fondamentali attività: senza di essi e senza il loro prezioso impegno verrebbe a mancare un'indispensabile strumento di conoscenza e di verifica degli interventi.

Dott. Renato Pizzuti

Responsabile Osservatorio Epidemiologico Regionale
Assessorato alla Sanità - Regione Campania

Dott. Mario Vasco

Coordinatore AGC – 20
Settore Assistenza Sanitaria
Assessorato alla Sanità - Regione Campania

INTRODUZIONE

Il problema dell'obesità e del sovrappeso nei bambini ha acquisito negli ultimi anni un'importanza crescente, sia per le implicazioni dirette sulla salute del bambino sia perché tali stati rappresentano un fattore di rischio per l'insorgenza di patologie cronico-degenerative in età adulta. Inoltre, l'obesità infantile rappresenta un fattore predittivo di obesità nell'età adulta.

Anche l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS o WHO) parla oramai di epidemia di obesità. Fino a pochi anni orsono, in Italia, sono stati condotti vari studi regionali o di ASL basati su misurazioni dirette dei bambini per lo più tra 6 e 9 anni, ma differenti per tempi, modalità, età campionate e altri aspetti che ne limitano la confrontabilità. Le uniche fonti informative nazionali sono state rappresentate, fino al 2007, dalle indagini multiscopo dell'ISTAT (Condizioni di salute e ricorso ai servizi sanitari 1999/2000, in cui però peso e altezza dei minori sono stati comunicati dai genitori e non misurati direttamente) che evidenziano come nel nostro paese il 24% dei ragazzi tra i 6 e i 17 anni presenti un eccesso ponderale, fenomeno che sembra interessare le fasce di età più basse ed è più frequente nelle regioni del sud Italia.

Al fine di definire e implementare un sistema di raccolta dati nazionale sullo stato ponderale e sui comportamenti associati allo sviluppo di malattie cronico-degenerative nei giovani, il Ministero della Salute/CCM e le Regioni nel 2007 hanno affidato al Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute (CNESPS) dell'Istituto Superiore di Sanità (ISS) il coordinamento del progetto "Sistema di indagini sui rischi comportamentali in età 6-17 anni" che ha sviluppato, tra le diverse attività, l'iniziativa "OKkio alla SALUTE – Promozione della salute e della crescita sana dei bambini della scuola primaria".

Il progetto è collegato al programma europeo "Guadagnare salute – rendere facili le scelte salutari" (recepito in Italia con DPCM del 4 maggio 2007) e al "Piano Nazionale della Prevenzione".

Nell'ottica di una evoluzione verso un sistema di sorveglianza, in stretta collaborazione con le Regioni, si è cercato di sviluppare un sistema che permetta la raccolta dei dati nelle scuole, che sia sostenibile nel tempo per il sistema sanitario e per la scuola, ed efficace nel guidare gli interventi di sanità pubblica.

Scopo di OKkio alla SALUTE è definire un sistema di monitoraggio dello stato ponderale, delle abitudini alimentari e dell'attività fisica nei bambini delle scuole primarie (6-10 anni) in grado di fornire dati epidemiologici accurati e confrontabili tra le diverse realtà regionali e locali.

Nel 2008 sono state coinvolte nella prima raccolta dati di OKkio alla SALUTE 18 regioni, e nel 2009 si sono aggiunte le Province Autonome di Trento e di Bolzano e la ASL Città di Milano, per la regione Lombardia. Complessivamente, a livello nazionale, sono state coinvolte 2.758 classi. Hanno compilato il questionario e sono stati pesati e misurati 48.176 alunni, mentre 49.083 genitori hanno risposto al questionario, fornendo informazioni sugli stili di vita dei propri figli. I dati raccolti mostrano un quadro preoccupante: il 23,2% dei bambini è risultato in sovrappeso e il 12,0% in condizioni di obesità, con percentuali più alte nelle regioni del centro e del sud. Per quel che concerne gli stili di vita dei bambini, l'11% salta la prima colazione e il 28% fa una colazione non adeguata (sbilanciata in termini di carboidrati e proteine); l'82% mangia una merenda di metà mattina troppo abbondante e 1 bambino su 4 pratica sport per non più di un'ora a settimana; inoltre, il 49% dei bambini ha la TV in camera e la guarda per 3 ore o più al giorno. Oltre a ciò, è emerso che i genitori non sempre hanno un quadro corretto dello stato ponderale del proprio figlio. Infatti, tra le madri di bambini in sovrappeso o obesi, il 35% non ritiene che il proprio figlio presenti un eccesso di peso. Infine, sono stati raccolti 2.588 questionari sulla scuola da cui emerge una variabilità regionale tra le diverse scuole, in relazione all'utilizzo della mensa, alla distribuzione della merenda da parte della scuola e al numero di ore di attività motoria svolta dai bambini durante la settimana.

OKkio alla SALUTE ha fornito, con la prima raccolta dati nel 2008, importanti informazioni sui comportamenti dei bambini e sul loro stato ponderale, con procedure e strumenti standardizzati in tutte le regioni, e si è rilevato un valido strumento per monitorare l'evolversi dei fenomeni indagati nel tempo.

Attualmente la metodologia prevede che le rilevazioni vengano effettuate ogni due anni.

Nel report vengono presentati i risultati della seconda raccolta dati conclusa nel mese di giugno 2010.

METODOLOGIA DELL'INDAGINE

L'approccio adottato è quello della sorveglianza di popolazione, basata su indagini epidemiologiche ripetute a cadenza regolare, su campioni rappresentativi della popolazione in studio.

La sorveglianza è orientata alla raccolta di poche informazioni basilari, mediante l'utilizzo di strumenti e procedure semplici, accettabili da operatori e cittadini e sostenibili dai sistemi di salute. In tal senso, la sorveglianza non è adatta ad un'analisi approfondita delle cause del sovrappeso e dell'obesità (che possono essere oggetto di specifici studi epidemiologici), e non permette lo *screening* e l'avvio al trattamento dei bambini in condizioni di sovrappeso o obesità (cosa invece possibile con una attività di screening condotta sull'intera popolazione).

Popolazione in studio

Le scuole rappresentano l'ambiente ideale per la sorveglianza: i bambini sono facilmente raggiungibili sia per la raccolta dei dati che per gli interventi di promozione della salute che seguiranno la sorveglianza.

È stata scelta la classe terza della scuola primaria, con bambini intorno agli 8 anni, perché l'accrescimento a quest'età è ancora poco influenzato dalla pubertà, i bambini sono già in grado di rispondere con attendibilità ad alcune semplici domande, e i dati sono comparabili con quelli raccolti dall'Organizzazione Mondiale della Sanità in vari altri Paesi europei.

In Italia la popolazione di tutte le classi primarie, cui si potranno ragionevolmente estendere molti dei risultati ottenuti, è di circa 3 milioni.

Modalità di campionamento

Il metodo di campionamento prescelto è quello "a grappolo". In questo modo possono essere estratte le classi ("grappoli" o "*cluster*") dalle liste di campionamento predisposte dagli Uffici Scolastici su base regionale o di ASL. Per ciascuna scuola la probabilità di veder estratte le proprie classi è proporzionale al numero degli alunni iscritti (metodo della *probability proportional to size*).

I vantaggi pratici di questo tipo di campionamento sono la possibilità di concentrare il lavoro delle equipe su un numero limitato di classi (il metodo classico "casuale semplice" richiederebbe di effettuare rilevazioni in quasi tutte le scuole di una ASL) e la possibilità di fare a meno di una lista nominativa degli alunni, in genere non disponibile (vengono arruolati nell'indagine tutti gli alunni appartenenti alle classi campionate).

La numerosità campionaria è stata individuata per ogni regione, ASL o macroarea sulla base della popolazione di bambini di classe terza primaria residenti, sulla prevalenza dell'eccesso ponderale riscontrato nella precedente raccolta dei dati e al *design effect*, con una precisione della stima del 3% per la regione e del 5% per la asl.

Strumenti e procedure di raccolta dati

Nel 2008 è stata sviluppata la prima versione dei 4 questionari di OKkio alla SALUTE.

Dopo la conclusione della prima raccolta dati e dello studio di approfondimento condotto dall'INRAN "ZOOM8", che ha evidenziato la necessità di apportare alcune integrazioni ai testi, è stata elaborata l'ultima versione dei questionari di OKkio alla SALUTE utilizzata nel 2010.

Sono stati quindi predisposti quattro questionari: uno da somministrare ai bambini in aula, uno per i genitori da compilare a casa e due destinati rispettivamente agli insegnanti e ai dirigenti scolastici.

Il questionario per i bambini comprende 15 semplici domande riferite a un periodo di tempo limitato (dal pomeriggio della giornata precedente alla mattina della rilevazione). I bambini hanno risposto al questionario in aula, individualmente e per iscritto, e gli operatori si sono resi disponibili per chiarire eventuali dubbi.

Per stimare la prevalenza delle condizioni di sovrappeso e obesità è stato utilizzato l'Indice di Massa Corporea (IMC), ottenuto come rapporto tra il peso espresso in chilogrammi al netto della tara dei vestiti e il quadrato dell'altezza espressa in metri, misura che ben si presta ai fini della sorveglianza per l'analisi dei trend temporali e della variabilità geografica e ampiamente utilizzata a livello internazionale. Per la definizione del sottopeso, normopeso, sovrappeso e dell'obesità si è scelto di utilizzare i valori soglia per l'IMC desunti da Cole et al., come consigliato dalla

International Obesity Task Force (IOTF). In particolare, nell'analisi dei dati sono stati considerati come sottopeso i bambini con un valore di IMC uguale o inferiore a 17 in età adulta (Cole et al.)

Le misurazioni di peso e altezza sono state effettuate da operatori locali addestrati, mediante bilancia Seca872™ con precisione di 50 grammi e stadiometro Seca214™ con precisione di 1 millimetro.

In caso di esplicito rifiuto dei genitori, il questionario non è stato somministrato e i bambini non sono stati misurati. Non è stata prevista alcuna forma di recupero dei dati riguardanti i bambini assenti, né di sostituzione dei rifiuti. Il ruolo degli insegnanti nel comunicare ai genitori le finalità e le modalità della raccolta dati, e nel preparare i bambini in classe è stato fondamentale e determinante per la buona riuscita dell'indagine.

Le domande rivolte ai genitori hanno indagato alcune abitudini dei propri figli quali: l'attività motoria, i comportamenti sedentari (videogiochi e televisione) e gli alimenti consumati. Inoltre, sono state rilevate informazioni sulla loro percezione dello stato nutrizionale e del livello di attività motoria dei propri figli. In questa ultima versione dei questionari è stata infine realizzata una piccola sezione, non obbligatoria, in cui i genitori del bambino potevano autoriferire il proprio peso e la propria altezza al fine di calcolare il loro IMC.

Alcuni dati sulle caratteristiche dell'ambiente scolastico, in grado di influire favorevolmente sulla salute dei bambini, sono stati raccolti attraverso i questionari destinati ai dirigenti scolastici e agli insegnanti.

Particolare attenzione è stata riservata alle attività di educazione motoria e sportiva curricolare, alla gestione delle mense, alla presenza di distributori automatici di alimenti, alla realizzazione di programmi di educazione alimentare. È stato poi richiesto un giudizio ai dirigenti scolastici sull'ambiente urbano che circonda la scuola e la qualità dei servizi presenti e usufruibili dagli alunni.

La collaborazione intensa e positiva tra operatori sanitari e istituzioni scolastiche ha permesso un ampio coinvolgimento dei bambini e dei loro genitori contribuendo alla buona riuscita dell'iniziativa. In particolare, la disponibilità e l'efficienza degli insegnanti ha consentito di raggiungere un livello di adesione delle famiglie molto alto.

La raccolta dei dati è avvenuta in tutte le regioni tra aprile e maggio 2010.

L'inserimento dei dati è stato realizzato dagli stessi operatori sanitari che hanno realizzato la raccolta cartacea delle informazioni mediante un software sviluppato ad hoc da una ditta incaricata dall'Istituto Superiore di Sanità.

Analisi dei dati

Trattandosi di uno studio trasversale che si prefigge di misurare delle prevalenze puntuali, l'analisi dei dati è consistita principalmente nella misura di percentuali (prevalenze) delle più importanti variabili selezionate. Per alcune di queste, in particolare per quelle che saranno soggette a confronti temporali successivi o con altre realtà territoriali (Regioni o ASL), si sono calcolati anche gli intervalli di confidenza al 95%. In qualche caso, al fine di identificare alcuni gruppi a rischio, si sono calcolati dei rapporti di prevalenza e realizzati dei test statistici (Test esatto di Fisher o del Chi quadrato). Nel presente rapporto, dove opportuno, viene indicato quando le differenze osservate sono o non sono statisticamente significative ed è riportato il confronto con il dato del 2008.

Le analisi sono state effettuate usando il software Stata vers. 9.0, seguendo un piano d'analisi predisposto nel protocollo dell'indagine.

Descrizione della popolazione

L'indagine ha richiesto la partecipazione attiva delle scuole, delle classi, dei bambini e dei loro genitori. Di seguito sono riportati i tassi di risposta e le descrizioni delle varie componenti della popolazione coinvolta.

Quante scuole e quante classi sono state coinvolte nell'indagine?

Nella regione Campania hanno partecipato all'indagine il 98% delle scuole e il 92% delle classi sulle 244 scuole e sulle 266 classi rispettivamente campionate.

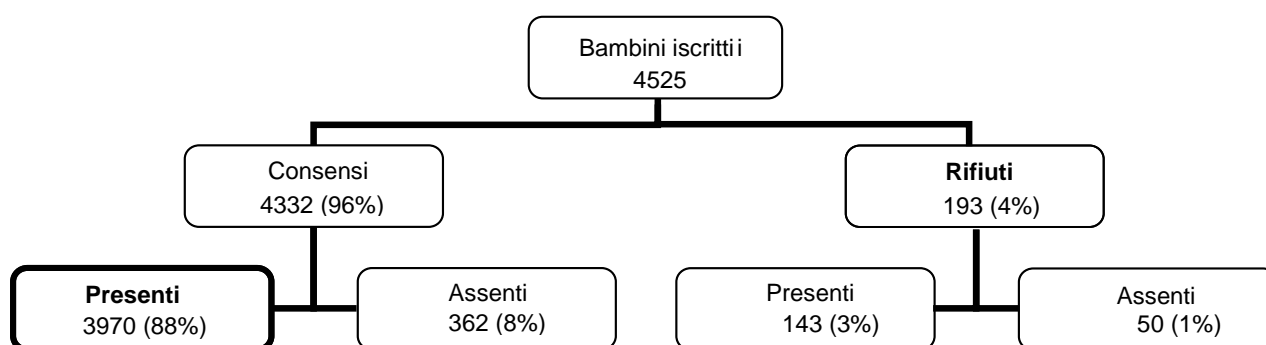
Distribuzione delle classi per tipologia di comune di appartenenza Campania – OKkio 2010 (N=244 classi)		
Tipologia comune	N	%
≤ 10.000 abitanti	74	30,3
Da 10.000 a più di 50.000 abitanti	65	26,6
> 50.000 abitanti (non metropolitana)	26	10,7
Comuni di area metropolitana (centro e periferia)	79	32,4

Le scuole e le classi partecipanti si trovano in comuni con diversa densità di popolazione. Per la classificazione della tipologia dei comuni si è seguito il sistema adottato dall'Istat.

Partecipazione dei bambini e delle famiglie allo studio

La misura della "risposta" delle famiglie, ovvero la percentuale di bambini/famiglie che ha partecipato all'indagine, è un importante indicatore di processo. Una percentuale molto alta, oltre a garantire la rappresentatività del campione, dimostra l'efficacia delle fasi preparatorie dell'indagine. Una risposta bassa a causa non solo di un alto numero di rifiuti ma anche di assenti, maggiore di quanto ci si attenderebbe in una normale giornata di scuola, potrebbe far sospettare una scelta delle famiglie dettata, ad esempio, dalla necessità di "proteggere" i bambini sovrappeso/obesi. In questo caso, il campione di bambini delle classi selezionate potrebbe non essere sufficientemente rappresentativo dell'insieme di tutte le classi della regione, in quanto la prevalenza di obesità riscontrata nei bambini del campione potrebbe essere significativamente diversa da quella degli assenti.

Bambini coinvolti: quanti i partecipanti, i rifiuti e gli assenti?



- Solo il 4 % dei genitori ha inviato il rifiuto per la misurazione dei propri figli. Questo valore è risultato simile a quello nazionale pari al 3%: questo dato conferma una soddisfacente gestione della comunicazione tra ASL, scuola e genitori.
- Nella giornata della misurazione erano assenti 412 bambini pari al 9% del totale di quelli iscritti; generalmente la percentuale di assenti è del 5-10%. La bassa percentuale di assenti tra i

consensi rassicura, al pari del favorevole dato sui rifiuti, sull'attiva e convinta partecipazione dei bambini e dei genitori.

- I bambini ai quali è stato possibile somministrare il questionario e di cui sono stati rilevati peso e altezza sono stati quindi 3970 ovvero l'88% degli iscritti negli elenchi delle classi. L'alta percentuale di partecipazione (> 85%) assicura una rappresentatività del campione molto soddisfacente.
- Hanno risposto al questionario dei genitori 4226 delle famiglie (93%) dei 4525 bambini iscritti. Il numero di bambini misurati è inferiore perché alcuni erano assenti il giorno dell'indagine o perché i genitori hanno riempito il questionario ma hanno negato la partecipazione del proprio figlio all'indagine.

Bambini partecipanti: quali le loro caratteristiche?

Le soglie utilizzate per classificare lo stato ponderale variano in rapporto al sesso e all'età dei bambini considerati.

- La proporzione di maschi e di femmine nel nostro campione è simile.
- Al momento della rilevazione, la grande maggioranza dei bambini che ha partecipato allo studio aveva fra 8 e 9 anni, con una media di 8 anni e 8 mesi di vita.

Età e sesso dei bambini - Campania		
Caratteristiche	n	%
Età in anni (N=3959)		
≤ 7	42	1,0
8	2857	72,9
9	1037	25,5
≥ 10	23	0,5
Sesso (N=3958)		
Maschi	2000	50,4
Femmine	1958	49,6

Genitori partecipanti: chi sono e cosa fanno?

La scolarità dei genitori, usata come indicatore socio-economico della famiglia, è associata in molti studi allo stato di salute del bambino.

Il questionario è stato compilato più spesso dalla madre del bambino (88%), meno frequentemente dal padre (11%) o da altra persona (1%). Per motivi di semplicità abbiamo limitato l'analisi alle madri, che nel nostro studio costituiscono il genitore che ha risposto più frequentemente al questionario rivolto ai genitori.

