



CONVEGNO

Stato ponderale e stili di vita di bambine e bambini: i dati italiani della sorveglianza "OKkio alla SALUTE 2023"
e il contributo dello studio "EPaS-ISS

Roma, 10 maggio 2024, Aula Nitti-Bovet, Istituto Superiore di Sanità

Gli stili di vita dei bambini e delle bambine

Angela Spinelli, Donatella Mandolini e M. Antonio Salvatore

Istituto Superiore di Sanità

Centro Nazionale di Prevenzione delle Malattie e Promozione della Salute



Stili di vita e fattori associati all'obesità nei bambini e bambine

- **Abitudini alimentari**
- **Attività fisica e sedentarietà**
- **Percezione materna**
- **Altri aspetti associati a sovrappeso e obesità dei bambini: tipo di parto, allattamento, ore di sonno**



Cattive abitudini alimentari



10,9% NON consuma la **colazione**; **36,5%** consuma una **colazione non adeguata**

Non consumo della colazione da parte di bambine e bambini per Regione



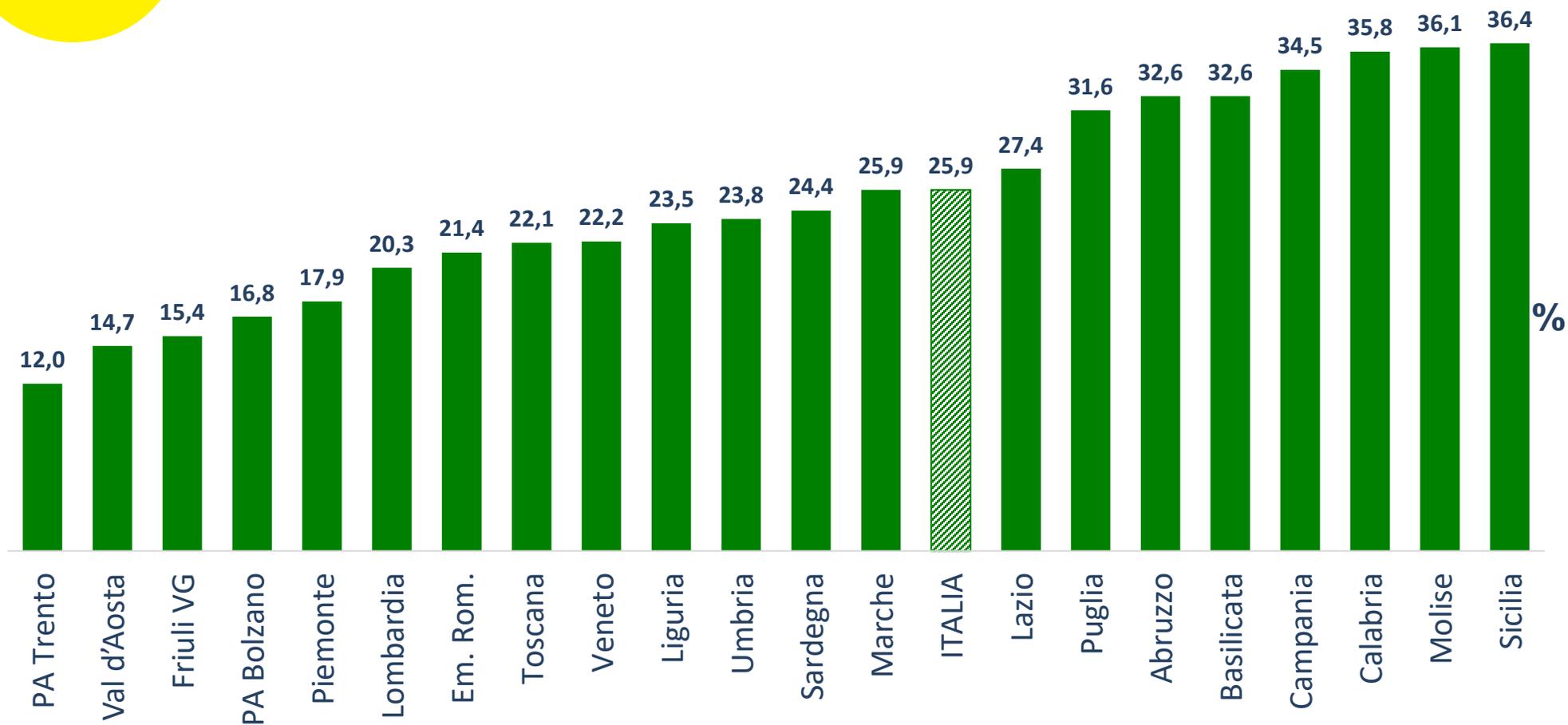
66,9% consuma una **merenda abbondante**