- La maggior parte delle madri che ha risposto al questionario ha meno di 8 anni di istruzione (51%).
- Il 19% delle madri lavora a tempo pieno e il 24% part-time.
- Il 3% delle madri è di nazionalità straniera

Livello di istruzione, occupazione e nazionalità della madre - Campania		
Caratteristiche	n	%
Grado di istruzione (N=3614)		
Nessuna, elementare, media	1785	51,1
Diploma superiore	1411	38,2
Laurea	418	10,7
Lavoro (N=3624)		
Tempo pieno	702	18,8
Part-time	908	24,4
Nessuno	2014	56,9
Nazionalità (N=4075)		
Italiana	3946	97,0
Straniera	129	3,0

La situazione nutrizionale dei bambini

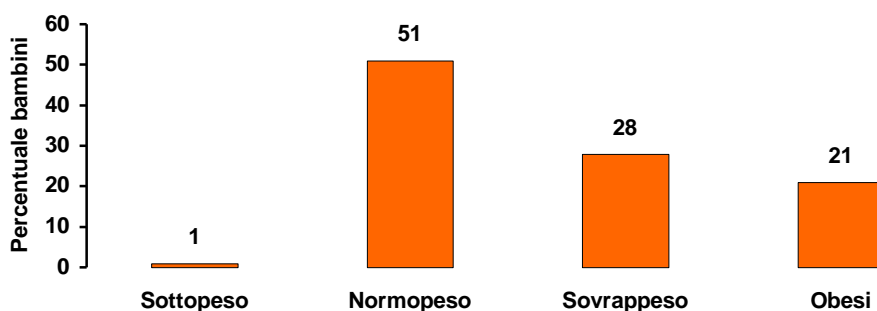
L'obesità ed il sovrappeso in età evolutiva tendono a persistere in età adulta e a favorire lo sviluppo di gravi patologie quali le malattie cardio-cerebro-vascolari, il diabete tipo 2 ed alcuni tumori. Negli ultimi 25 anni la prevalenza dell'obesità nei bambini è triplicata e la linea di tendenza è in continuo aumento. Accurate analisi dei costi della patologia e delle sue onerose conseguenze, sia considerando il danno sulla salute che l'investimento di risorse, hanno indotto l'OMS e anche il nostro Paese a definire la prevenzione dell'obesità come un obiettivo prioritario di salute pubblica.

È utile sottolineare che la presente indagine, sia per motivi metodologici che etici, non è e non va considerata come un intervento di screening e, pertanto, i suoi risultati non vanno utilizzati per la diagnosi e l'assunzione di misure sanitarie nel singolo individuo.

Quanti sono i bambini in sovrappeso o obesi?

L'indice di massa corporea (IMC) è un indicatore indiretto dello stato di adiposità, semplice da misurare e comunemente utilizzato negli studi epidemiologici per valutare l'eccedenza ponderale (il rischio di sovrappeso e obesità) di popolazioni o gruppi di individui. Si ottiene dal rapporto tra il peso del soggetto espresso in chilogrammi diviso il quadrato della sua altezza espressa in metri. Per la determinazione di sottopeso, normopeso, sovrappeso e obeso sono stati utilizzati i valori soglia proposti da Cole et al. Aggregando i dati di un campione rappresentativo di bambini di una particolare area geografica, la misura periodica dell'IMC permette di monitorare nel tempo l'andamento del sovrappeso/obesità e dell'efficacia degli interventi di promozione della salute nonché di effettuare confronti tra popolazioni e aree diverse.

Stato ponderale dei bambini di 8 e 9 anni (%)



- Tra i bambini della nostra Regione il 20,6% risulta essere obeso (IC95% 19,0-22,3), il 28,2% sovrappeso (IC95% 26,5-30,0), il 50,6% normopeso (IC95% 48,7-52,4) e lo 0,6% sottopeso (IC95% 0,4-0,9).
- Complessivamente il 48,8% (IC95% 46,9-50,7) dei bambini presenta un eccesso ponderale che comprende sia sovrappeso che obesità.
- Se riportiamo la prevalenza di sovrappeso e obesità riscontrata in questa indagine a tutto il gruppo di bambini di età 6-11 anni, il numero di bambini sovrappeso e obesi nella regione sarebbe pari a 191.934, di cui obesi 82.257.

Qual è la distribuzione dell'IMC della popolazione dei bambini studiati rispetto a una popolazione di riferimento?

La mediana (valore centrale) della distribuzione dell'IMC della nostra Regione è pari a 18,6 ed è spostata verso destra rispetto a quella della popolazione internazionale di riferimento della stessa età che è pari a 15,8.

A parità di età della rilevazione, le curve che mostrano valori di mediana più alti di quelle di riferimento e un'asimmetria con una coda più pronunciata sulla destra sono da riferire a una popolazione sostanzialmente affetta da sovrappeso e obesità.

- Nella figura 1 viene mostrata la curva di distribuzione dell'IMC per la nostra regione registrata nel **2008**

Campania: distribuzione dell'IMC - Anno 2008

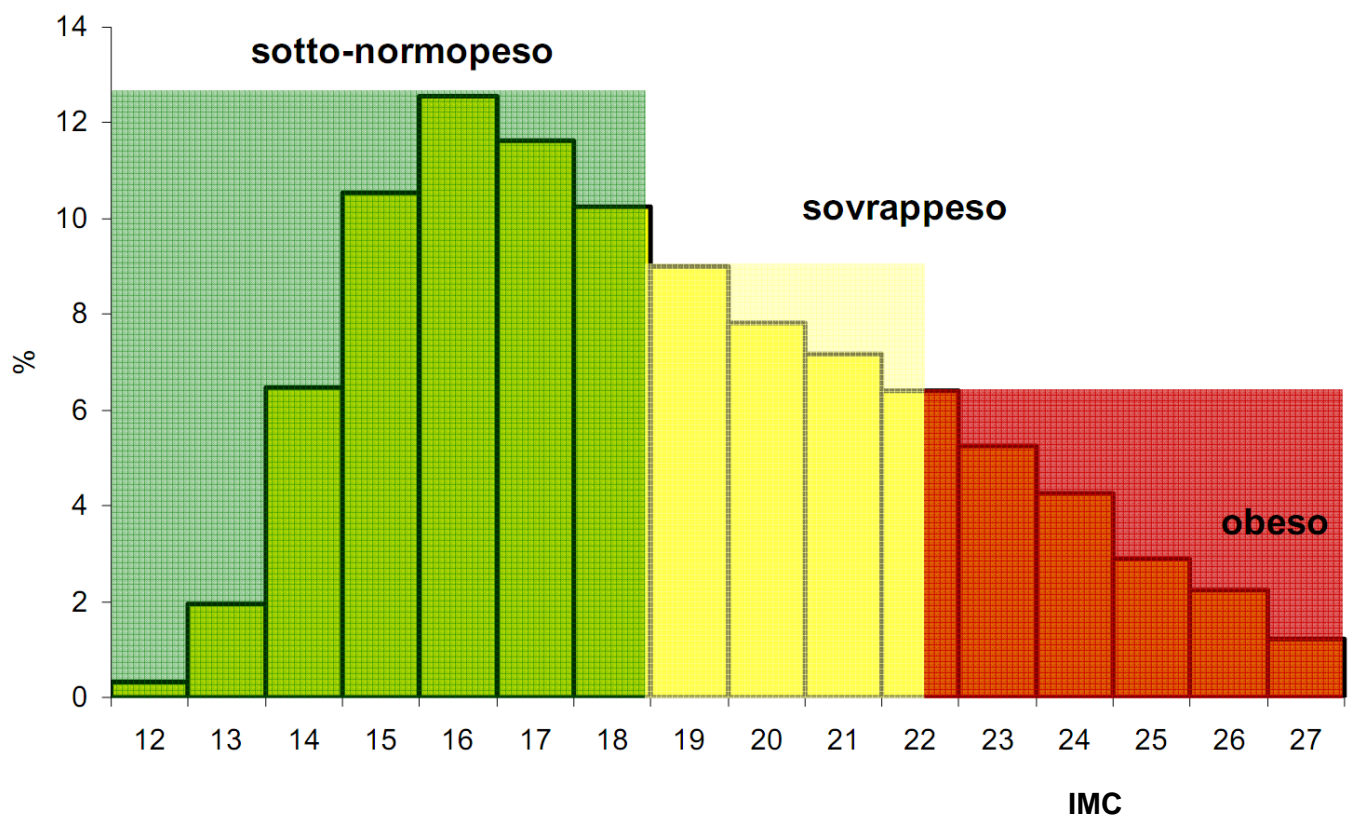


Fig. 1 L'istogramma rappresenta la distribuzione dei bambini in rapporto allo stato nutrizionale del 2008: sotto-normopeso, sovrappeso, obesi (analisi limitata ai bambini dell'età mediana della popolazione in studio a livello nazionale +/- 6 mesi: da otto anni e quattro mesi a nove anni e quattro mesi); n = 6233

- Nella figura 2, invece è riportata la curva di distribuzione dell'IMC per il **2010**

Campania: distribuzione dell'IMC - Anno 2010

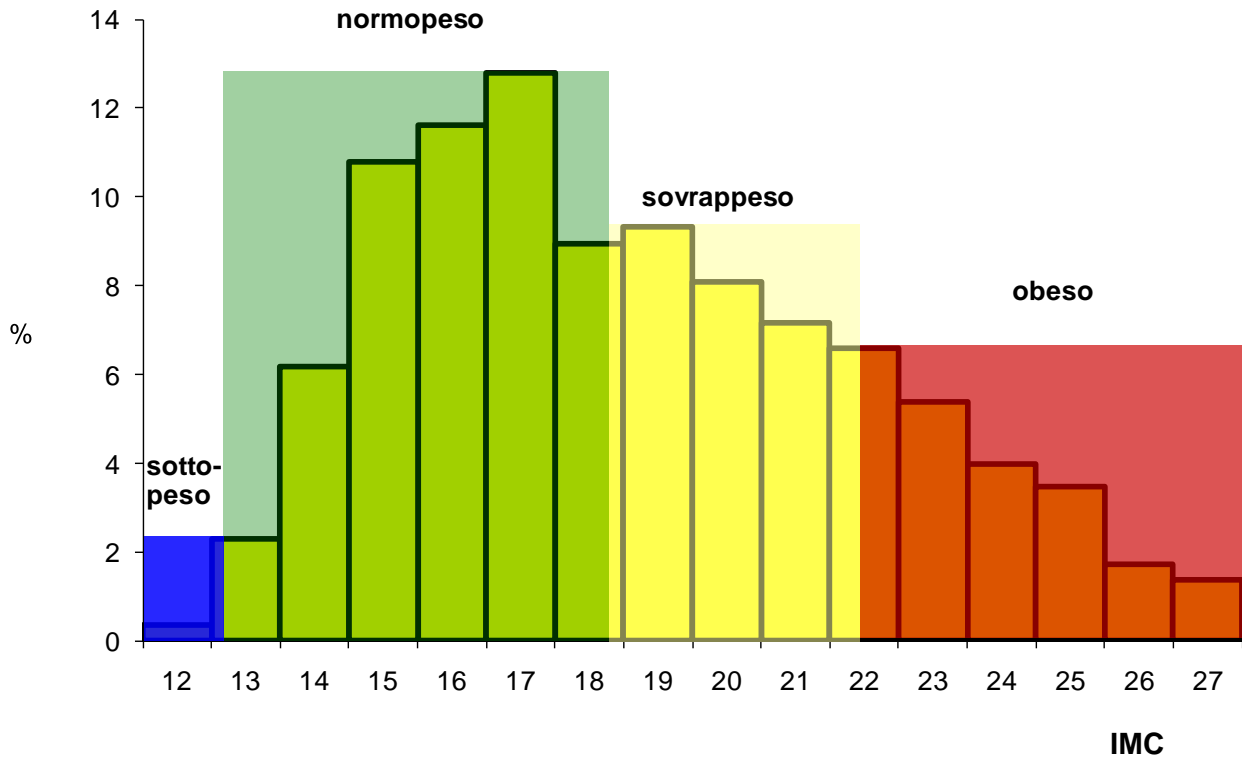


Fig. 2 L'istogramma rappresenta la distribuzione dei bambini in rapporto allo stato nutrizionale del 2010: sottopeso, normopeso, sovrappeso, obesi (analisi limitata ai bambini dell'età mediana della popolazione in studio a livello nazionale +/- 6 mesi: da otto anni e quattro mesi a nove anni e quattro mesi); n = 3112

La distribuzione dell'IMC dei bambini relativa all'anno 2010 è rimasta sostanzialmente invariata rispetto a quella del 2008; anche la mediana delle due distribuzioni è rimasta la stessa.

Qual è il rapporto tra IMC, caratteristiche del bambino e dei genitori?

In alcuni studi, il sesso del bambino, la zona geografica di abitazione, il livello di scolarità e lo stato ponderale dei genitori sono associati alla situazione di sovrappeso o obesità del bambino.

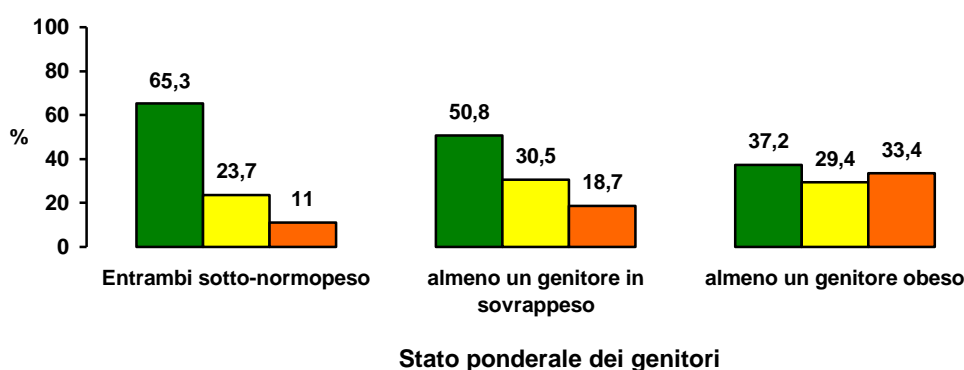
- In Campania, le prevalenze di obesità e di sovrappeso sono simili tra i bambini di 8 e quelli di 9 anni; la prevalenza di obesità, invece, tende ad essere superiore nei maschi.
- Non si apprezza alcuna differenza nella prevalenza di obesità tra comuni con diversa numerosità di popolazione.
- Il rischio di obesità diminuisce con il crescere della scolarità della madre, dal 23% per titolo di scuola elementare o media, al 20% per diploma di scuola superiore, al 10% per la laurea.

Stato ponderale dei bambini di 8 e 9 anni per caratteristiche demografiche del bambino e della madre (%) - Campania			
Caratteristiche	Normo/ sottopeso	Sovrappeso	Obeso
Età (N=3846)			
8 anni	51,1	28,2	20,7
9 anni	51,7	28,1	20,2
Sesso (N=3846)			
maschi	49,8	27,7	22,5
femmine	52,7	28,7	18,6
Zona geografica (N=3832)			
<10.000 abitanti	52,2	27,7	20,1
10.000-50.000	52,5	26,4	21,1
>50.000	50,9	27,9	21,2
metropolitana / perimetropolitana	50,2	29,4	20,4
Istruzione madre * (N=3638)			
Nessuna, elementare, media	51,4	25,8	22,8
Superiore	50,1	30,3	19,6
Laurea	55,8	34,1	10,1

* Differenza statisticamente significativa (p < 0,05)

Stato ponderale nei bambini rispetto a quello dei genitori

Stato ponderale bambini: ■ sotto-normopeso ■ sovrappeso ■ obeso



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.

- Dai dati autoriferiti dai genitori emerge che, nella nostra regione, il 27% delle madri è in sovrappeso e il 9% è obeso; i padri, invece, sono nel 50% sovrappeso e 15% obesi.
- Quando almeno uno dei due genitori è in sovrappeso il 30% dei bambini risulta in sovrappeso e il 19% obeso.
- Quando almeno un genitore è obeso il 29% dei bambini è in sovrappeso e il 33% obeso.

Per un confronto . . .

	Valore assunto usando mediana di riferimento*	Valore regionale 2008	Valore regionale 2010	Valore nazionale 2010
Prevalenza di bambini sotto-normopeso	84%	51%	51%	66%
Prevalenza di bambini sovrappeso	11%	28%	28%	23%
Prevalenza di bambini obesi	5%	21%	21%	11%
Mediana di IMC nella popolazione in studio	15,8	18,6	18,6	17,4

* Per ottenere un valore di riferimento con cui confrontare la prevalenza di sovrappeso e obesità della popolazione in studio, sono stati calcolati i valori che la popolazione nazionale avrebbe se la mediana dell'IMC fosse pari a quella della popolazione di riferimento utilizzata dalla IOTF per calcolare le soglie di sovrappeso e obesità.

Conclusioni

Questa seconda rilevazione non mostra alcun cambiamento rispetto a quanto emerso nella prima raccolta dei dati del 2008: permane, dunque, il problema dell'eccesso di peso nella popolazione infantile che, in Campania, raggiunge la più alta prevalenza rispetto a tutte le altre regioni italiane. Ancor di più, il confronto con i valori di riferimento internazionali evidenzia la dimensione molto grave del fenomeno.

Nei fatti, i risultati del presente rapporto accrescono ulteriormente la reale e giustificata preoccupazione sul futuro stato di salute della nostra popolazione. Un'ampia letteratura scientifica conferma inconfutabilmente il rischio che il sovrappeso, e in misura sensibilmente maggiore l'obesità, già presenti in età pediatrica ed adolescenziale persistano in età adulta. Seppur in proporzione ridotta anche una parte dei bambini oggi normopeso diventerà sovrappeso/obeso in età adulta contribuendo ad aumentare in tal maniera la prevalenza complessiva del sovrappeso/obesità. Di conseguenza, in presenza di una così alta prevalenza di sovrappeso-obesità ed in assenza di interventi efficaci e tempestivi, anche la prevalenza di malattia cardiovascolare aumenterà sensibilmente nei prossimi anni, interessando sempre più frequentemente la fascia di età dei giovani adulti, con ovvi e prevedibili effetti sia sullo stato di salute dei cittadini che sulle risorse necessarie per affrontare tali complicità.

Per cogliere segni di cambiamento nell'andamento del fenomeno e per misurare gli effetti legati agli interventi di popolazione che verranno realizzati negli anni a venire è necessario mantenere una sorveglianza continua nella nostra popolazione infantile. OKkio alla SALUTE rappresenta una risposta a questa esigenza.

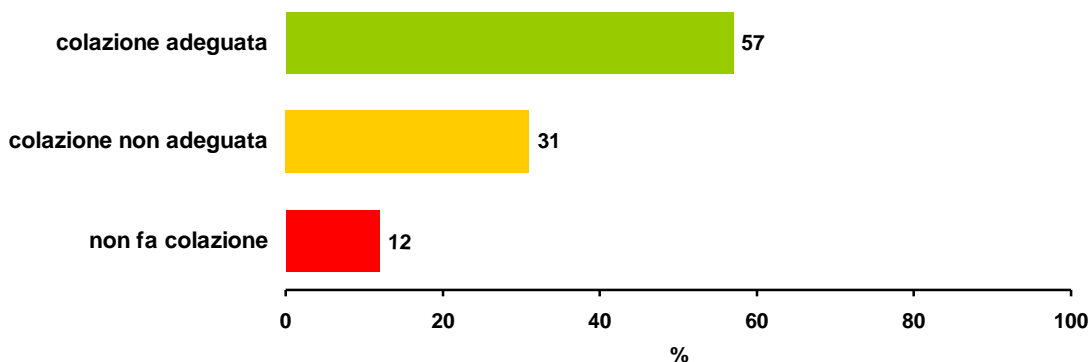
Le abitudini alimentari dei bambini

Una dieta ad alto tenore di grassi e con contenuto calorico eccessivo è associata ad aumento del peso corporeo che nel bambino tende a conservarsi fino all'età adulta. Una dieta qualitativamente equilibrata, in termini di bilancio fra grassi, proteine e glicidi, e la sua giusta distribuzione nell'arco della giornata, contribuisce a produrre e/o a mantenere un corretto stato nutrizionale.

I nostri bambini fanno una prima colazione adeguata?

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 a 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 di carboidrati e proteine, per esempio: latte (proteine) e cereali (carboidrati), o succo di frutta (carboidrati) e yogurt (proteine).