NON consumo quotidiano di frutta e/o verdura di bambini/e per Regione



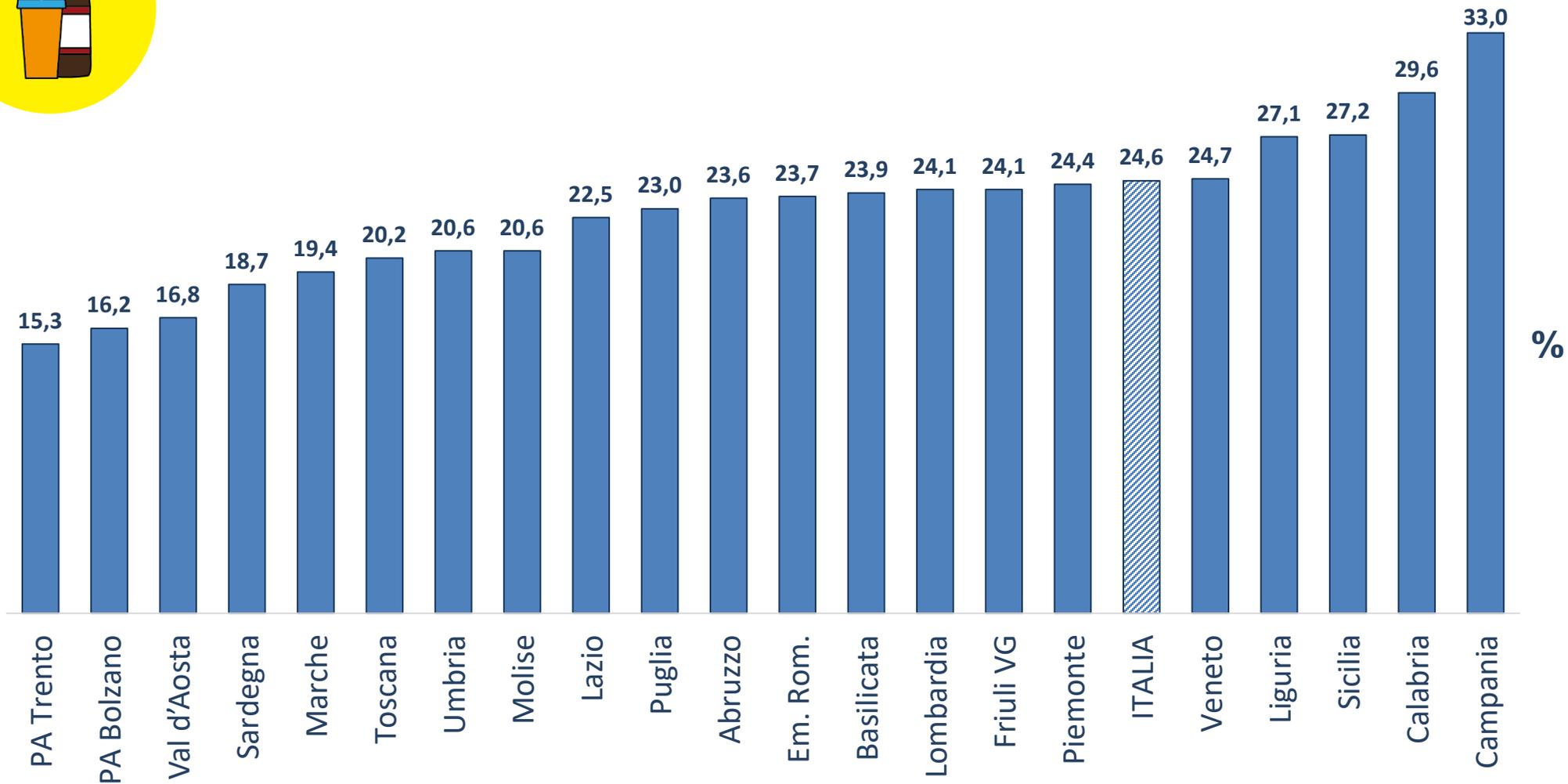
25,9% NON consuma quotidianamente frutta e/o verdure



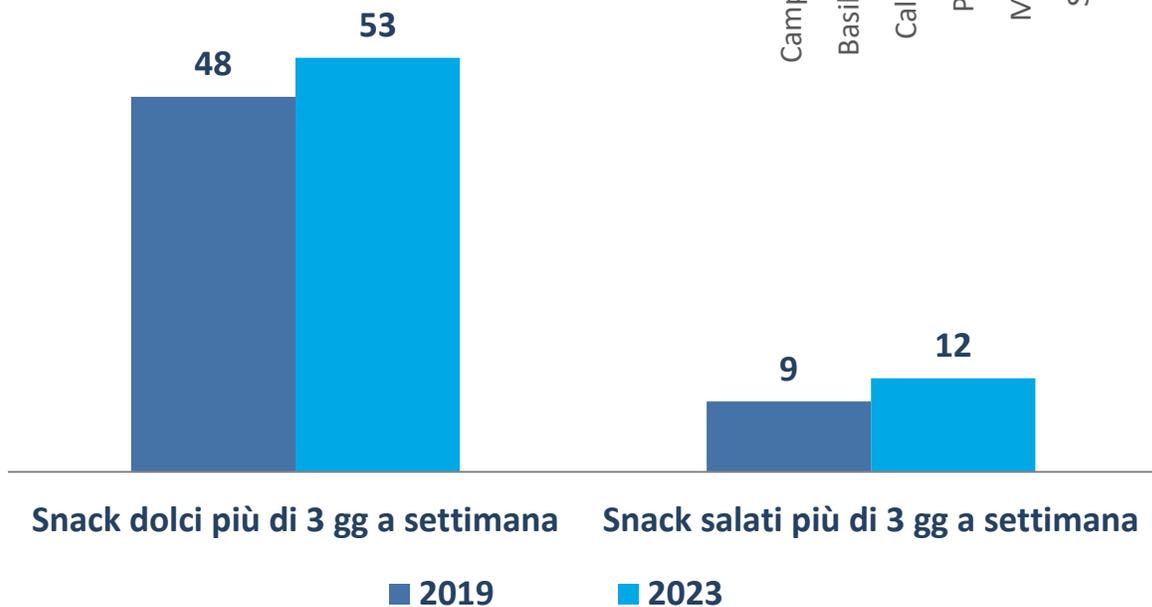
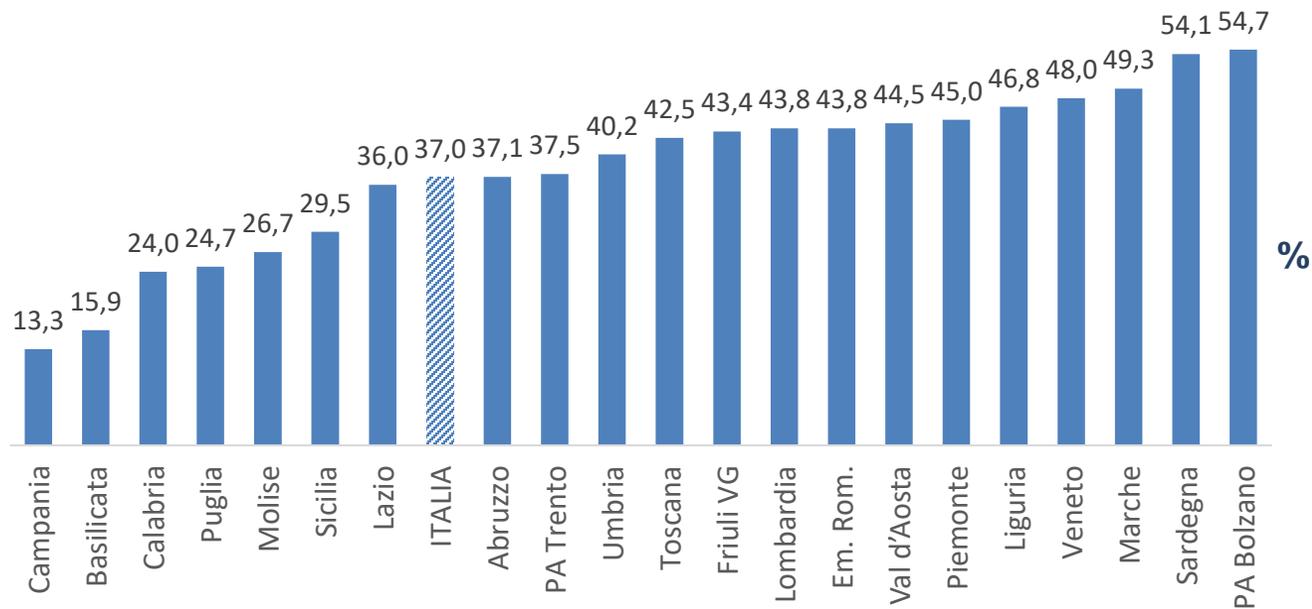
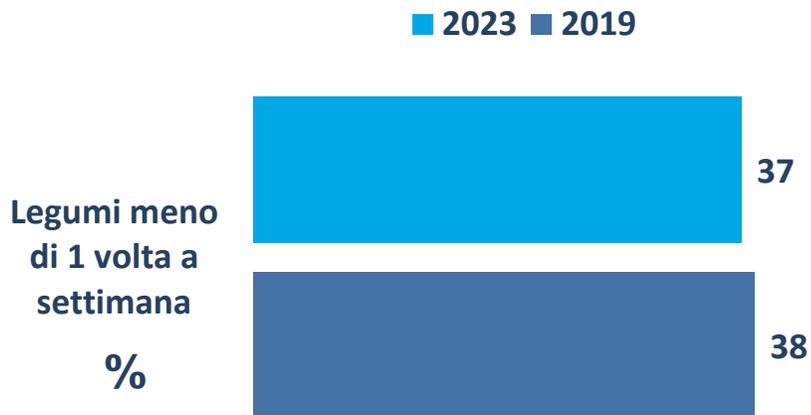
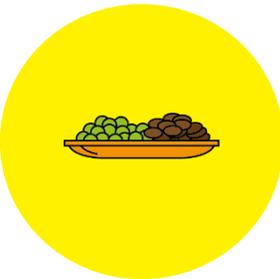
Il consumo quotidiano di bevande zuccherate e/o gassate per Regione