Adeguatezza della colazione consumata dai bambini (%)



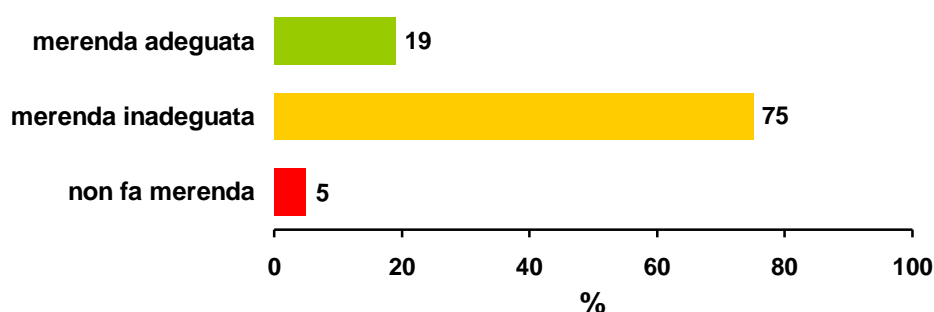
- Nella nostra regione solo il 57% dei bambini fa una colazione qualitativamente adeguata.
- Il 12% non fa colazione, senza differenza di genere, e il 31% non la fa qualitativamente adeguata.
- La prevalenza del non fare colazione è maggiore nei bambini di mamme con titolo di studio più basso (nessuno, elementare o media: 12.8%) rispetto ai figli di mamme con diploma di scuola superiore (12%) o laureate (7.3%)*.

* $p < 0.05$

I nostri bambini, durante la merenda di metà mattina, mangiano in maniera adeguata?

Oggi giorno viene raccomandato che, se è stata assunta una prima 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. Alcune scuole prevedono la distribuzione della merenda agli alunni; in tal caso, nell'analisi dei dati, la merenda è stata classificata come adeguata.

Adeguatezza della merenda di metà mattina consumata dai bambini (%)

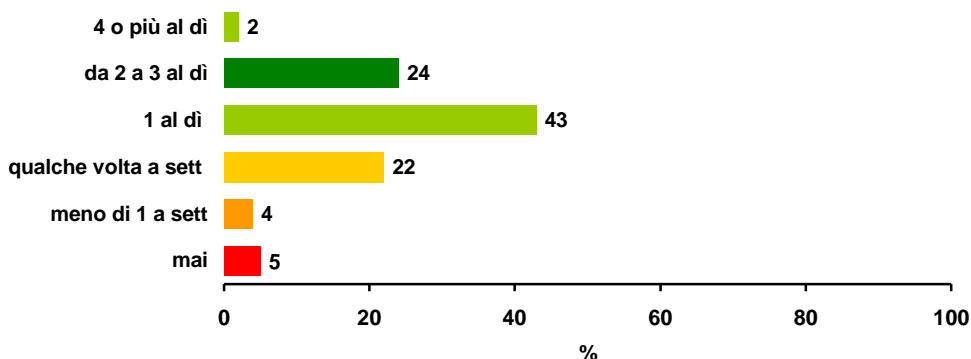


- Solo una piccola parte di bambini (19%) consuma una merenda adeguata di metà mattina.
- La maggior parte dei bambini (75%) la fa inadeguata e il 5% non la fa per niente.
- Non sono emerse differenze per sesso del bambino e per livello di istruzione della madre.

Quante porzioni di frutta e verdura mangiano i nostri bambini al giorno?

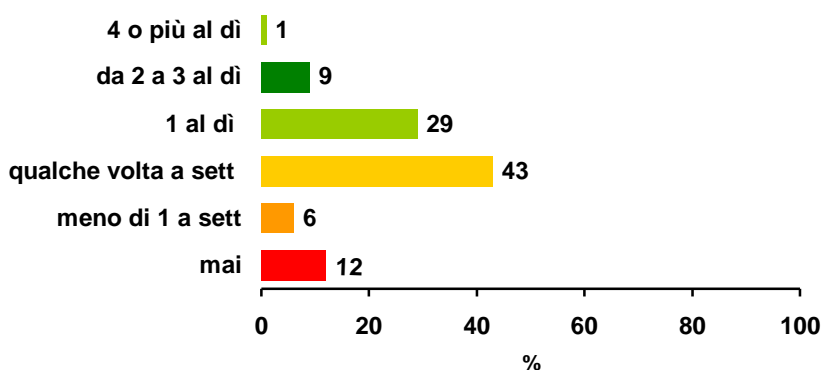
Le linee guida sulla sana alimentazione prevedono l'assunzione di almeno cinque porzioni al giorno di frutta o verdura. Il consumo di frutta e verdura nell'arco della giornata garantisce un adeguato apporto di fibre e sali minerali e consente di limitare la quantità di calorie introdotte. A differenza della prima raccolta dati, il consumo di frutta e verdura è stato richiesto con due domande distinte, una per la frutta e una per la verdura.

Consumo di frutta nell'arco della settimana (%)



- Nella nostra regione, i genitori riferiscono che solo il 2% dei bambini consuma la **frutta** 4 o più volte al giorno; il 24% la consuma 2-3 volte al giorno mentre il 43% una sola porzione al giorno.
- Il 31 % dei bambini mangia frutta meno di una volta al giorno o mai nell'intera settimana.
- I figli di madri più istruite consumano una maggiore quantità di frutta rispetto ai figli delle madri con un minor numero di anni di istruzione*; le bambine tendono a consumare più frutta rispetto ai bambini*.

Consumo di verdura nell'arco della settimana (%)



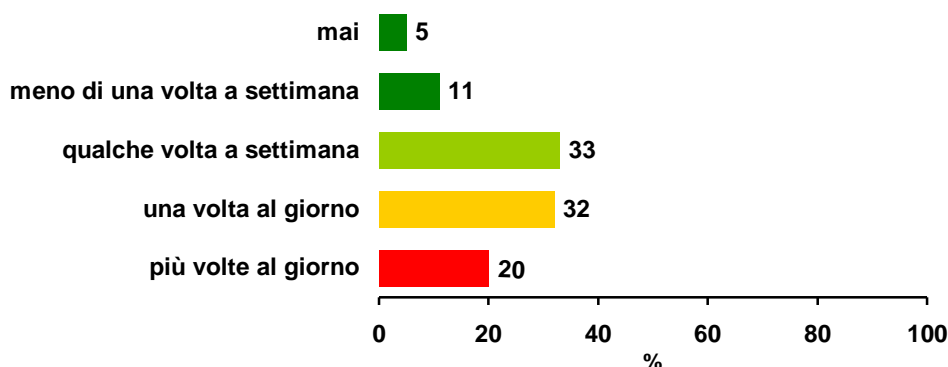
- Nella nostra regione, i genitori riferiscono che il 9% dei bambini consuma **verdura** 2-3 volte al giorno; il 29% una sola porzione al giorno.
- Il 61% dei bambini consuma verdura meno di una volta al giorno o mai nell'intera settimana.
- Le bambine consumano più verdura rispetto ai bambini*; ancora una volta i bambini figli di madri più istruite consumano più verdura rispetto ai figli di madri meno istruite*.

* p < 0.05

Quante bibite zuccherate al giorno consumano i nostri bambini?

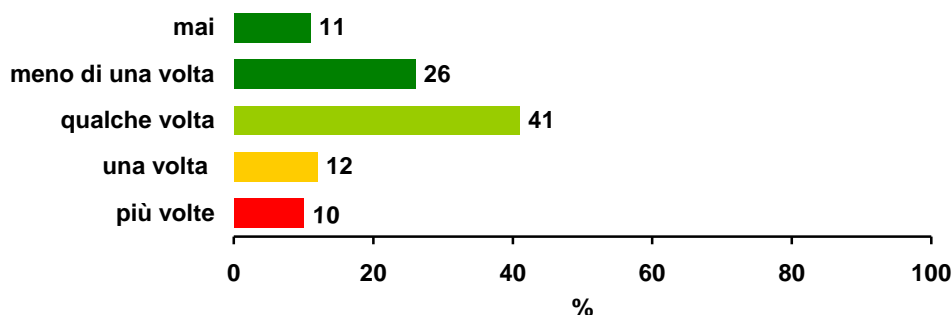
Mediamente in una lattina di bevanda zuccherata (33 cc) è contenuta una quantità di zuccheri aggiunti pari a 40-50 grammi, fra 5 e 8 cucchiaini, con l'apporto calorico che ne consegue. Esiste una forte associazione tra il consumo di bevande zuccherate e l'obesità. A differenza della prima raccolta dati, il consumo di bevande zuccherate e bevande gassate è stato indagato con 2 domande distinte, una per le bevande zuccherate e una per le bevande gassate.

Consumo di bevande zuccherate al giorno (%)



- Nella nostra regione solo il 49% dei bambini consuma meno di una volta al giorno o mai delle **bevande zuccherate** (tè, succhi di frutta, etc).
- Il 32% dei bambini assume bevande zuccherate una volta e il 20% più volte al giorno.
- I maschi tendono a consumare più bevande zuccherate*; la prevalenza di consumo di bibite zuccherate ≥ 1 volta al giorno diminuisce sensibilmente con il crescere della scolarità della madre, da 60% per titolo di scuola elementare o media, a 44% per diploma di scuola superiore, a 33% per la laurea*.

Consumo di bevande gassate al giorno (%)



- Nella nostra regione solo il 78% dei bambini consuma meno di una volta al giorno o mai delle **bevande gassate**.
- Il 12% dei bambini assume bevande gassate una volta e il 10% più volte al giorno.
- Mentre non vi è differenza di genere, la prevalenza di consumo di bibite gassate almeno una volta al giorno diminuisce con il crescere della scolarità della madre, da 29% per titolo di scuola elementare o media, a 15% per diploma di scuola superiore, a 8% per la laurea*.

* $p < 0.05$

Per un confronto . . .

Prevalenza di bambini che...	Valore desiderabile per i bambini	Valore regionale 2008	Valore regionale 2010	Valore nazionale 2010
hanno assunto la colazione al mattino dell'indagine	100%	84%	88%	91%
hanno assunto una colazione adeguata il mattino dell'indagine	100%	56%	57%	61%
hanno assunto una merenda adeguata a metà mattina	100%	7%	19%	28%
assumono 5 porzioni di frutta e/o verdura giornaliere	100%	2%	4%	7%
assumono bibite zuccherate e/o gassate almeno una volta al giorno	0%	42%	55%	48%

Conclusioni

E' dimostrata l'associazione tra sovrappeso e obesità e stili alimentari errati. Nella nostra regione con la seconda raccolta dei dati, si conferma, rispetto al dato nazionale, la notevole diffusione fra i bambini di abitudini alimentari che non favoriscono una crescita armonica e sono fortemente predisponenti all'aumento di peso.

Ciò nonostante, rispetto alla situazione regionale del 2008, in Campania si apprezza un lieve tendenziale miglioramento relativamente all'abitudine alla colazione mattutina, dall'84% all'88%, e alla merenda adeguata di metà mattina, dal 7% al 19%. Il consumo giornaliero di 5 porzioni di frutta e/o verdura resta inalterato mentre si apprezza un sensibile peggioramento nel consumo di bibite gasate e/o zuccherate, dal 42% al 55%.

Oltre alla promozione del miglioramento degli stili di vita dell'intera famiglia, il sostegno da parte della scuola sembra essere indispensabile.

L'uso del tempo dei bambini: l'attività fisica

L'attività fisica è un fattore determinante per mantenere o migliorare la salute dell'individuo essendo in grado di ridurre il rischio di molte malattie cronico-degenerative. È universalmente accettato in ambito medico che un'adeguata attività fisica associata ad una corretta alimentazione possa prevenire il rischio di sovrappeso nei bambini. Si consiglia che i bambini facciano attività fisica moderata o intensa ogni giorno per almeno 1 ora. Questa attività non deve essere necessariamente continua ed include tutte le attività motorie quotidiane. La promozione dell'attività fisica è uno degli obiettivi del Piano Nazionale della Prevenzione e la sistematizzazione dell'attività motoria nelle scuole un obiettivo del Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca.

Quanti bambini sono fisicamente attivi?

La creazione delle condizioni che permettono ai bambini di essere attivi fisicamente dipende innanzitutto dalla comprensione di tale necessità da parte della famiglia e quindi da una buona collaborazione fra la scuola e la famiglia. Nel nostro studio, il bambino è considerato attivo se ha svolto almeno 1 ora di attività fisica il giorno precedente l'indagine (cioè, attività motoria a scuola e/o attività sportiva strutturata e/o ha giocato all'aperto nel pomeriggio). L'attività fisica è stata studiata quindi non come abitudine, ma solo in termini di prevalenza puntuale riferita al giorno precedente all'indagine.

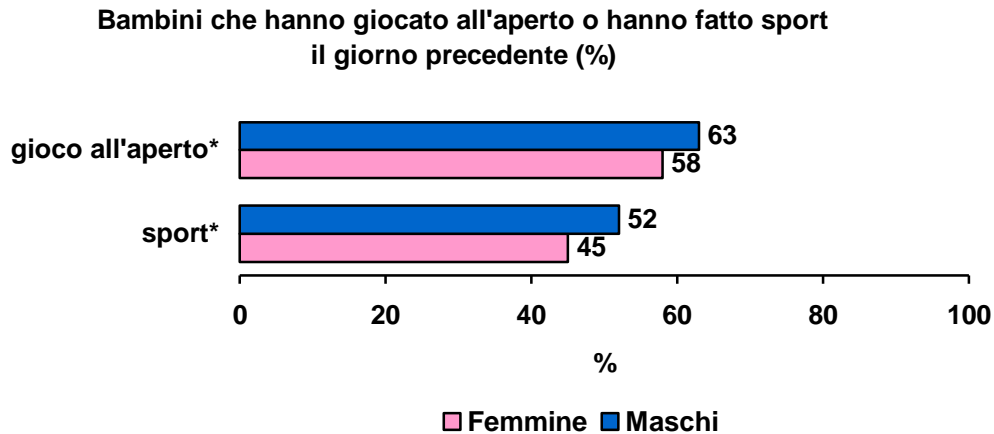
- Nel nostro studio l'80.5% dei bambini risulta attivo il giorno antecedente all'indagine.
- Solo il 25.2% tuttavia ha partecipato ad un'attività motoria curricolare a scuola nel giorno precedente (questo può dipendere dal fatto che il giorno precedente poteva non essere quello in cui era prevista l'ora curricolare).
- Non emergono differenze di genere o per zona geografica di residenza.

Attività fisica il giorno precedente l'indagine (%) Campania	
Caratteristiche	Attivi [#]
Sesso (N=3836)	
maschi	81
femmine	80
Zona geografica (N=3823)	
<10.000 abitanti	84
10.000-50.000	84
>50.000	75
metropolitana/perimetropolitana	78

[#] Il giorno precedente hanno svolto attività motoria a scuola e/o attività sportiva strutturata e/o hanno giocato all'aperto nel pomeriggio

I bambini giocano ancora all'aperto e fanno attività sportiva strutturata?

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.

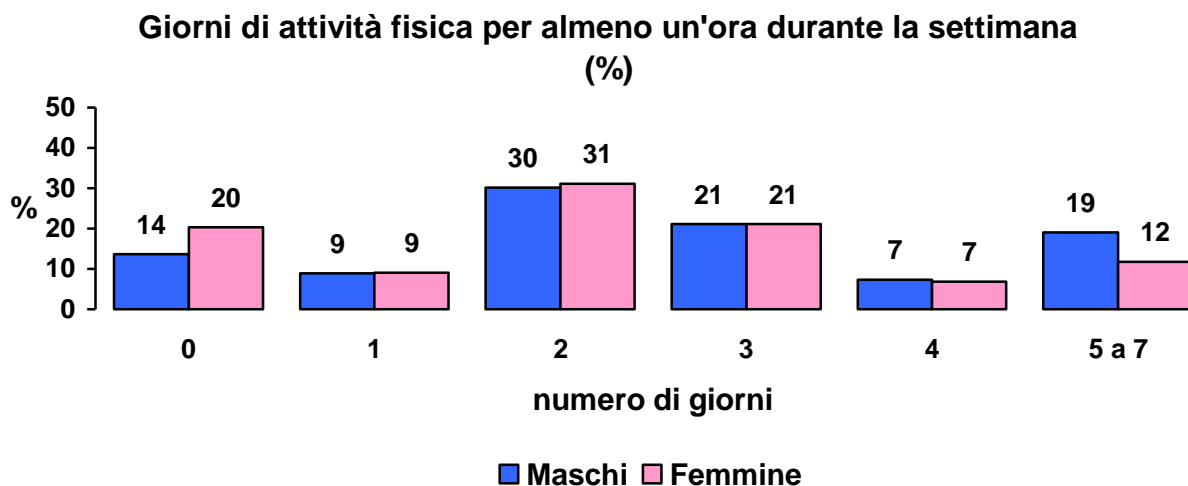


*p < 0,05

- Il 60% dei bambini ha giocato all'aperto il pomeriggio antecedente l'indagine.
- I maschi giocano all'aperto più delle femmine.
- Il 49% dei bambini ha fatto attività sportiva strutturata il pomeriggio antecedente l'indagine.
- I maschi praticano uno sport più spesso delle femmine.

Secondo i genitori, quanti giorni i bambini fanno attività fisica per almeno un'ora al giorno durante l'intera settimana?

Per stimare l'attività fisica dei bambini si può ricorrere all'informazione fornita dai genitori, ai quali si è chiesto quanti giorni, in una settimana normale, i bambini giocano all'aperto o fanno sport strutturato per almeno un'ora



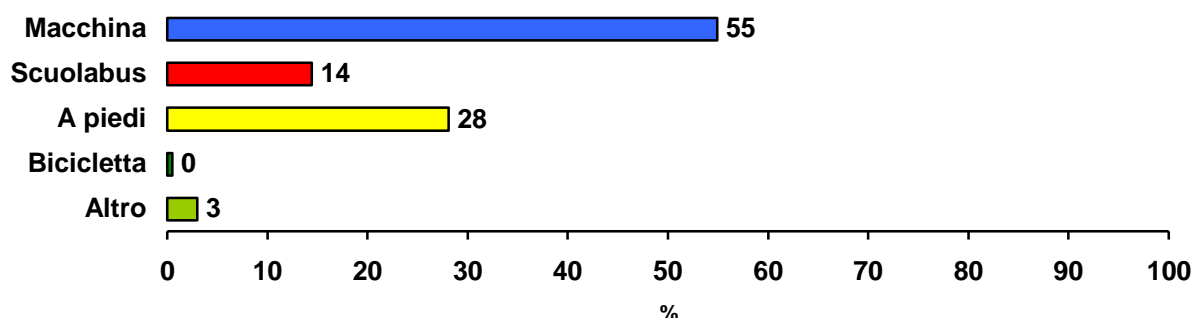
- Secondo i loro genitori, nella nostra regione, circa 3 bambini su 10 (31%) fanno un'ora di attività fisica per 2 giorni la settimana, il 17% neanche un giorno e solo il 16% da 5 a 7 giorni.
- I maschi fanno attività fisica più giorni delle femmine*.
- La zona di residenza è associata a una diversa frequenza di attività fisica da parte dei bambini: nelle aree con un popolazione inferiore a 50.000 abitanti, infatti, più frequentemente i bambini svolgono un'attività fisica quotidiana*.

* $p < 0,05$

Come si recano a scuola i bambini?

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

Modalità di raggiungimento della scuola (%)



- Il 28% dei bambini, nella mattina dell'indagine, ha riferito di essersi recato a scuola a piedi o in bici; invece, il 69% ha utilizzato un mezzo di trasporto pubblico o privato.
- Non si rilevano differenze per sesso, mentre emergono differenze associate alla zona geografica: nelle aree con < 10.000 abitanti, infatti, i bambini si recano a scuola meno frequentemente a piedi (19%) rispetto alle aree metropolitane/perimetropolitane in cui ciò avviene nel 35% dei casi*.