24,6% consuma quotidianamente bevande zuccherate e/o gassate



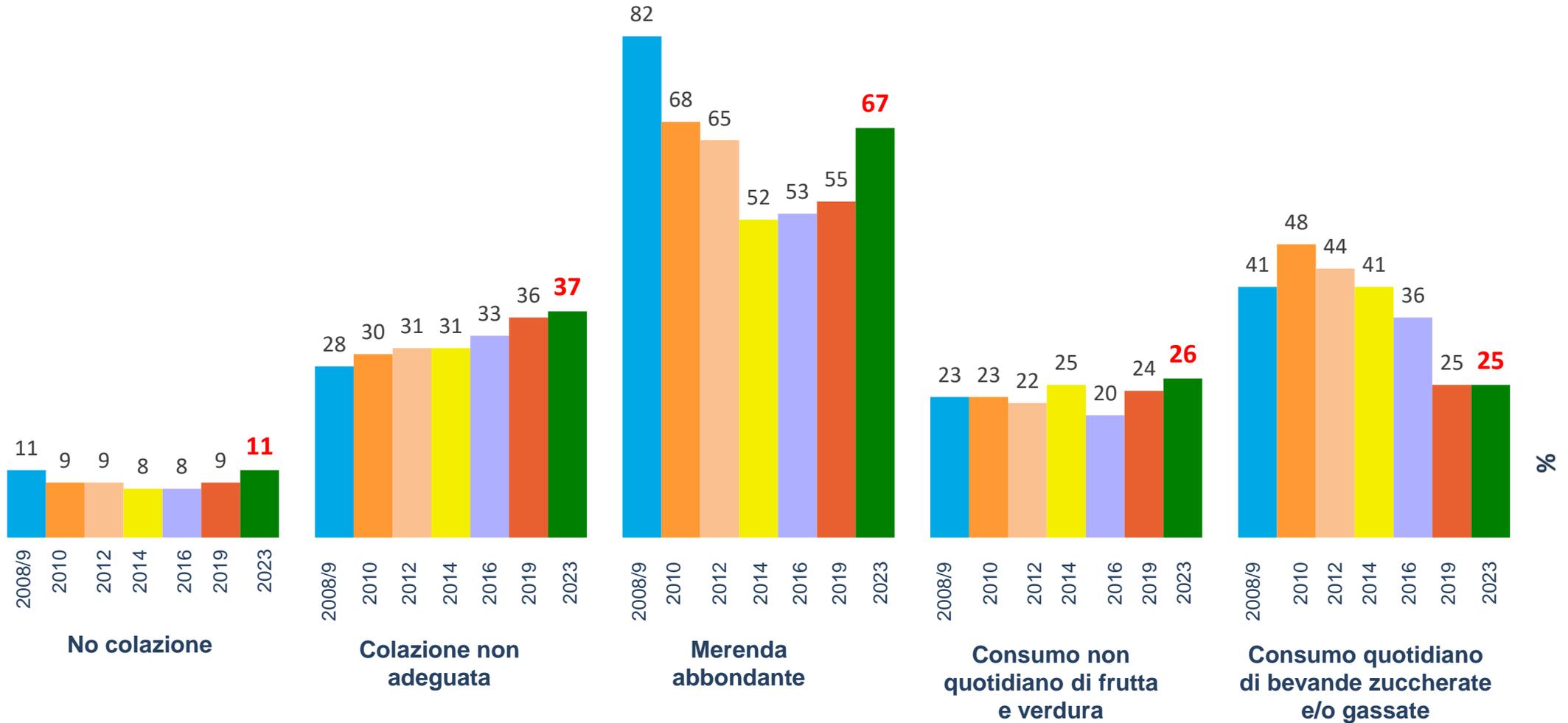
Consumo di legumi, snack dolci e salati da parte di bambine e bambini



Senza un gradiente regionale



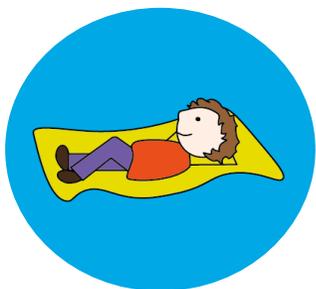
Abitudini alimentari di bambini/e: variazioni nel tempo 2008/9-2023