*p < 0,05

Per un confronto . . .

	Valore desiderato per i bambini	Valore regionale 2008	Valore regionale 2010	Valore nazionale 2010
Bambini definiti fisicamente attivi	100%	69%	80%	82%
Bambini che hanno giocato all'aperto il pomeriggio prima dell'indagine	100%	48%	60%	65%
Bambini che hanno svolto attività sportiva strutturata il pomeriggio prima dell'indagine	100%	39%	49%	46%
Bambini che svolgono attività fisica almeno un'ora al giorno per 5-7 giorni alla settimana	100%	8%	16%	16%

Conclusioni

I dati raccolti hanno evidenziato che i bambini della nostra regione non svolgono una soddisfacente attività fisica: si stima che 1 bambino su 5 risulta fisicamente inattivo. Meno di 2 bambini su 10 mostrano un livello di attività fisica pari a quello raccomandato per la loro età, anche per ragioni legate alla modalità di raggiungimento della scuola, alla scarsa propensione a praticare il gioco all'aperto e attività sportive strutturate.

Rispetto al 2008, considerando tutti i singoli indicatori riportati in tabella, si nota una tendenza al miglioramento, sebbene si ritiene sia necessaria una terza rilevazione per confermare tale dato. Relativamente all'ultimo indicatore riportato in tabella in particolare, ("Bambini che svolgono attività fisica almeno un'ora al giorno per 5-7 giorni alla settimana") l'incremento osservato potrebbe essere anche conseguenza della forma con cui è stata posta la domanda, leggermente diversa nell'indagine 2010 rispetto a quella del 2008.

Scuola e famiglia, dunque, sono chiamate a collaborare per la realizzazione di condizioni e di iniziative finalizzate a favorire la naturale predisposizione dei bambini a praticare l'attività fisica.

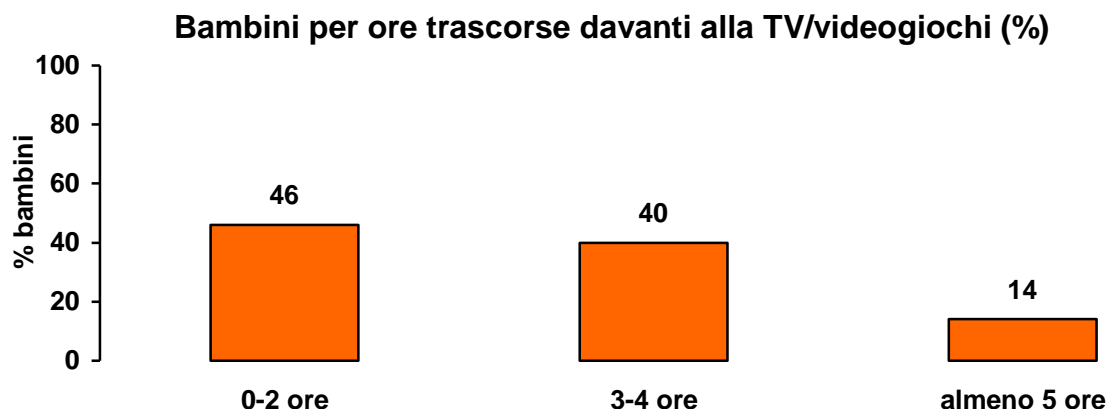
L'uso del tempo dei bambini: le attività sedentarie

La crescente disponibilità di televisori e di videogiochi, insieme con i profondi cambiamenti nella composizione e nella cultura della famiglia, ha contribuito ad aumentare il numero di ore trascorse in attività sedentarie. Pur costituendo un'opportunità di divertimento e talvolta di sviluppo del bambino, il momento della televisione si associa spesso all'assunzione di cibi fuori pasto che può contribuire al sovrappeso/obesità del bambino. Evidenze scientifiche mostrano che la diminuzione del tempo di esposizione alla televisione da parte dei bambini è associata a una riduzione del rischio di sovrappeso e dell'obesità a causa prevalentemente del mancato introito di calorie legati ai cibi assunti durante tali momenti.

Quante ore al giorno i bambini guardano la televisione o usano i videogiochi?

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.

I seguenti dati mostrano la somma del numero di ore che i bambini trascorrono a guardare la TV e/o a giocare con i videogiochi-computer in un normale giorno di scuola, secondo quanto dichiarato dai genitori. Questi dati possono essere sottostimati nella misura in cui la discontinua presenza parentale non permetta di verificare la durata effettiva del tempo passato dai bambini nelle diverse attività.



- Nella nostra regione, i genitori riferiscono che il 46% dei bambini guarda la TV o usa videogiochi da 0 a due 2 ore al giorno, mentre il 40% è esposto quotidianamente alla TV o ai videogiochi per 3 a 4 ore e il 14% per almeno 5 ore.
- L'esposizione a più di 2 ore di TV o videogiochi è significativamente più frequente tra i maschi (61% versus 47%*) e diminuisce sensibilmente con l'aumento del livello di istruzione della madre*.
- Complessivamente il 72% dei bambini ha un televisore nella propria camera.
- L'esposizione a più di 2 ore di TV al giorno è più alta tra i bambini che hanno una TV in camera (28% versus 23%*).
- Considerando separatamente il tempo eccedente le 2 ore trascorso guardando la TV e quello superiore alle 2 ore impiegato giocando con i videogiochi le prevalenze riscontrate sono: > 2 ore TV (27%); > 2 ore Videogiochi (6%).

*p < 0,05

Complessivamente, quanto spesso i bambini guardano la televisione o giocano con i videogiochi durante il giorno?

La televisione e i videogiochi rappresentano una parte importante dell'uso del tempo e delle attività sedentarie nella quotidianità dei bambini. Generalmente si ritiene che vi sia un rapporto fra le attività sedentarie e la tendenza verso il sovrappeso/obesità, per cui si raccomanda di controllare e limitare, quando necessario, la quantità di tempo che i bambini trascorrono davanti alla televisione o ai videogiochi.

- Nella nostra regione il 47% dei bambini ha guardato la TV prima di andare a scuola, mentre l'85% dei bambini ha guardato la televisione o ha utilizzato videogiochi al pomeriggio e l'83% alla sera.
- Solo il 4% dei bambini non ha guardato la TV o utilizzato i videogiochi nelle 24 ore antecedenti l'indagine mentre il 15% in un periodo della giornata, il 42% in due periodi e il 39% ne ha fatto uso durante la mattina il pomeriggio e la sera.
- L'esposizione a tre momenti di utilizzo di TV e/o videogiochi è più frequente tra i maschi (44% versus 34%)* e diminuisce con l'aumento del livello di istruzione della madre*.

*p < 0,05

Per un confronto . . .

	Valore desiderabile per i bambini	Valore regionale 2008	Valore regionale 2010	Valore nazionale 2010
Bambini che trascorrono al televisore o ai videogiochi più di 2 ore al giorno	0%	62%	54%	38%
Bambini con televisore in camera	0%	73%	72%	46%

Conclusioni

Nella nostra regione sono molto diffuse tra i bambini le attività sedentarie, come il trascorrere molto tempo a guardare la televisione e giocare con i videogiochi.

Rispetto alle raccomandazioni, molti bambini eccedono ampiamente nell'uso della TV e dei videogiochi, in particolare nel pomeriggio, quando potrebbero dedicarsi ad altre attività più salutari, come i giochi di movimento o lo sport o attività relazionali con i coetanei.

Queste attività sedentarie sono sicuramente favorite dal fatto che 3 bambini su 4 dispongono di un televisore nella propria camera. Tutti questi fattori fanno sì che solo 1 bambino su 2, di fatto, ottemperi alle raccomandazioni sul tempo da dedicare alla televisione o ai videogiochi (meno di 2 ore al giorno di TV o videogiochi).

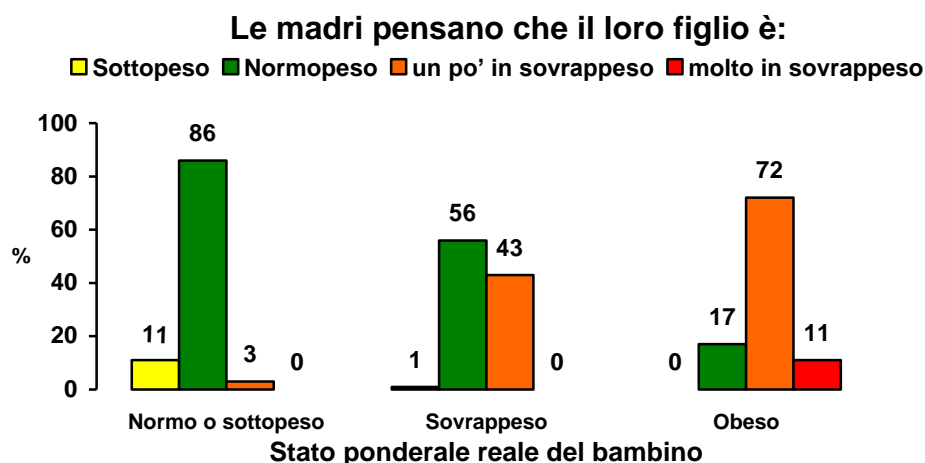
Pur persistendo una sostanziale differenza tra la situazione campana e quella nazionale e pur restando invariata, tra il 2008 e il 2010, la percentuale di bambini che hanno la TV nella propria camera, la presente rilevazione mostra, rispetto al 2008, una tendenza alla riduzione della percentuale, dal 62% al 54%, dei bambini campani che trascorre davanti ad uno schermo (TV o videogiochi) > 2 ore. Anche a livello nazionale si è costatata una tale riduzione pari a circa il 10%.

La percezione delle madri sulla situazione nutrizionale e sull'attività fisica dei bambini

Un primo passo verso il cambiamento è costituito dall'acquisizione della consapevolezza di un problema. In realtà, la cognizione che comportamenti alimentari inadeguati e stili di vita sedentari siano causa del sovrappeso/obesità tarda a diffondersi nella collettività. A questo fenomeno si aggiunge la mancanza di consapevolezza da parte delle madri dello stato di sovrappeso/obesità del proprio figlio e del fatto che il bambino mangi troppo o si muova poco. Di fronte a tale situazione, la probabilità di riuscita delle misure preventive e correttive risulta essere limitata.

Qual è la percezione della madre rispetto allo stato ponderale del proprio figlio?

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 erroneamente percepiti come normopeso.

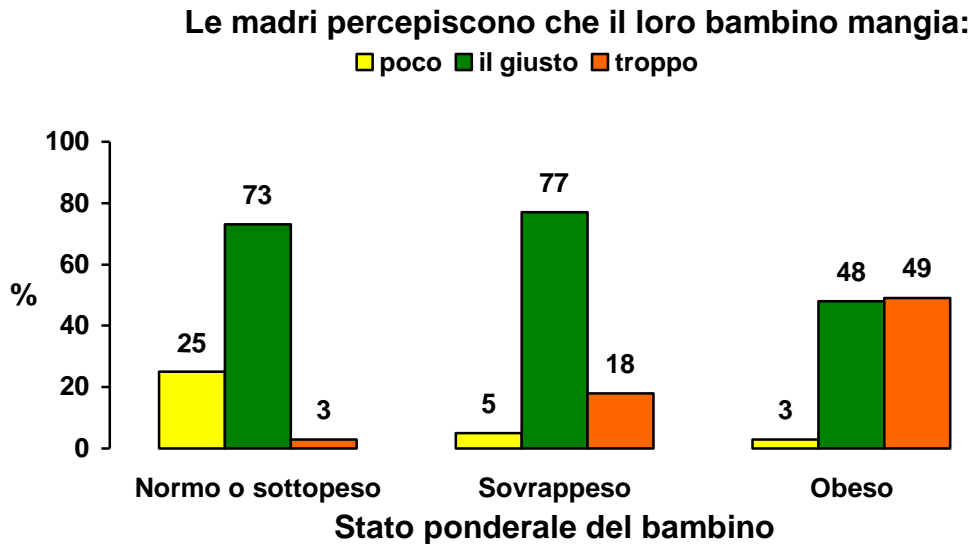


- Nella nostra regione ben il 57 % delle madri di bambini sovrappeso e il 17 % delle madri di bambini obesi ritiene che il proprio bambino sia normopeso o sottopeso.
- I genitori dei bambini obesi, inoltre, ritengono nel 72% dei casi che il proprio figlio sia soltanto sovrappeso.
- Nelle famiglie con bambini in sovrappeso, la percezione non cambia in rapporto al sesso del bambino.
- La percezione, in particolare del sovrappeso, è tanto più accurata quanto maggiore è la scolarità della madre*.

* $p < 0,05$

Qual è la percezione della madre rispetto alla quantità di cibo assunta dal proprio figlio?

La percezione della quantità di cibo assunto dai propri figli può anche influenzare la probabilità di operare cambiamenti positivi. Anche se vi sono molti altri fattori determinanti di sovrappeso e obesità, l'eccessiva assunzione di cibo può contribuire al problema.



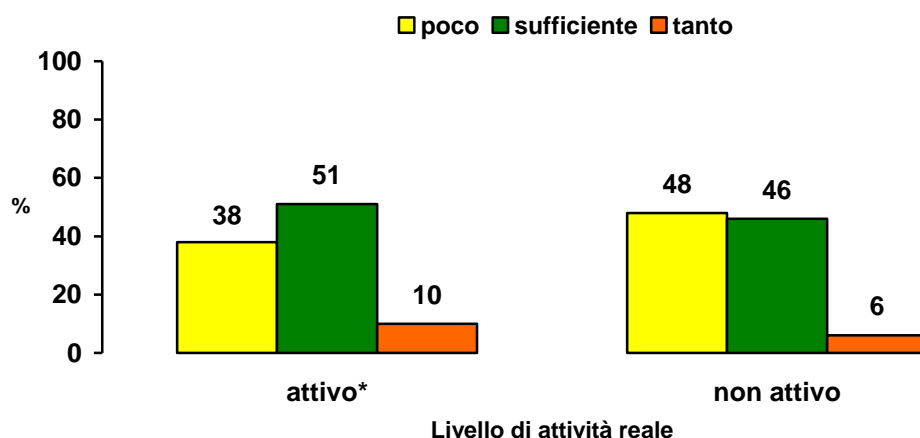
- Solo il 18% delle madri di bambini sovrappeso e il 49% di bambini obesi ritiene che il proprio bambino mangi troppo.
- Considerando i bambini in sovrappeso e obesi insieme, è stata constatata una differenza per sesso del bambino: quando il figlio è maschio, infatti, le madri percepiscono più frequentemente l'eccesso di cibo assunto*. Nessuna differenza relativa all'istruzione della madre viene rilevata.

* $p < 0,05$

Qual è la percezione della madre rispetto all'attività fisica svolta dal proprio figlio?

Sebbene molti genitori incoraggino i loro figli ad impegnarsi in attività fisica e nello sport organizzato, alcuni possono non essere a conoscenza delle raccomandazioni che i bambini facciano almeno un'ora di attività fisica ogni giorno. Anche se l'attività fisica è difficile da misurare, un genitore che ritenga che il proprio bambino sia attivo, mentre in realtà non si impegna in nessuno sport o gioco all'aperto e non ha partecipato a un'attività motoria scolastica nel giorno precedente, ha quasi certamente una percezione sbagliata del livello di attività fisica del proprio figlio.

Le madri percepiscono che l'attività fisica che fa il loro bambino è



*- attivo: nelle ultime 24 ore ha fatto sport, ha giocato all'aperto o ha partecipato all'attività motoria a scuola
 - non attivo: nelle ultime 24 ore non ha svolto nessuna delle 3 attività

- All'interno del gruppo di bambini non attivi, il 46% delle madri ritiene che il proprio figlio svolga sufficiente attività fisica e il 6% molta attività fisica.
- Limitatamente ai non attivi non è stata constatata nessuna differenza per sesso dei bambini o livello scolastico della madre.

Per un confronto . . .

Madri che percepiscono...	Valore desiderabile	Valore regionale 2008	Valore regionale 2010	Valore nazionale 2010
in modo adeguato* lo stato ponderale del proprio figlio quando questo è sovrappeso	100%	42%	43%	52%
in modo adeguato* lo stato ponderale del proprio figlio quando questo è obeso	100%	88%	83%	89%
l'assunzione di cibo del proprio figlio come "poco o giusto", quando questo è sovrappeso o obeso	da ridurre	68%	69%	70%
l'attività fisica del proprio figlio come scarsa, quando questo risulta inattivo	da aumentare	57%	48%	43%

* Adeguato = un po' in sovrappeso/molto in sovrappeso

Conclusioni

Nella nostra regione è abbastanza comune, tra le madri di bambini con sovrappeso/obesità (in 4 madri su 10), una sottostima dello stato ponderale del proprio figlio. Inoltre molti genitori, in particolare di bambini sovrappeso/obesi, sembrano non valutare correttamente la quantità di cibo assunta dai propri figli. La situazione è simile per la percezione delle madri del livello di attività fisica dei propri figli: solo 1 genitore su 2 ha una percezione che sembra coincidere con la situazione reale.

Rispetto al 2008 non si apprezzano variazioni di rilievo, tranne un apparente peggioramento nella percezione della scarsa attività fisica del proprio figlio da parte dei genitori di bambini "inattivi".

L'ambiente scolastico e il suo ruolo nella promozione di una sana alimentazione e dell'attività fisica

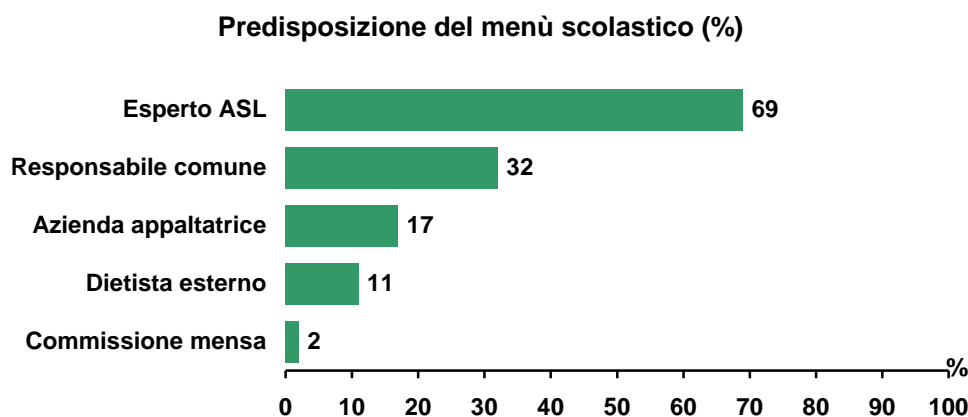
E' dimostrato che la scuola può giocare un ruolo fondamentale nel migliorare lo stato ponderale dei bambini sia creando condizioni favorevoli per una corretta alimentazione e per lo svolgimento dell'attività motoria strutturata che promuovendo, attraverso l'educazione, abitudini alimentari adeguate.

La scuola rappresenta, inoltre, l'ambiente ideale per seguire nel tempo l'evoluzione della situazione nutrizionale dei bambini e per creare occasioni di comunicazione con le famiglie, al fine di coinvolgerle maggiormente nelle iniziative di promozione di una sana alimentazione e dell'attività fisica dei bambini.

1. La partecipazione della scuola all'alimentazione dei bambini

Quante scuole sono dotate di mensa e quali sono le loro modalità di funzionamento?