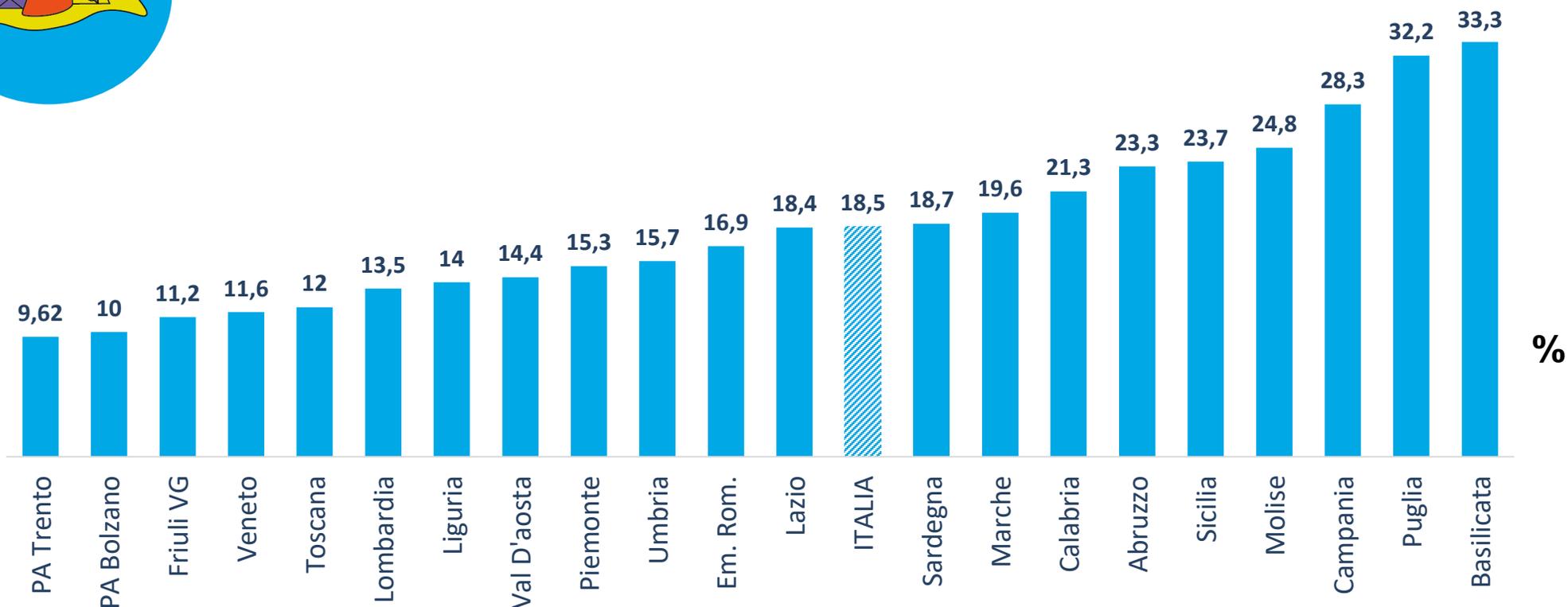
«..a mio cugino Tonino che sta a La Spezia, a scuola "gli" danno la frutta e le carote. Io, invece, sono molto più "fortunato": me' porto a' pizza ca' ricotta!!» Gianfranco Mazzarella



Livello di attività fisica nei bambini



18,5% di bambini/e **NON** ha svolto **attività fisica** il giorno precedente l'indagine

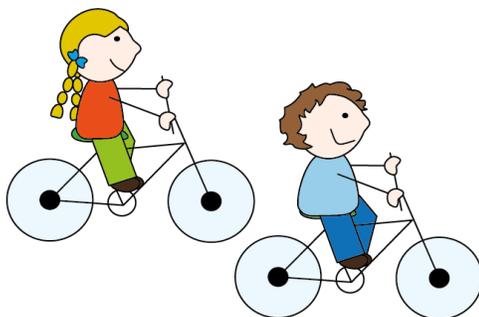
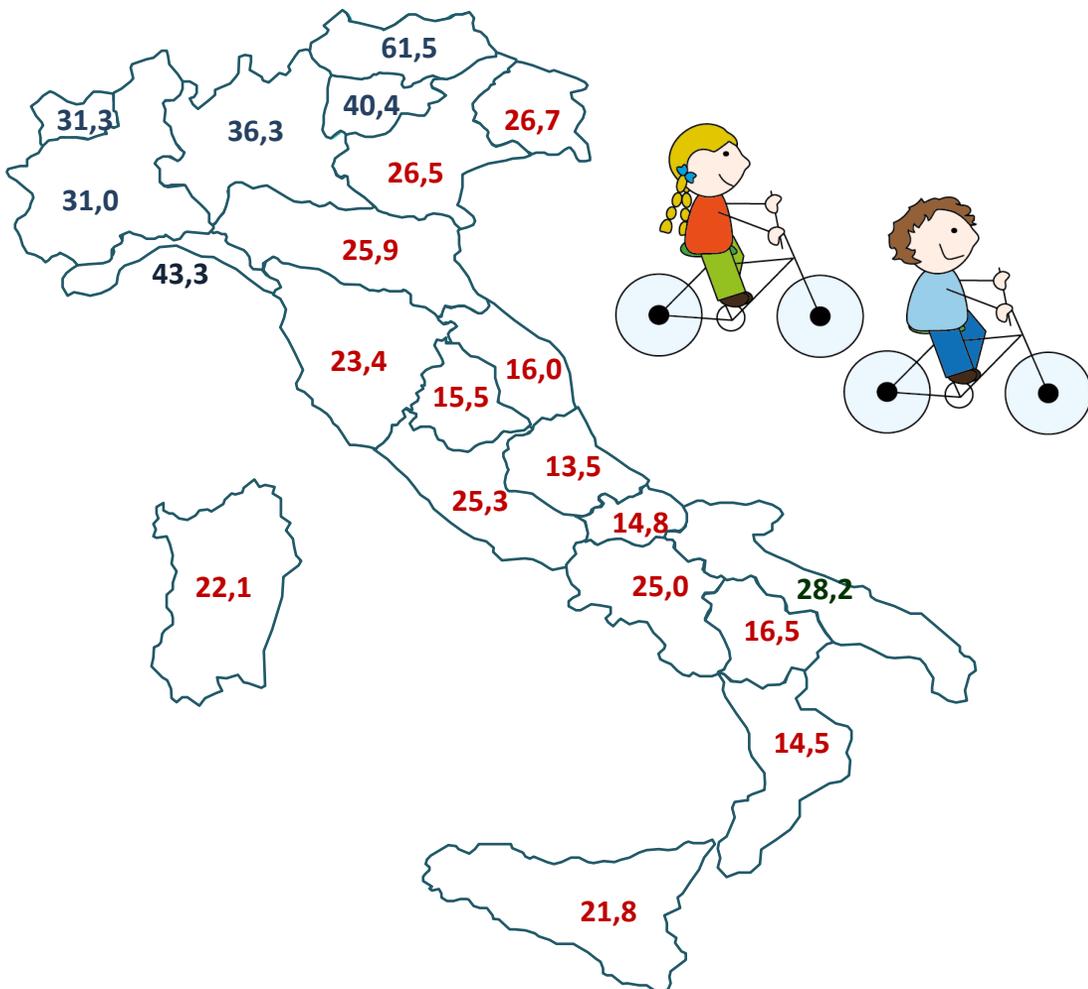


Da alcune nuove domande fatte ai genitori: il **30,0%** svolge **sport** almeno 3 volte a settimana e il **39,3%** due volte a settimana. Il **31,7%** pratica **giochi di movimento** 5-7 giorni a settimana per «almeno un'ora al giorno».



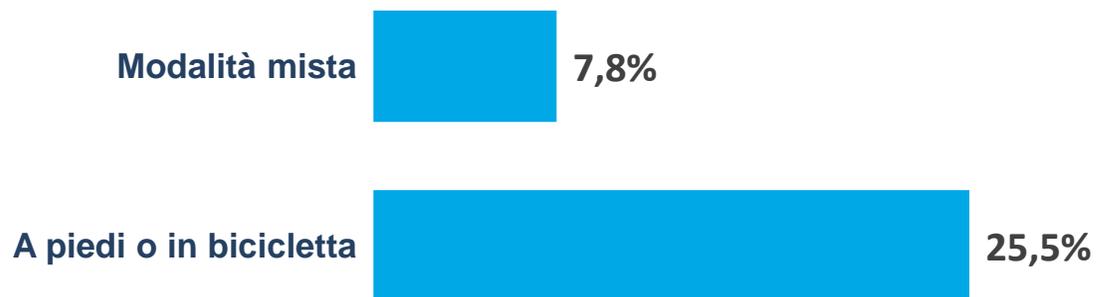
Percorso casa scuola di bambini/e

Il **27,4%** dei bambini si reca a scuola **a piedi o in bicicletta** (bambino/a)



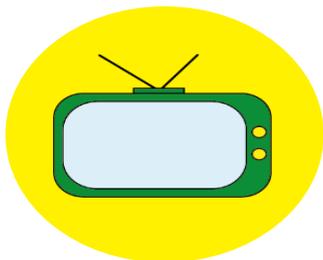
DOMANDA INTRODOLTA NEL 2023

Mezzo di trasporto per andare e tornare da scuola (genitore)



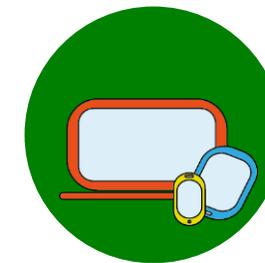
I motivi principali per non andare e tornare a piedi o in bicicletta da scuola sono: **19,1% strada non sicura**; **55,9% distanza**; **25,8% mancanza di tempo**