Quando gestite secondo criteri nutrizionali basati sulle evidenze scientifiche e se frequentate dalla maggior parte degli alunni, le mense possono avere una ricaduta diretta nell'offrire ai bambini dei pasti qualitativamente e quantitativamente equilibrati che favoriscano un'alimentazione adeguata e contribuiscano alla prevenzione del sovrappeso/obesità.



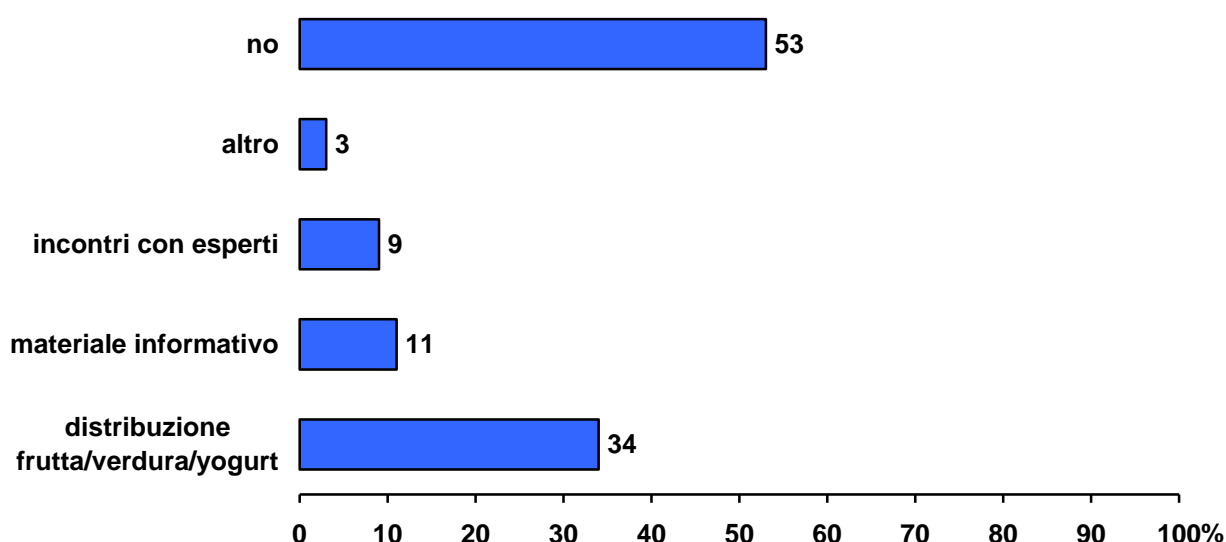
- Nella nostra regione il 39% delle scuole, ha una mensa scolastica funzionante.
- Nelle scuole dotate di una mensa, il 47% di esse sono aperte almeno 5 giorni la settimana.
- La mensa viene utilizzata mediamente dal 68% dei bambini.
- La definizione del menù scolastico è più frequentemente stabilita da un esperto dell'ASL, seguito dal responsabile comunale e da un'azienda appaltatrice.
- Secondo il giudizio dei dirigenti scolastici l'82% delle mense risulta essere adeguato per i bisogni dei bambini.

È prevista la distribuzione di alimenti all'interno della scuola?

Negli ultimi anni sempre più scuole hanno avviato distribuzioni di alimenti allo scopo di integrare e migliorare l'alimentazione dei propri alunni. In alcune di queste esperienze viene associato anche l'obiettivo dimostrativo ed educativo degli alunni.

- Nella nostra regione, le **scuole** che distribuiscono ai bambini frutta o latte o yogurt, nel corso della giornata, sono il 30%.
- In tali **scuole**, la distribuzione si effettua nel 91% dei casi a metà mattina e nel 7% dei casi al momento della colazione mattutina.
- In questo anno scolastico il 34% delle **classi** ha partecipato alla distribuzione di frutta, verdura o yogurt come spuntino.
- L' 11% delle **classi** ha ricevuto materiale informativo
- Il 9% delle **classi** ha organizzato incontri con esperti esterni alla scuola

Promozione del consumo di alimenti sani con Enti e associazioni (%)



Sono segnalati dei distributori automatici?

Lo sviluppo di sovrappeso e obesità nei bimbi può essere favorito dalla presenza nelle scuole di distributori automatici di merendine o bevande zuccherate di libero accesso agli alunni.

- I distributori automatici di alimenti sono presenti nel 31% delle scuole; il 10% è accessibile sia agli adulti che ai bambini.
- All'interno del gruppo di scuole con distributori automatici, il 57% mette a disposizione succhi di frutta, il 10% yogurt e l'8% frutta fresca.
- L' 89% dei distributori fornisce bevande calde, il 76% acqua, il 60% merendine e snack e il 48% bibite zuccherate.

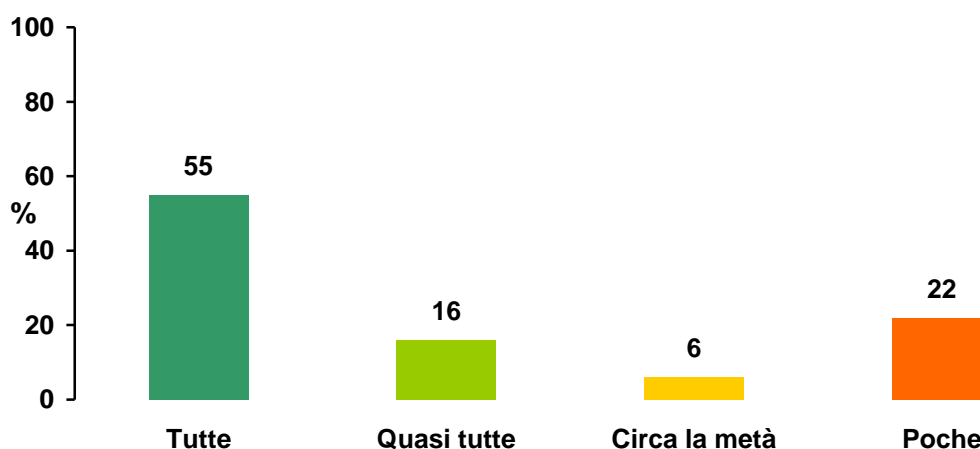
2. La partecipazione della scuola all'attività motoria dei bambini

Quante scuole riescono a far fare le 2 ore di attività motoria raccomandate ai propri alunni e quali sono gli ostacoli osservati?

Il curriculum scolastico raccomanda 2 ore settimanali di attività motoria per i bambini delle scuole elementari, di cui soltanto un'ora/settimana è obbligatoria.

Non sempre l'attività è svolta quantitativamente e qualitativamente in accordo al curriculum.

Scuole in rapporto alla quantità di classi che fanno le 2 ore di attività motoria curriculare (%)

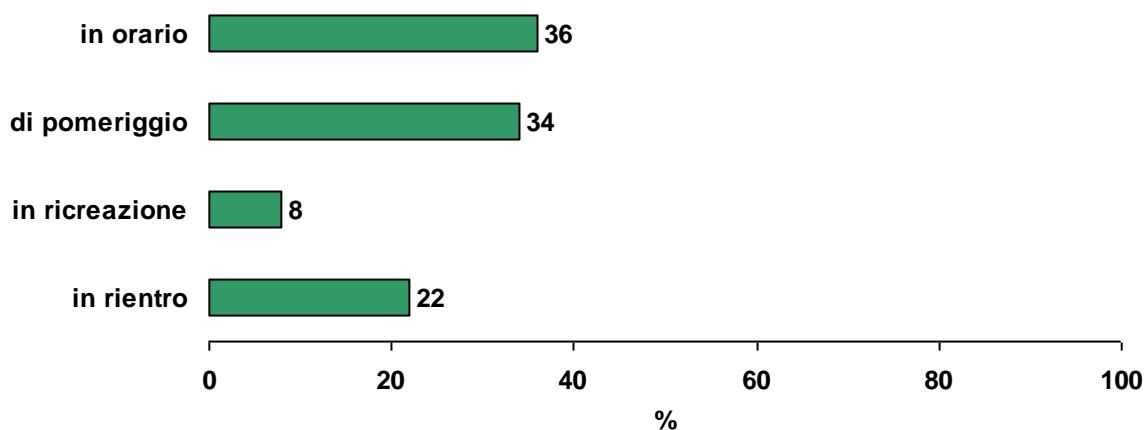


- Poco più di una scuola su due dichiara che tutte le classi svolgono normalmente le 2 ore di attività motoria; nel 6% e nel 22% dei casi, invece, viene riferito che tale attività viene svolta, rispettivamente, nella metà delle scuole o in una piccola parte di esse.
- Le ragioni principalmente addotte a spiegazione del mancato svolgimento dell'attività motoria curriculare includono struttura dell'orario scolastico (20%), mancanza di una palestra (46%), mancanza di un insegnante (7%) insufficienza della palestra (7%), mancanza o inagibilità di spazi esterni (25%) e scelta del docente (19%).

Le scuole offrono opportunità di praticare attività motoria oltre quella curricolare all'interno della struttura scolastica?

L'opportunità offerta dalla scuola ai propri alunni di fare attività motoria extra-curricolare potrebbe avere un effetto benefico, oltre che sulla salute dei bambini, anche sulla loro abitudine a privilegiare l'attività motoria.

Momento dell'offerta attività motoria extracurricolare (%)



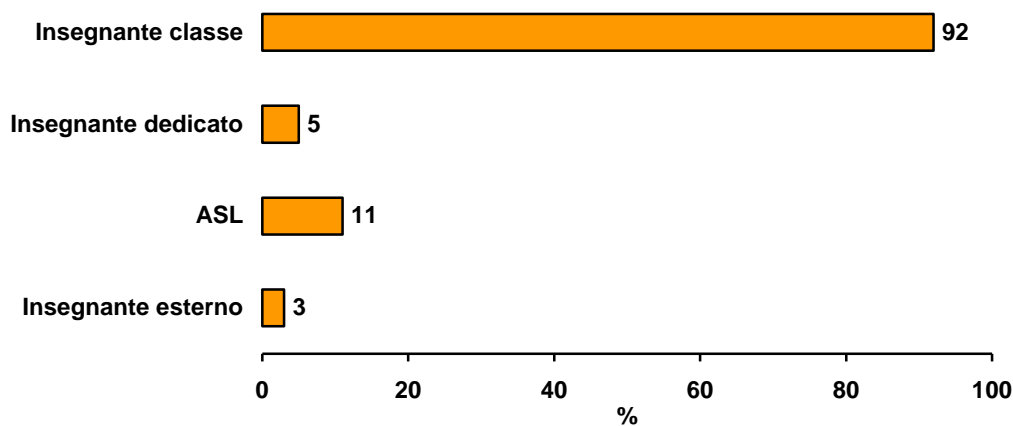
- Le scuole che offrono agli alunni la possibilità di effettuare all'interno della scuola occasioni di attività motoria extra-curricolare, ossia oltre le 2 ore raccomandate, sono il 53%.
- Laddove offerta, l'attività motoria viene svolta più frequentemente durante l'orario scolastico, nel pomeriggio e nel corso del rientro pomeridiano.
- Queste attività si svolgono più frequentemente in uno o più dei seguenti luoghi: palestra (61%), nel giardino (42%), corridoio (12%), aula (9%), in piscina (6%), in altra struttura sportiva (14%).

3. Il miglioramento delle attività curricolari a favore dell'alimentazione e dell'attività motoria dei bambini

Quante scuole prevedono nel loro curriculum la formazione sui temi della nutrizione?

In molte scuole del Paese sono in atto iniziative di miglioramento del curriculum formativo scolastico a favore della sana alimentazione dei bambini

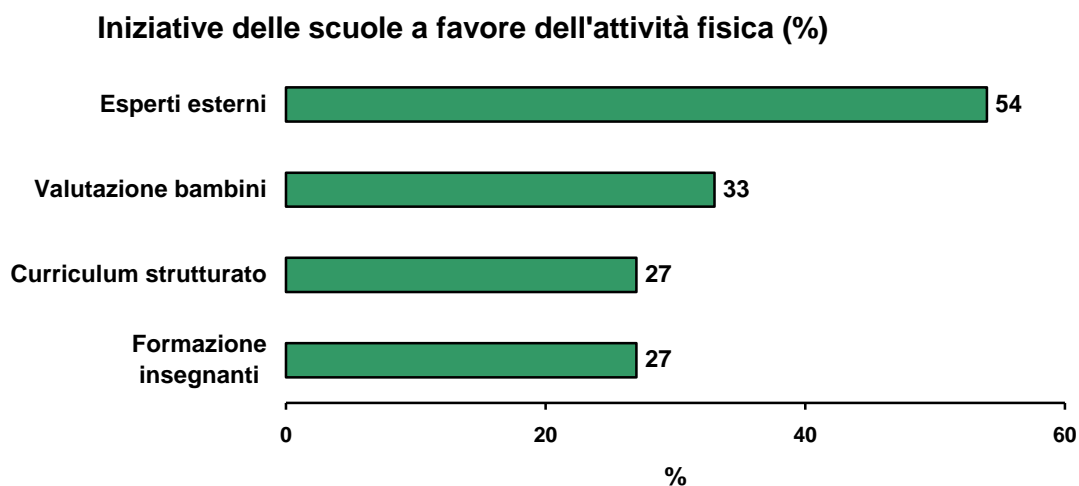
Figure professionali coinvolte nell'attività curricolare nutrizionale (%)



- L'attività curricolare nutrizionale è prevista dall' 85% delle scuole campionate nella nostra regione.
- In tali scuole, la figura più frequentemente coinvolta è l'insegnante di classe. Molto meno comune è il coinvolgimento di altri insegnanti o della ASL.

Quante scuole prevedono il rafforzamento del curriculum formativo sull'attività motoria?

Il Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca ha avviato iniziative per il miglioramento della qualità dell'attività motoria svolta nelle scuole primarie; è interessante capire in che misura la scuola è riuscita a recepire tale iniziativa.

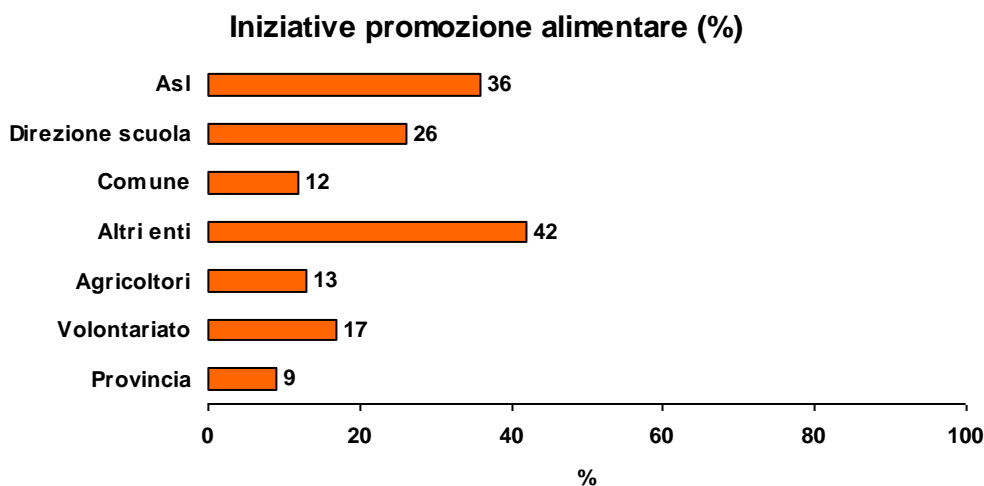


- Nel nostro campione, l' 80% delle scuole ha cominciato a realizzare almeno un'attività.
- In tali attività, viene più frequentemente coinvolto un esperto esterno, meno comuni sono la valutazione delle abilità motorie dei bambini, lo sviluppo di un curriculum strutturato, e la formazione degli insegnanti.

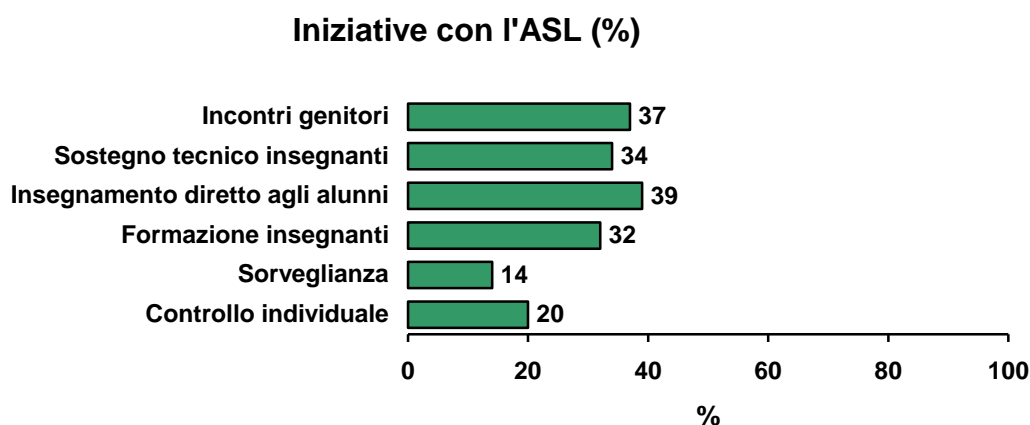
4. Le attività di promozione dell'alimentazione e dell'attività fisica dei bambini

Nella scuola sono attive iniziative finalizzate alla promozione di sane abitudini alimentari realizzate da/con altri Enti o Associazioni?

Nella scuola sono in atto numerose iniziative miranti a coinvolgere le famiglie dei bambini, anche grazie alla collaborazione con altri enti.



- Per l'anno scolastico 2009/10, il 70% delle scuole del nostro campione ha partecipato ad ulteriori iniziative di educazione nutrizionale rivolta ai bambini.
- In particolare gli enti e le associazioni che hanno collaborato sono prevalentemente le Asl, la direzione scolastica/insegnanti, altri Enti, il comune, il Volontariato e le Associazioni di agricoltori/allevatori.



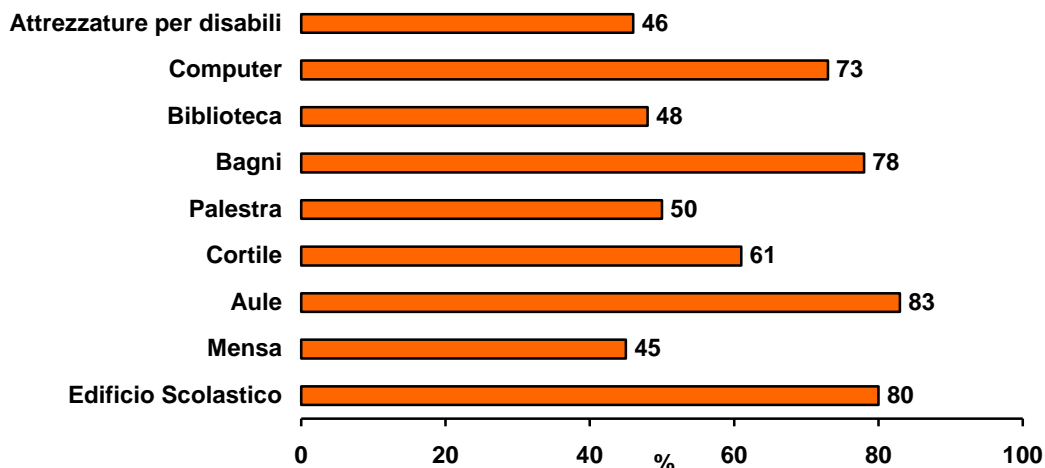
- I Servizi Sanitari della ASL costituiscono un partner privilegiato e sono coinvolti nella realizzazione di programmi di educazione nutrizionale nel 36% delle scuole e nella promozione dell'attività fisica nel 4% delle scuole.
- Tale collaborazione si realizza più frequentemente attraverso l'insegnamento diretto agli alunni, gli incontri con i genitori, il sostegno tecnico agli insegnanti o la loro formazione. Nel 20% dei casi persiste il controllo individuale dei bambini da parte del personale sanitario.

5. Risorse a disposizione della scuola

Nella scuola o nelle sue vicinanze sono presenti strutture utilizzabili dagli alunni?

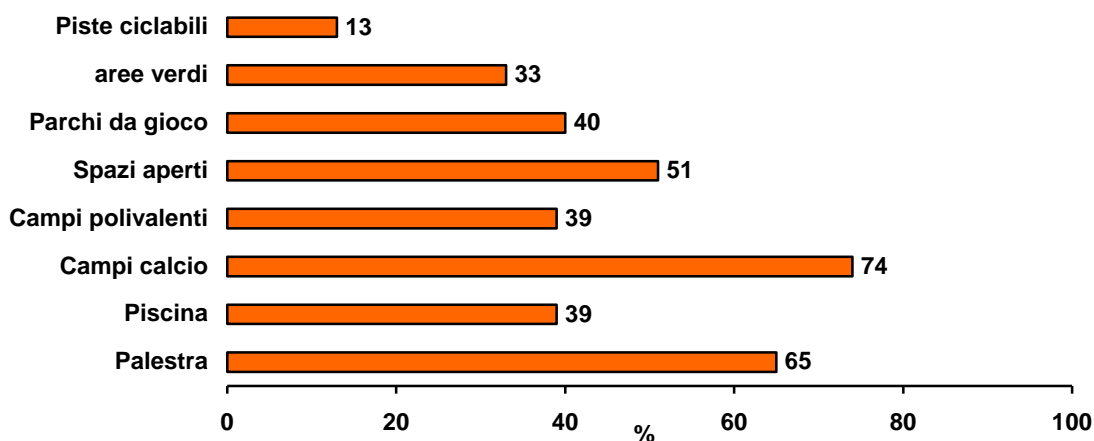
Per poter svolgere un ruolo nella promozione della salute dei bambini, la scuola necessita di risorse adeguate nel proprio plesso e nel territorio.

Risorse adeguate presenti nel plesso (%)



- Il 78% delle scuole possiede dei servizi igienici adeguati e il 46% ha le attrezzature per disabili.
- Sono meno adeguate la mensa, la palestra e la biblioteca.

Risorse presenti nel plesso o nelle vicinanze (%)



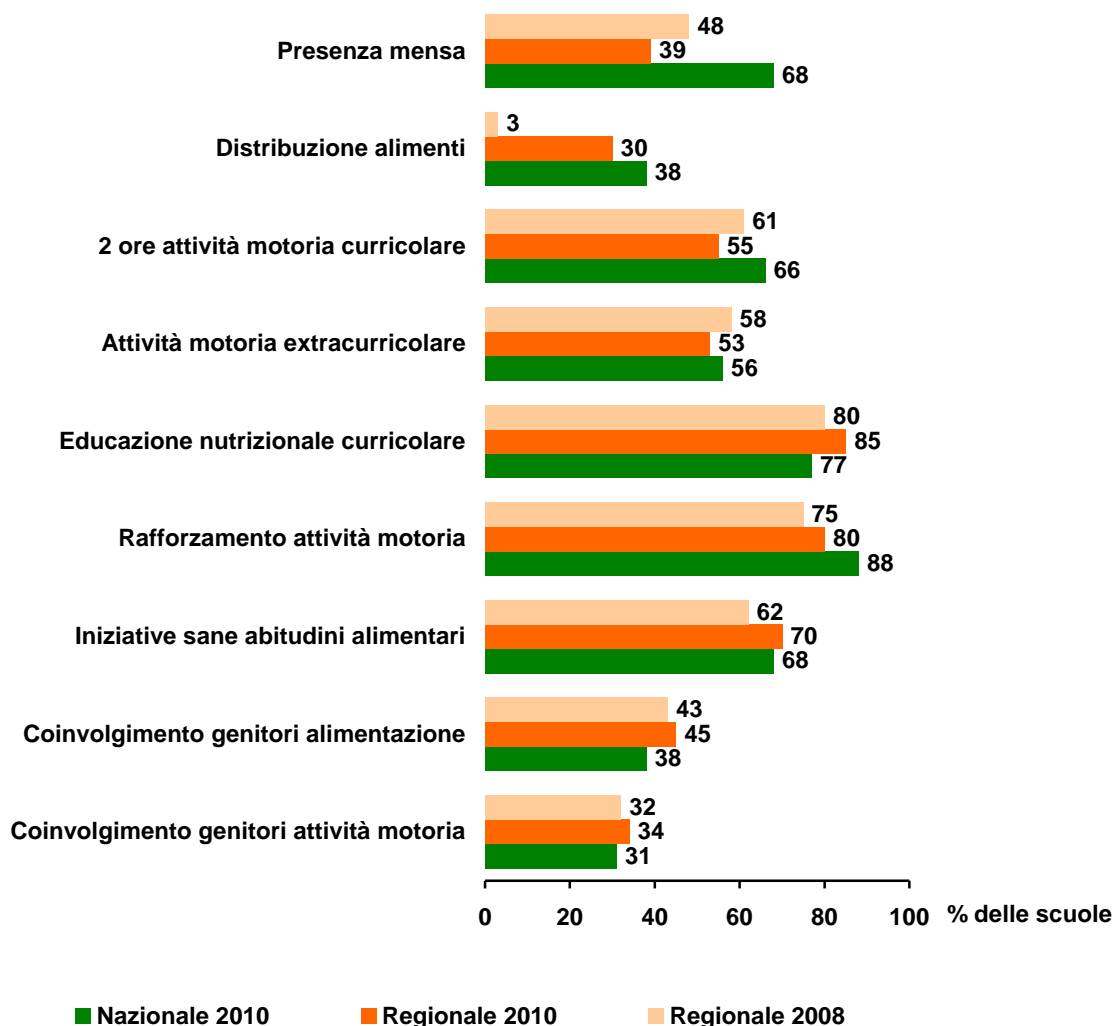
- Il 65% delle scuole ha la palestra nelle vicinanze o all'interno della propria struttura.
- Sono presenti nelle vicinanze dell'edificio scolastico spazi aperti (51%) e campi da calcio (74%).
- Risultano poco presenti i piste ciclabili (13%), aree verdi (33%) e i campi polivalenti (39%).

6. Coinvolgimento delle famiglie

In quante scuole si constata un coinvolgimento attivo dei genitori nelle iniziative di promozione di stili di vita sani?

Le iniziative rivolte alla promozione di una sana abitudine alimentare nei bambini vedono il coinvolgimento attivo della famiglia nel 45% e quelle rivolte alla promozione dell'attività motoria nel 34% delle scuole campionate nello studio.

Il "barometro": pochi indicatori per una sintesi a colpo d'occhio dei progressi nella scuola



Conclusioni

Gli interventi di prevenzione, per essere efficaci, devono prevedere il coinvolgimento della scuola e della famiglia attraverso programmi integrati, che coinvolgano cioè diversi settori e ambiti sociali, e multi-componenti, che mirino ad aspetti diversi della salute del bambino, quali alimentazione, attività fisica, prevenzione di fattori di rischio legati all'età, con l'obiettivo generale di promuovere l'adozione di stili di vita più sani. Le caratteristiche degli ambienti scolastici, soprattutto sotto il profilo delle condizioni favorevoli o meno alla sana alimentazione e al movimento, sono stati per anni poco conosciuti: OKkio alla SALUTE ha permesso di acquisire maggiori informazioni in proposito e di porre le basi per un monitoraggio prospettico di un auspicabile miglioramento della situazione attuale.

Rispetto al 2008 si registrano piccoli cambiamenti che, speriamo, possano aumentare nei prossimi anni. In particolare, dal punto di vista nutrizionale si registra un lieve aumento delle iniziative curricolari di educazione alla corretta alimentazione mentre si è assistito ad un deciso incremento della distribuzione di alimenti salutari, probabilmente associato ad altri progetti nazionali finalizzati alla distribuzione di frutta e verdura nelle scuole. Relativamente all'attività motoria non sembra esserci stato un sensibile miglioramento. Preoccupante è, invece, la riduzione delle scuole con annessa la mensa scolastica, condizione verosimilmente associata alla ben nota riduzione delle risorse in forza alle scuole verificatasi negli ultimi tempi.

Distribuzione dei principali indicatori nelle singole asl della regione, in Campania e in Italia: confronto tra i risultati delle indagini 2008 e 2010

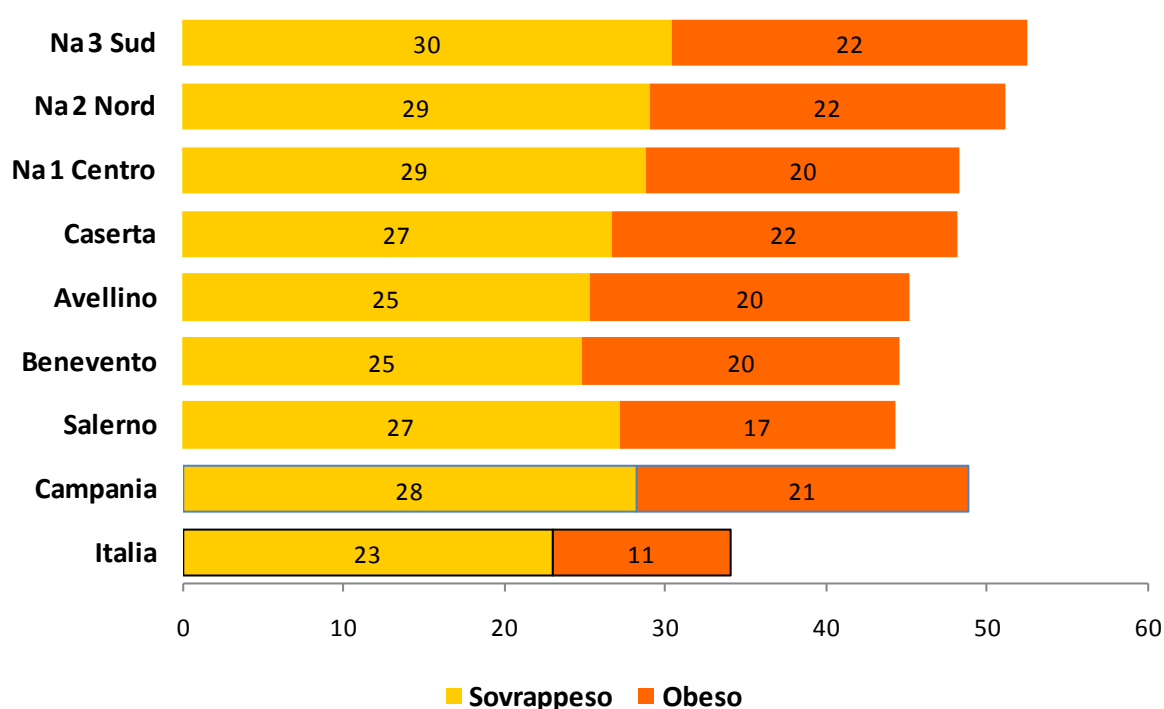
Le differenze, talvolta rilevanti, che emergono dal confronto dei risultati campionari delle asl della Campania vanno interpretate con cautela. Tali differenze, quando realmente presenti anche tra le popolazioni di riferimento, possono essere attribuibili a due principali gruppi di condizioni: diversa concentrazione dei fattori di rischio tra le asl (condizioni socio-culturali ed economiche, contesto ambientale e urbano, familiarità); esistenza ed efficacia delle strategie di contrasto. L'obiettivo principale del presente capitolo è quello di stimolare la riflessione sulla situazione attuale e, soprattutto, sulle possibili strategie di intervento da ideare e/o migliorare e/o realizzare e/o valutare.

Sovrappeso e obesità

La Campania mostra la prevalenza di sovrappeso e obesità (S-O) più alta del Paese: 1 bambino su 2 ha un eccesso di peso. All'interno della regione le asl maggiormente interessate dall'eccesso ponderale sono quelle che includono le città e le province di Napoli e Caserta che, come il profilo di Comunità della regione ha recentemente mostrato, sono caratterizzate da un'altra prevalenza di fattori di rischio socio-economici e ambientali. Se da un lato tale situazione "giustifica" un eccesso di S-O, dall'altro può rappresentare un pressante invito per i decisori a investire risorse adeguate per promuovere le necessarie strategie di contrasto.

La figura che segue riporta le prevalenze di S-O relative alle singole asl campane, alla regione nel suo complesso e all'Italia. In particolare, all'interno di valori tutti sensibilmente superiori a quello medio nazionale, si apprezza la differenza della prevalenza di S-O: nella asl Na 3 Sud, ad esempio, la prevalenza è superiore di 8 punti percentuali rispetto alla Asl Salerno

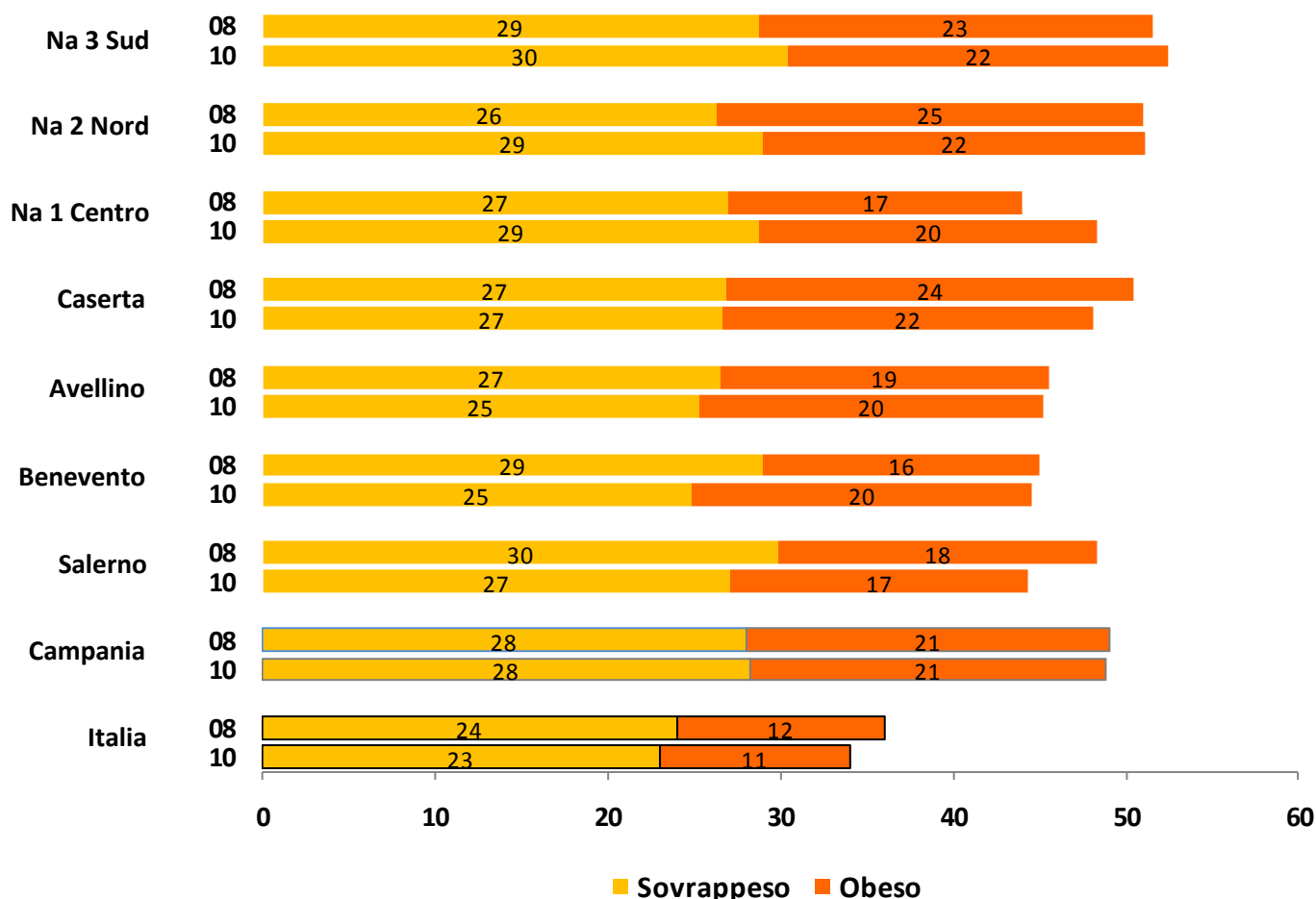
Prevalenza di sovrappeso e obesità: Asl, Campania, Italia (%)
OKkio alla Salute 2010



Le due indagini di OKkio 2008 e 2010 consentono un confronto temporale tra i dati relativi sia alla regione che alle singole asl. Le differenze rilevate tra il 2008 e il 2010, considerata la dimensione campionaria dell'indagine, vanno interpretate con cautela, soprattutto quando sono su piccola entità: se le tendenze osservate dovessero però confermarsi anche con la terza rilevazione, programmata per l'anno 2012, ciò rappresenterebbe un elemento importante per interpretazioni più chiare del dato.

La figura che segue riporta i dati di prevalenza di S-O per gli anni 2008 e 2010, relativi alle singole asl, alla Campania e all'Italia. In generale si nota una sostanziale stabilità della situazione tranne che in due casi: nella asl Na 1 Centro si apprezza un aumento di 5 punti percentuali della prevalenza di S-O, di cui 2 punti dovuti al sovrappeso e 3 all'obesità, in netta controtendenza rispetto al dato regionale complessivo; nella asl di Salerno, invece, si nota una riduzione di 4 punti percentuali, di cui 3 dovuti al sovrappeso e 1 all'obesità.

Prevalenza di sovrappeso e obesità: Asl, Campania, Italia (%)
OKkio alla Salute 2008 - 2010

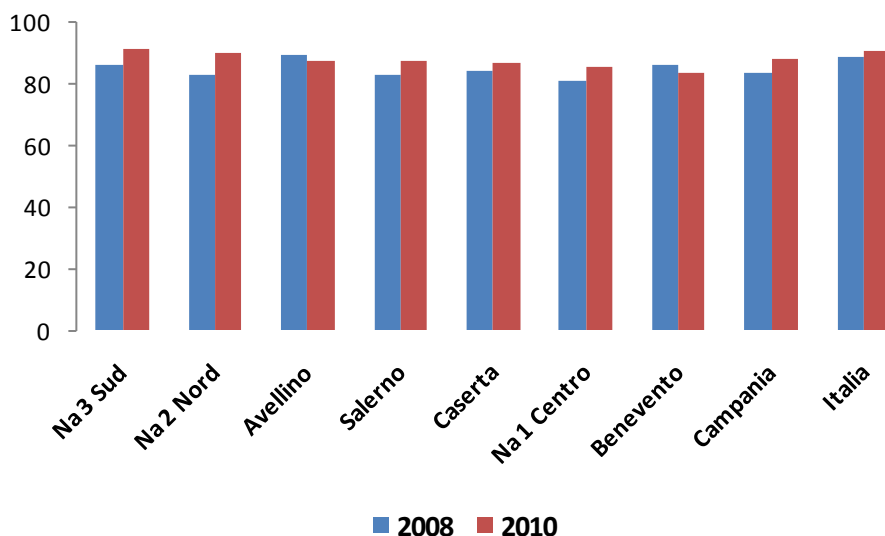


Abitudini alimentari

Seguono alcune figure in cui sono riportati i principali indicatori relativi agli stili di vita associati all'eccesso ponderale riguardanti, in particolare, alimentazione, sedentarietà e attività fisica.