Sedentarietà nei bambini/e

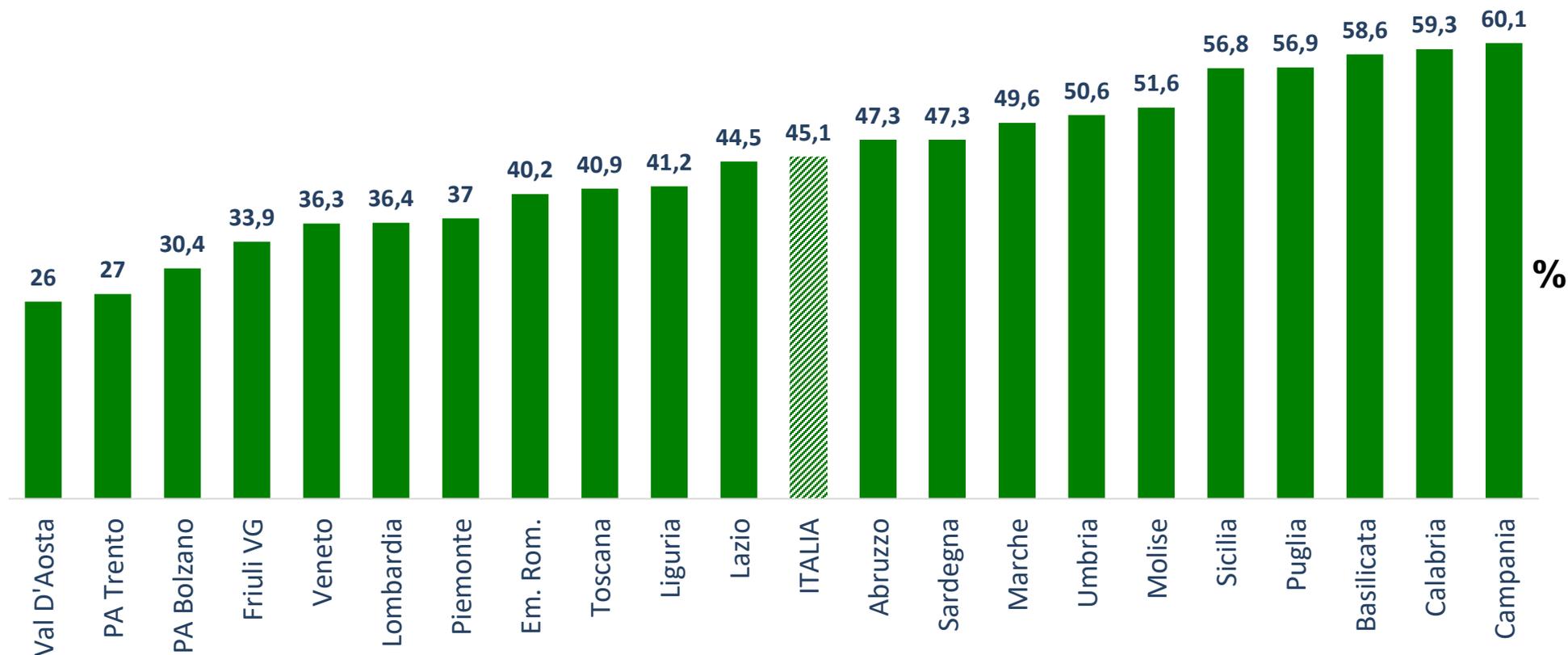


41,5% di bambine/i ha la TV nella propria camera

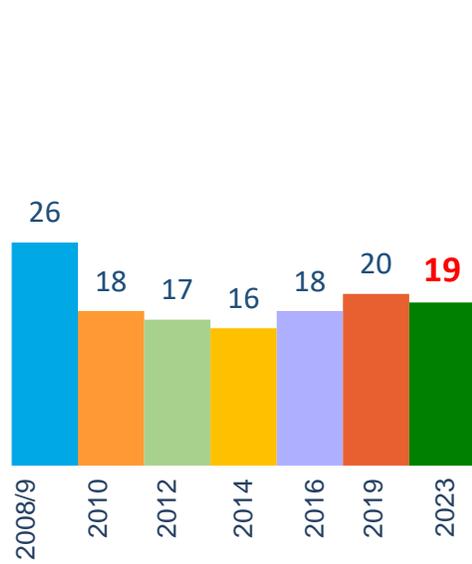
45,1% trascorre più di 2 ore al giorno davanti a schermi



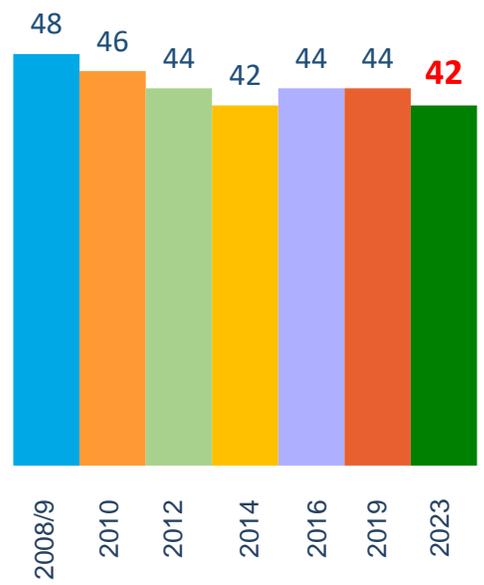
Più di 2 ore al giorno davanti a schermi per Regione



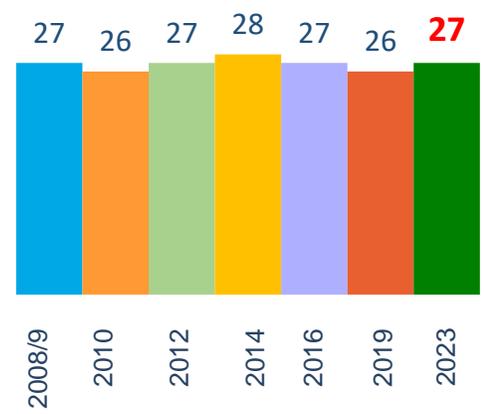
Livello di attività fisica e sedentarietà in bambini/e: variazioni nel tempo 2008/9-2023



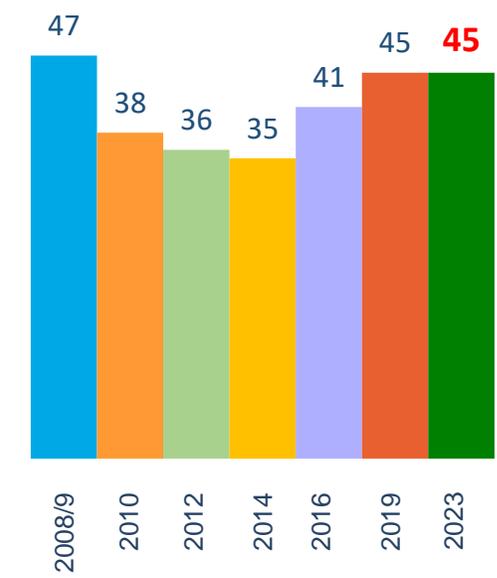
Nessuna attività fisica
il giorno precedente
la rilevazione



TV in camera



A scuola a piedi o in
bici* (bici)