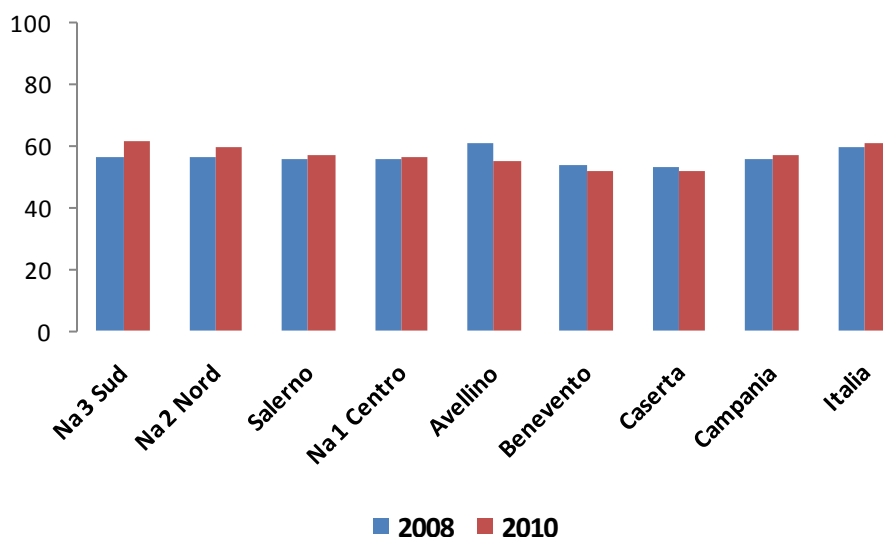
Fare la prima colazione rappresenta un fattore protettivo verso lo sviluppo del S-O. La tabella seguente ne riporta i dati: si apprezza una leggera tendenza al miglioramento, soprattutto nelle asl in cui si partiva da livelli più sfavorevoli rilevati nel 2008, in coerenza con quanto si è verificato anche a livello nazionale

Bambini che hanno fatto la prima colazione: Asl, Campania, Italia (%)
OKkio alla Salute 2008-2010



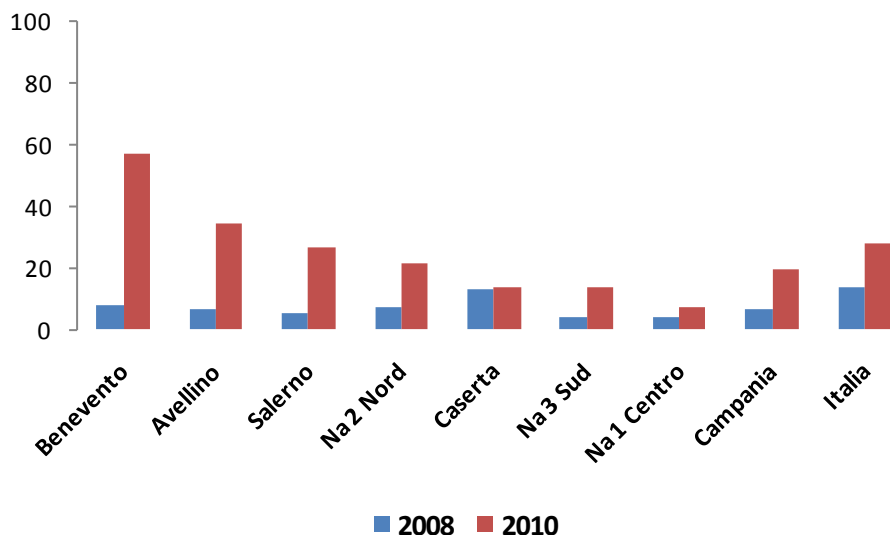
Fare la prima colazione è un comportamento salutare, ma sarebbe ancora più utile che essa fosse adeguata dal punto di vista nutrizionale: la figura che segue ci restituisce una situazione certamente migliorabile: poco più di 1 bambino su 2 fa una prima colazione adeguata e, tranne che nelle Asl della provincia di Napoli, la situazione sembra essere abbastanza stazionaria.

Bambini che hanno fatto una prima colazione adeguata: Asl, Campania, Italia (%)
OKkio alla Salute 2008-2010



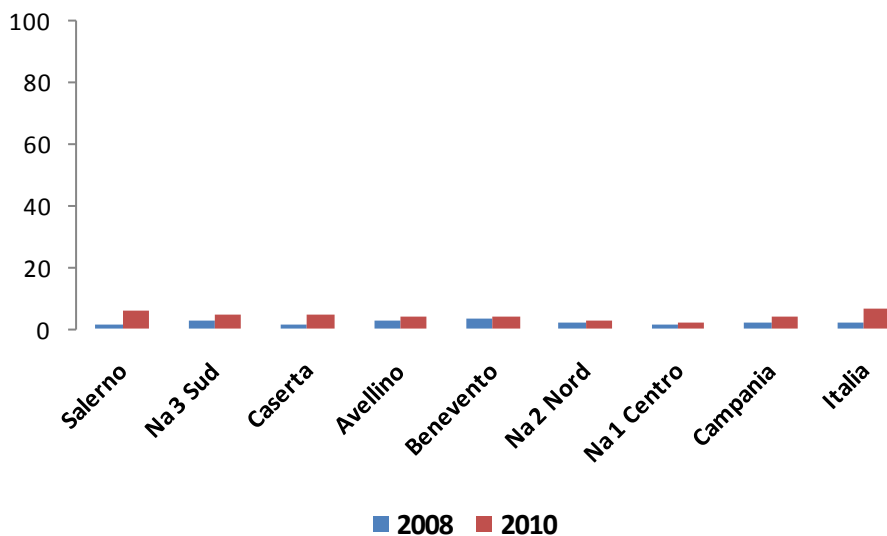
Il miglioramento nell'adeguatezza (qualità e quantità) della merenda di metà mattina è certamente un dato di fatto positivo nella nostra regione che, speriamo, possa mantenere il trend nella prossima rilevazione del 2012. In particolare le asl di Benevento, Avellino e Salerno, in linea con il miglioramento osservato a livello nazionale, hanno mostrato un sensibile progresso, verosimilmente associato a interventi adeguati. La prossima figura ne riporta i dati.

**Bambini che hanno fatto una merenda adeguata:
Asl, Campania, Italia (%)
OKkio alla Salute 2008-2010**



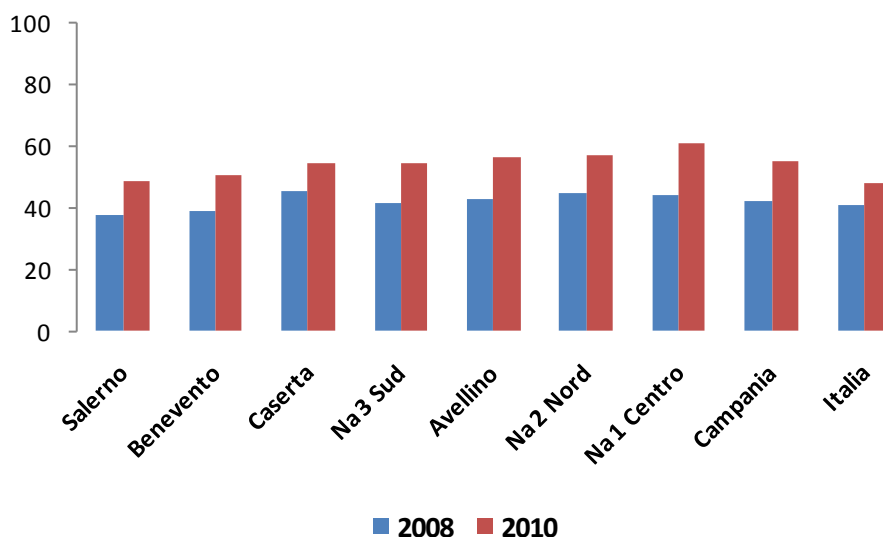
Al pari della situazione italiana, in Campania l'assunzione quotidiana di almeno 5 porzioni di frutta o verdura risulta essere un obiettivo difficile e particolarmente ambizioso. La figura successiva mostra come si siano registrati modestissimi tendenziali miglioramenti, leggermente più marcati nelle asl di Salerno e Caserta; il consumo abbondante di frutta e verdura, comunque, resta ben al di sotto del 5% in tutta la regione.

**Bambini che assumono quotidianamente ≥ 5 porzioni di frutta o verdura:
Asl, Campania, Italia (%)
OKkio alla Salute 2008-2010**



La letteratura ha ripetutamente dimostrato che il consumo di bibite dolcificate rappresenta un chiaro fattore di rischio per lo sviluppo di S-O. La figura che segue è inequivocabile: come nel resto del Paese, nelle singole Asl si apprezza un deciso aumento ubiquitario del consumo di tali bevande, consumo che, probabilmente non a caso, è più diffuso nelle asl con maggiore prevalenza di S-O.

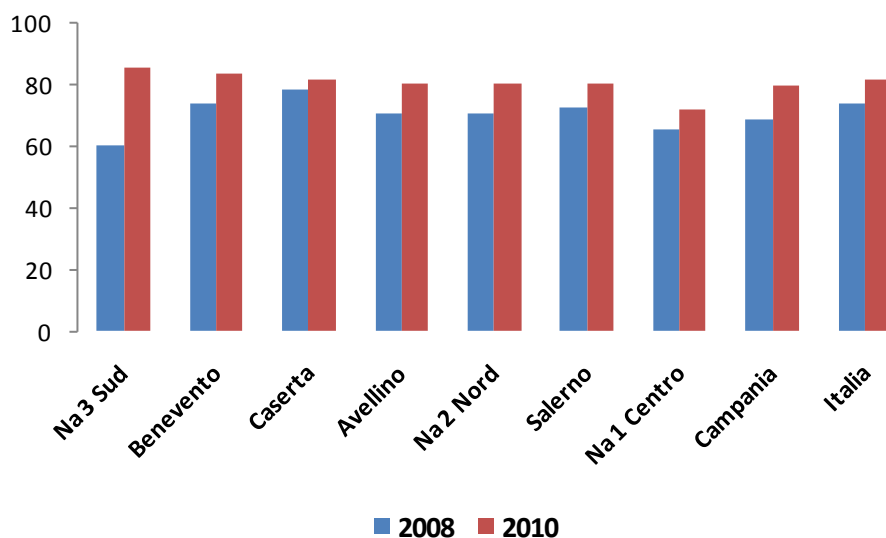
Bambini che assumono quotidianamente ≥ 1 bevanda zuccherata:
Asl, Campania, Italia (%)
OKkio alla Salute 2008-2010



Sedentarietà e attività fisica

Relativamente all'attività fisica, apprezziamo un omogeneo miglioramento in tutte le Asl, sebbene più marcato nell'Asl Na 3 Sud, in linea con l'andamento nazionale. La figura successiva ne riporta i dati.

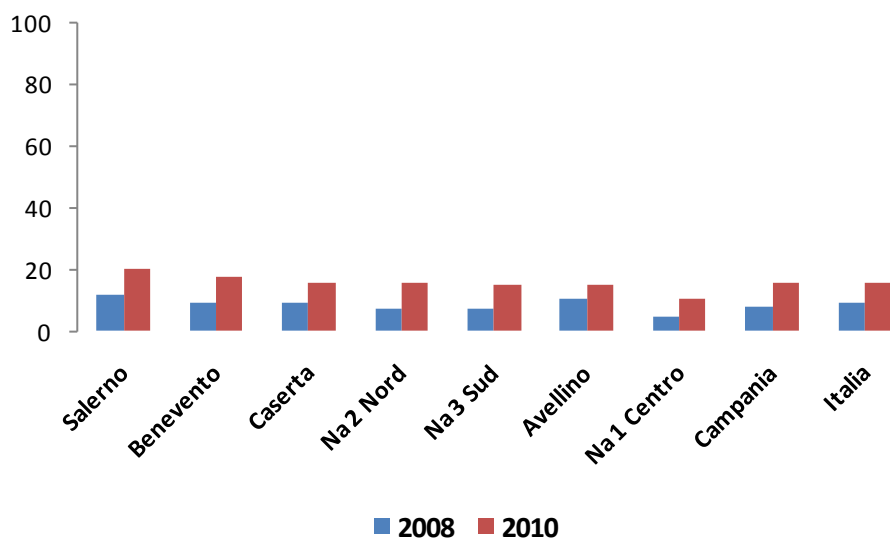
Bambini definiti "attivi" *: Asl, Campania, Italia (%)
OKkio alla Salute 2008-2010



* se hanno svolto almeno 1 ora di attività fisica il giorno precedente l'indagine (cioè, attività motoria a scuola e/o attività sportiva strutturata e/o hanno giocato all'aperto nel pomeriggio)

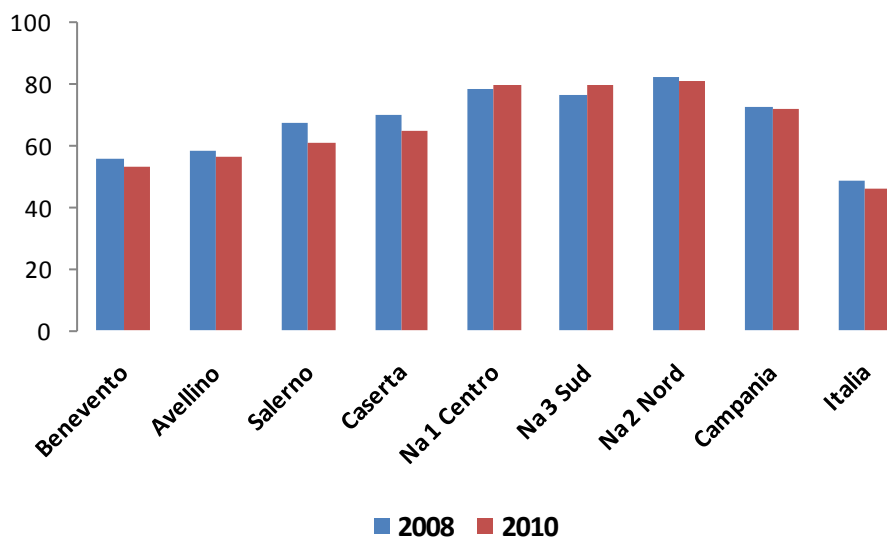
Anche l'attività fisica più regolare, ossia praticata ≥ 5 giorni a settimana, sembra essere aumentata in tutte le asl, così come a livello nazionale: una parte di tale miglioramento potrebbe essere attribuibile a un piccolo cambiamento nella formulazione del questionario. La figura che segue ne riporta i dati.

Bambini che hanno svolto almeno un'ora di attività fisica al giorno per ≥ 5 giorni/settimana: Asl, Campania, Italia (%)
OKkio alla Salute 2008-2010



La presenza della TV nella camera del bambino è, per una serie di motivi di diversa natura, un'abitudine deleteria, ma estremamente comune nella nostra regione. La figura che segue mostra una tendenziale lieve riduzione di questa condizione, sebbene ancora notevolmente migliorabile.

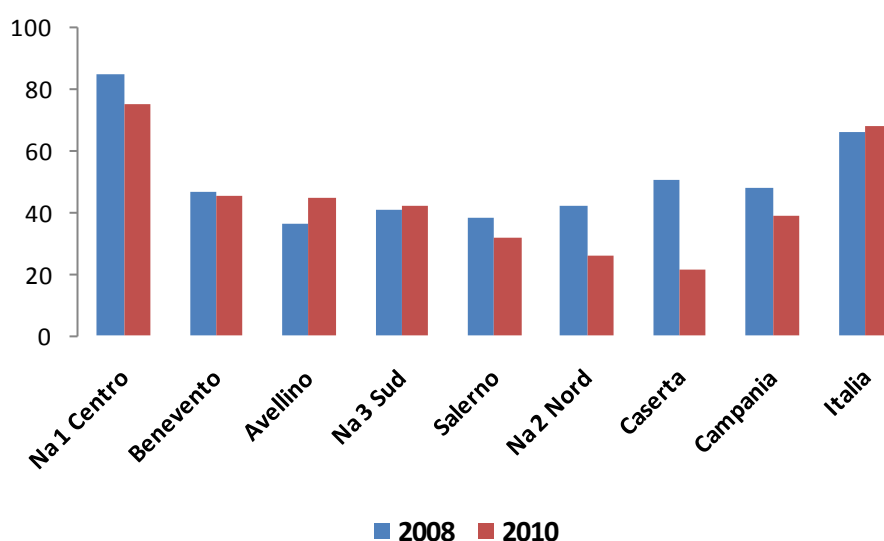
Bambini che hanno la TV nella propria camera: Asl, Campania, Italia (%)
OKkio alla Salute 2008-2010



La scuola

La presenza di una mensa scolastica rappresenta un'importante strumento per favorire una corretta alimentazione quotidiana, oltre che un eccellente mezzo di promozione della corretta alimentazione del bambino e, talvolta, della famiglia. La percentuale di scuole con una mensa funzionante, come riportato nella figura successiva, sembra aver mostrato una sensibile riduzione tra il 2008 e il 2010 nell'intera regione, sebbene con cenni più marcati nella Asl Na 2 Nord e nella Asl Caserta. Tale dato merita certamente un approfondimento: non è esclusa la possibilità che i recenti tagli al mondo della scuola possano essere in qualche modo associati con tale carenza di risorse. Il dato campano, comunque, è in controtendenza con quello dell'intero Paese in cui non si apprezza affatto una simile riduzione.

Scuole che hanno una mensa scolastica funzionante:
Asl, Campania, Italia (%)
OKkio alla Salute 2008-2010



Conclusioni

Il confronto tra asl, regione e Italia, dei principali indicatori relativi agli anni 2008 e 2010, sebbene vada fatto con prudenza e cautela, può rappresentare una preziosa occasione -sia per i decisori che per gli operatori- per riflettere sulla situazione attuale e sullo stato dell'arte degli interventi e delle strategie. Come premesso, i determinanti del S-O sono molti e diversamente distribuiti nelle diverse aree della regione; una tale situazione rende complessi i confronti e non consente di trarre conclusioni definitive sulle "cause" di una determinata situazione. Certo è che le tendenze, verso il miglioramento o il peggioramento di alcuni indicatori, soprattutto quando riguardino tutte le asl della regione, non passano inosservate e possono rappresentare importanti spunti di riflessione e, perché no, di azione.

La terza rilevazione di OKkio 2012 ci consentirà di aggiungere un terzo punto alle linee di tendenza appena abbozzate e di poter avere elementi in più per trarre, eventualmente, conclusioni più decise e affidabili.

Conclusioni generali

OKkio alla SALUTE ha permesso di raccogliere informazioni rappresentative in tempi brevi e a costi limitati. Ha creato inoltre un'efficiente rete di collaborazione fra gli operatori del mondo della scuola e della salute, e in particolare con i Sian, le UO Materno-Infantili e i Dipartimenti di Prevenzione.

È importante che la cooperazione avviata tra salute e scuola perduri nel tempo così da assicurare la continuazione negli anni del sistema di sorveglianza e il monitoraggio del fenomeno in studio. Per gli sviluppi futuri, è anche essenziale la condivisione dei risultati di OKkio alla SALUTE con gli altri "attori" coinvolti nella prevenzione delle malattie croniche (pediatra di libera scelta, medico di medicina generale, "policy makers", ecc) per pianificare delle azioni mirate di promozione della salute.

La letteratura scientifica, infatti, mostra sempre più chiaramente che gli interventi coronati da successo sono quelli integrati (con la partecipazione di famiglie, scuole, operatori della salute e comunità) e multicomponenti (che promuovono per esempio non solo la sana alimentazione ma anche l'attività fisica e la diminuzione della sedentarietà, la formazione dei genitori, il *counselling* comportamentale e l'educazione nutrizionale) e che hanno durata pluriennale.

È essenziale quindi programmare azioni di sanità pubblica in modo coordinato e condiviso tra enti, istituzioni e realtà locali per cercare di promuovere il consumo giornaliero di frutta e verdura così come la pratica dell'attività fisica tra i bambini. A questo proposito, la scuola potrebbe contribuire in modo determinante distribuendo una merenda bilanciata a metà mattina, facendo svolgere le due ore di attività motoria suggerite dal curriculum scolastico a tutti gli alunni e implementando i programmi didattici. Ugualmente importante è rendere l'ambiente urbano "a misura di bambino" aumentando i parchi pubblici, le aree pedonali e le piste ciclabili così da incentivare il movimento all'aria aperta.

Un primo passo per la promozione di sani stili di vita è stato avviato già nel 2009- 2010. Il Ministero della Salute, il Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca, l'Istituto Superiore di Sanità e le Regioni hanno infatti elaborato e distribuito in ogni Regione alcuni materiali di comunicazione e informazione rivolti a specifici target: bambini, genitori, insegnanti e scuole che hanno partecipato a OKkio alla SALUTE. Lo scopo di tale iniziativa è duplice: far conoscere le dimensioni del fenomeno obesità tra le nuove generazioni e fornire suggerimenti per scelte di stili di vita salutari.

Sono stati elaborati e distribuiti anche dei poster per gli ambulatori pediatrici realizzati in collaborazione con la Società Italiana di Pediatria e con la Federazione Italiana dei Medici Pediatri. Tutti i materiali sono stati elaborati nell'ambito di OKkio alla SALUTE in collaborazione con il progetto "PinC - Programma nazionale di informazione e comunicazione a sostegno degli obiettivi di Guadagnare Salute", coordinato sempre dal CNESPS dell'Istituto Superiore di Sanità (http://www.epicentro.iss.it/focus/guadagnare_salute/PinC.asp).

I risultati della seconda raccolta dati di OKkio alla SALUTE, presentati in questo rapporto, mostrano nella nostra regione la persistenza di un alto livello di sovrappeso/obesità e di cattive abitudini alimentari e di stili di vita che non favoriscono l'attività fisica.

Per cercare di migliorare la situazione si suggeriscono alcune raccomandazioni dirette ai diversi gruppi di interesse.

Operatori sanitari

Le dimensioni del fenomeno sovrappeso/obesità giustificano da parte degli operatori sanitari un'attenzione costante e regolare nei prossimi anni che dovrà esprimersi nella raccolta dei dati, nell'interpretazione delle tendenze, nella comunicazione ampia ed efficace dei risultati a tutti i gruppi di interesse e nella proposta/attivazione di interventi integrati tra le figure professionali appartenenti a istituzioni diverse allo scopo di stimolare o rafforzare la propria azione di prevenzione e di promozione della salute.

In particolare la collaborazione tra mondo della scuola e della salute potrà essere rafforzata attraverso interventi di educazione sanitaria focalizzati sui fattori di rischio modificabili, quali la diffusione della conoscenza sulle caratteristiche delle colazioni e merende adeguate, il tempo

eccessivo passato in attività sedentarie o alla televisione, che non dovrebbe superare le 2 ore al giorno.

Inoltre, considerata la scarsa percezione dei genitori dello stato ponderale dei propri figli, gli interventi sanitari proposti dovranno includere anche interventi che prevedano una componente diretta al *counselling* e all'”*empowerment*” (promozione della riflessione sui vissuti e sviluppo di consapevolezza e competenze per scelte autonome) dei genitori stessi.

Operatori scolastici

Gli studi mostrano in maniera incontrovertibile un ruolo chiave della scuola per affrontare efficacemente il problema della promozione della salute e dell'attività fisica dei bambini.

Seguendo la sua missione, la scuola dovrebbe estendere e migliorare le attività di educazione nutrizionale dei bambini, già oggi oggetto di intervento da parte di alcune scuole.

Per essere efficace tale educazione deve focalizzarsi, da una parte sulla valorizzazione del ruolo attivo del bambino, della sua responsabilità personale e sul potenziamento delle *life skills*, dall'altra, sull'acquisizione di conoscenze e del rapporto fra nutrizione e salute individuale, sulla preparazione, conservazione e stoccaggio degli alimenti.

Seppure implichi maggiori difficoltà, all'interno della scuola deve essere incoraggiata la distribuzione di almeno un pasto bilanciato al giorno che costituisce per il bambino una duplice opportunità: nutrirsi meglio e imparare a gustare il cibo mangiando anche nuovi alimenti.

In maniera più diretta gli insegnanti possono incoraggiare i bambini ad assumere abitudini alimentari più adeguate, promuovendo la colazione del mattino che migliora la performance e diminuisce il rischio di fare merende eccessive a metà mattina. A tal proposito i materiali di comunicazione, realizzati attraverso la collaborazione tra mondo della scuola e della salute, possono offrire agli insegnanti spunti e indicazioni per coinvolgere attivamente i bambini (<http://www.salute.gov.it/dettaglio/phPrimoPianoNew.jsp?id=278>).

La scuola può anche ridurre la distribuzione di bevande zuccherate e incentivare il consumo di frutta e yogurt.

Sul fronte dell'attività fisica, è necessario che le scuole assicurino le 2 ore di attività motoria suggerite dal curriculum scolastico e che cerchino di favorire le raccomandazioni internazionali di un'ora al giorno di attività fisica per i bambini.

Genitori

I genitori dovrebbero essere coinvolti attivamente nelle attività di promozione di sani stili di vita.

L'obiettivo è sia favorire l'acquisizione di conoscenze sui fattori di rischio che possono ostacolare la crescita armonica del proprio figlio, come un'eccessiva sedentarietà, la troppa televisione, la poca attività fisica o alcune abitudini alimentari scorrette (non fare la colazione, mangiare poca frutta e verdura, eccedere con le calorie durante la merenda di metà mattina), sia favorire lo sviluppo di processi motivazionali e di consapevolezza che, modificando la percezione, possano facilitare l'identificazione del reale stato ponderale del proprio figlio.

I genitori dovrebbero, inoltre, riconoscere e sostenere la scuola, in quanto “luogo” privilegiato e vitale per la crescita e lo sviluppo del bambino e collaborare, per tutte le iniziative miranti a promuovere la migliore alimentazione dei propri figli, quale la distribuzione di alimenti sani e l'educazione alimentare. La condivisione, tra insegnanti e genitori, delle attività realizzate in classe può contribuire a sostenere “in famiglia” le iniziative avviate a scuola, aiutando i bambini a mantenere uno stile di vita equilibrato nell'arco dell'intera giornata.

Infine, laddove possibile, i genitori dovrebbero incoraggiare il proprio bambino a raggiungere la scuola a piedi o in bicicletta, per tutto o una parte del tragitto.

Leaders, decisori locali e collettività

Le iniziative promosse dagli operatori sanitari, dalla scuola e dalle famiglie possono essere realizzate con successo solo se la comunità supporta e promuove migliori condizioni di alimentazione e di attività fisica nella popolazione. Per questo la partecipazione e la collaborazione dei diversi Ministeri, di Istituzioni e organizzazioni pubbliche e private, nonché dell'intera società, rappresenta una condizione fondamentale affinché la possibilità di scelte di vita salutari non sia confinata alla responsabilità della singola persona o della singola famiglia, ma piuttosto sia sostenuta da una responsabilità collettiva.

Materiali bibliografici

• Politica e strategia di salute

- ◇ Focusing on obesity through a health equity lens
<http://www.equitychannel.net/uploads/REPORT%20-%20Focusing%20on%20Obesity%20through%20a%20Health%20Equity%20Lens%20-%20Edition%202.pdf>. Ultima consultazione 09/08/2010.
- ◇ Terry T.-K. Huang et al., Transforming research strategies for understanding and preventing obesity. JAMA 2008;300:1811-3.
- ◇ James WP. The epidemiology of obesity: the size of the problem. J Intern Med. 2008;263:336-52.
- ◇ Branca F, Nikogosian H, Lobstein T. *La sfida dell'obesità nella Regione europea dell'OMS e le strategie di risposta. Compendio*. Geneva: WHO; 2007. Traduzione italiana curata dal Ministero della Salute e dalla Società Italiana di Nutrizione Umana, stampata nel 2008. <http://www.sinu.it/documenti/OMS%20La%20Sfida%20dell'Obesit%C3%A0%20e%20le%20Strategie%20di%20Risposta%20CCM%20SINU.pdf>. ultima consultazione 09/08/2010.
- ◇ Branca F, Nikogosian H, Lobstein T. *The challenge of obesity in the WHO European Region and the strategies for response*. WHO; Geneva 2007. http://www.euro.who.int/data/assets/pdf_file/0010/74746/E90711.pdf. ultima consultazione 09/08/2010.
- ◇ Caballero B. The global epidemic of obesity: an overview. Epidemiol Rev. 2007;29:1-5.
- ◇ Ministero della Salute, 2007 "Guadagnare salute": Italia. Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri, 4 maggio 2007. Guadagnare salute. Rendere facili le scelte salutari. *Gazzetta Ufficiale* n. 117 del 22 maggio 2007. http://www.ministerosalute.it/imgs/C_17_pubblicazioni_605_allegato.pdf. ultima consultazione 09/08/2010.
- ◇ World Health Organization. *Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic*. WHO Technical Report Series No. 894. Geneva: WHO; 2000.
- ◇ Sito internet: International Obesity Task Force: <http://www.ietf.org/> ultima consultazione 09/08/2010.

• Epidemiologia della situazione nutrizionale e progressione sovrappeso/obesità

- ◇ Singh GK. et al. Changes in state-specific childhood obesity and overweight prevalence in the United States from 2003 to 2007. Arch Pediatr Adolesc Med 2010;164:598-607.
- ◇ Gruppo Tecnico di Coordinamento del Progetto di sperimentazione del "Sistema di Sorveglianza PASSI". Sistema di sorveglianza PASSI (Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia): risultati 2007. Roma: Istituto Superiore di Sanità; 2009. (Rapporti ISTISAN 09/31). <http://www.iss.it/binary/publ/cont/0931.pdf>. ultima consultazione 09/08/2010.
- ◇ CNESPS, ISS <http://www.epicentro.iss.it/passi/passi05-06.asp> ultima consultazione 09/08/2010
- ◇ Cynthia L. Ogden et al. The Epidemiology of Obesity. Gastroenterology 2007;132:2087-2102.
- ◇ Maffei C. et al. Prevalence of overweight and obesity in 2- to 6-year-old Italian children. Obesity; 2006;14:765-9.

- ◇ Gargiulo L, Gianicolo S, Brescianini S. Eccesso di peso nell'infanzia e nell'adolescenza. ISTAT. Informazione statistica e politiche per la promozione della salute. Atti del Convegno "Informazione statistica e politiche per la promozione della salute", Roma, 10-11 settembre 2005. Roma, 2004. p. 25-44.
- ◇ Vignolo M. et al. Overweight and obesity in a group of Italian children and adolescents: prevalence estimates using different reference standards. Ital J Pediatr 2004; 30:53–57.
- ◇ ISTAT, http://www.istat.it/dati/catalogo/20041201_01/ ultima consultazione 09/08/2010.
- ◇ Livingstone B. Epidemiology of childhood obesity in Europe. Eur J Pediatr 2000;159 Suppl 1:S14-34.
- ◇ Must A. et al. Risks and consequences of childhood and adolescent obesity. Int J Obes Relat Metab Disord 1999; 23 Suppl 2:S2-11.
- ◇ Parsons TJ. et al. Childhood predictors of adult obesity: a systematic review. Int J Obes Relat Metab Disord 1999; 23 Suppl 8:S1-107.

- **Metodo di studio**

- ◇ Sullivan K KW, Chen M, Frerichs R. CSAMPLE: analyzing data from complex surveys samples. Epi Info, version 6, User's guide. 2007. p. 157-81.
- ◇ Borgers N. et al. Childrens as respondents in survey research: cognitive development and response quality. Bulletin de Méthodologie Sociologique 2000;66:60-75.
- ◇ Bennett S. et al. A simplified general method for cluster-sample surveys of health in developing countries. World Health Stat Q. 1991;44:98-106.
- ◇ Sito Epicentro per OKkio alla Salute: <http://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/default.asp>

- **IMC: curve di riferimento e studi progressi**

- ◇ Cole TJ. Et al. Body mass index cut offs to define thinness in children and adolescents: international survey. BMJ 2007 28;335:194.
- ◇ Mercedes de Onis et al. Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. Bulletin of the World Health Organization 2007;85:660–667.
- ◇ Cacciari E. et al. Italian cross-sectional growth charts for height,weight and BMI (6-20y) European J Clin Nutr 2002;56:171-180.
- ◇ ColeTJ. et al. Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: International survey. BMJ 2000;320:1240-1243.
- ◇ Dietz WH, Robinson TN. Use of the body mass index (BMI) as a measure of overweight in children and adolescents. J Pediatr 1998; 132: 191-193.

- **Fattori di rischio modificabili**

- ◇ Veerman JL. et al. By how much would limiting TV food advertising reduce childhood obesity? Eur J Public Health 2009;19: 365-9.
- ◇ Steffen LM. et al. Overweight in children and adolescents associated with TV viewing and parental weight: Project HeartBeat! Am J Prev Med 2009;37:S50-5.
- ◇ Day RS. et al. Nutrient intake, physical activity, and CVD risk factors in children: Project HeartBeat! Am J Prev Med 2009;37:25-33.

- ◇ Kipping RR. et al. Obesity in children. Part 1: Epidemiology, measurement, risk factors, and screening. *BMJ* 2008; 15:337:a1824.
- ◇ Roblin L. Childhood obesity: food, nutrient, and eating-habit trends and influences. *Appl Physiol Nutr Metab* 2007;32:635-45.
- ◇ Lumeng JC. et al. Shorter sleep duration is associated with increased risk for being overweight at ages 9 to 12 years. *Pediatrics* 2007; 120:1020-9.
- ◇ Johnson-Taylor WL, Everhart JE. Modifiable environmental and behavioural determinants of overweight among children and adolescents: report of a workshop. *Obesity* 2006;14:929-66.
- ◇ James J. et al. Preventing childhood obesity by reducing consumption of carbonated drinks: cluster randomised controlled trial. *BMJ* 2004; 22;328:1237.
- ◇ Phillips SM. Et al. Energy-dense snack food intake in adolescence: longitudinal relationship to weight and fatness. *Obes Res* 2004;12:461-72.
- ◇ Berkey CS. Et al. Longitudinal study of skipping breakfast and weight change in adolescents. *Int J Obes Relat Metab Disord* 2003;27:1258-66.
- ◇ Bradley RH., Corwyn RF. Socioeconomic status and child development. *Annu Rev Psychol* 2002;53:371–99.
- ◇ MaryHackie and Bowles CL. Maternal Perception of Their Overweight Children, *Public Health Nursing* 2007;24:538–546.

- **Interventi e linee guida per l'azione**

- ◇ Brown T, Summerbell C. Systematic review of school-based interventions that focus on changing dietary intake and physical activity levels to prevent childhood obesity: an update to the obesity guidance produced by the National Institute for Health and Clinical Excellence. *Obes Rev* 2009;10:110-41.
- ◇ Dobbins M. et al. School-based physical activity programs for promoting physical activity and fitness in children and adolescents aged 6-18 (Review), *The Cochrane Library* 2009.
- ◇ Beets MW. et al. After-school program impact on physical activity and fitness: a meta-analysis. *Am J Prev Med* 2009;36:527-37.
- ◇ Condon EM. et al. School meals: types of foods offered to and consumed by children at lunch and breakfast. *J Am Diet Assoc* 2009;109:S67-78.
- ◇ Gonzalez W. et al. Restricting snacks in U.S. elementary schools is associated with higher frequency of fruit and vegetable consumption. *J Nutr* 2009;139:142-4.
- ◇ Summerbell CD. et al. Interventions for preventing obesity in children (Review), *The Cochrane Library* 2008, Issue 2.
- ◇ De Sa J, Lock K. Will European agricultural policy for school fruit and vegetables improve public health? A review of school fruit and vegetable programmes. *Eur J Public Health*. 2008;18:558-68.
- ◇ Kipping RR. et al. Obesity in children. Part 2: Prevention and management. *BMJ* 2008;337: 1848.
- ◇ Nutrition-Friendly Schools Initiative (NFSI), WHO, http://www.who.int/nutrition/topics/nut_school_aged/en/index.html. Ultima consultazione 09/08/2010.

- ◇ Epstein LH. et al. A randomized trial of the effects of reducing television viewing and computer use on body mass index in young children. Arch Pediatr Adolesc Med 2008;162:239-45.
- ◇ Poobalan A. et al. Prevention of Childhood Obesity: A Review of Systematic Reviews. NHS Health Scotland 2008.
- ◇ DeMattia L. et al. Do interventions to limit sedentary behaviours change behaviour and reduce childhood obesity? A critical review of the literature. Obes Rev 2007;8:69-81.
- ◇ Brown T. et al. Prevention of obesity: a review of interventions. Obes Rev 2007; 8:127–130.
- ◇ Doak CM. et al. The prevention of overweight and obesity in children and adolescents: a review of interventions and programmes. Obes Rev 2006;7:111-36.
- ◇ Reilly JJ. Obesity in childhood and adolescence: evidence based clinical and public health perspectives. Postgrad Med J 2006;82:429-37.
- ◇ Reducing Children's TV Time to Reduce the Risk of Childhood Overweight: The Children's Media Use Study, 2007. http://www.cdc.gov/obesity/downloads/TV_Time_Highlights.pdf. Ultima consultazione 09/08/2010.
- ◇ Position of the American Dietetic Association: Individual-, Family-, School-, and Community-Based Interventions for Pediatric Overweight. J Am Diet Assoc 2006;106:925-45. [http://adajournal.org/article/S0002-8223\(06\)00301-4/abstract](http://adajournal.org/article/S0002-8223(06)00301-4/abstract). Ultima consultazione 09/08/2010.
- ◇ Flynn MA. et al. Reducing obesity and related chronic disease risk in children and youth: a synthesis of evidence with 'best practice' recommendations. Obes Rev 2006;7:7-66.
- ◇ The School Health Index (SHI): Training Manual: A Self-Assessment and Planning Guide <http://www.cdc.gov/HealthyYouth/SHI/training/index.htm>. Ultima consultazione 09/08/2010.
- ◇ Creating an Environment for Emotional and Social Well-Being, Information Series on School Health Document 10, WHO <http://www.who.int/bookorders/anglais/detart1.jsp?sesslan=1&codlan=1&codcol=85&codccn=3821>. Ultima consultazione 09/08/2010.
- ◇ CDC, Guidelines for School and Community Programs to Promote Lifelong Physical Activity Among Young People. 1997 / 46(RR-6);1-36. <http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/00046823.htm>. Ultima consultazione 09/08/2010.
- ◇ WHO European Action plan for food and nutrition policy 2007-2012. <http://www.crrps.org/allegati/143/file/WHO%20-%20European%20Action%20plan%20on%20food%20and%20nutrition%20policy%202007-2012.pdf>. Ultima consultazione 09/08/2010.