Più di due ore al giorno di
TV e/o
videogiochi/tablet/cellulari

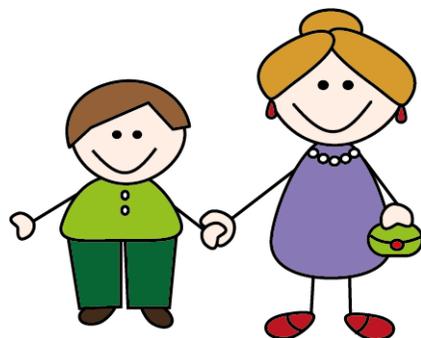
%



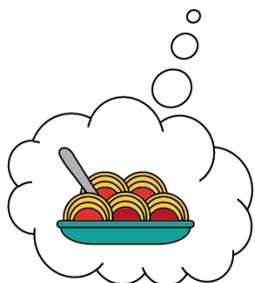
La percezione materna del peso corporeo e delle abitudini dei propri figli



Tra le madri di bambini/e in sovrappeso/obesi, il **45,0%** pensa che il proprio figlio sia sotto-normopeso (*quanto si bello, cicciottello mio....mangia che così cresci di più!*)



Il **59,6%** delle madri di bambine/i fisicamente poco attivi ritiene che il proprio figlio svolga attività motoria adeguata (*Bello di mamma, perché sali a piedi....prendiamo l'ascensore!....non sudare che «ti viene una cosa»....!*)



Il **73,0%** delle mamme di bambini/e in sovrappeso o obesi ritiene che la quantità di cibo assunta dal proprio figlio non sia eccessiva (*Neanche un po' di colazione stamattina?....tieni un po' di brioscine te le mangi a scuola*)



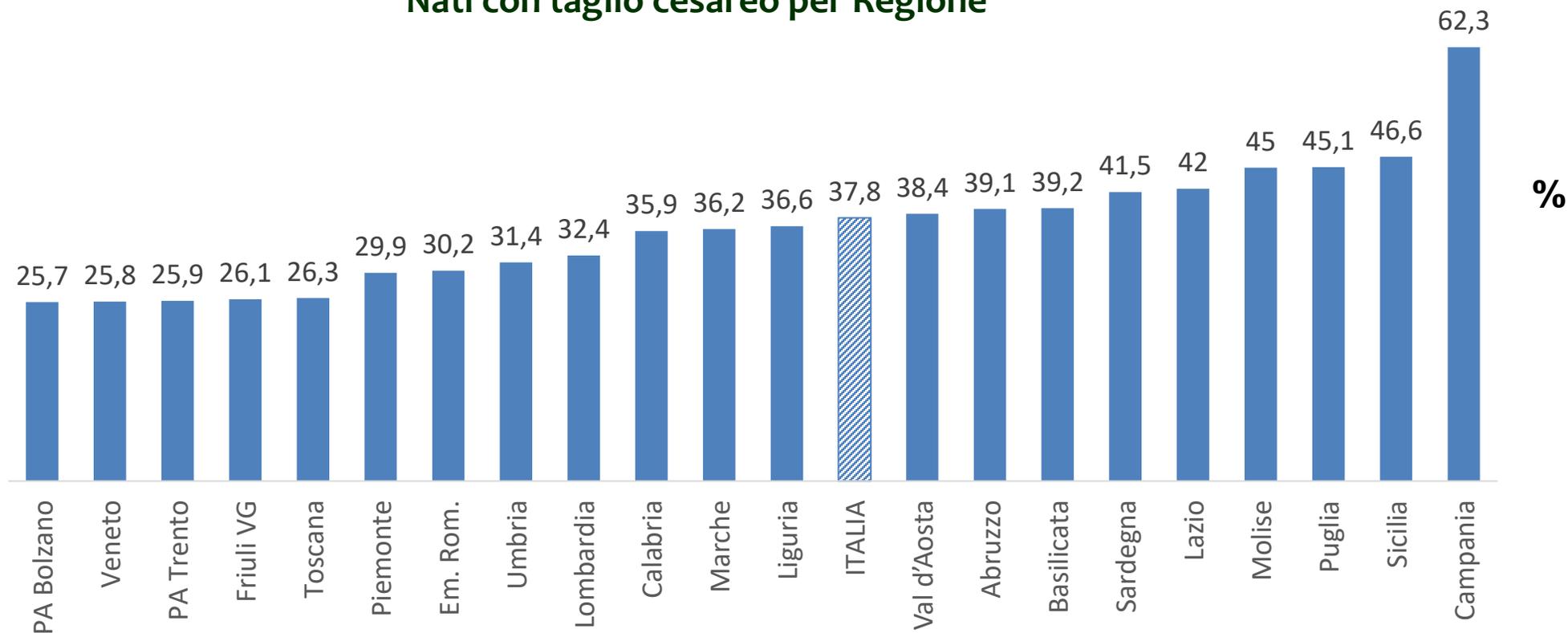
Tipo di parto e obesità in bambini e bambine



I bambini/e in sovrappeso e/o obesi sono:

- il **32%** tra coloro che sono nati con taglio cesareo
- il **27%** tra coloro che sono nati con parto spontaneo

Nati con taglio cesareo per Regione



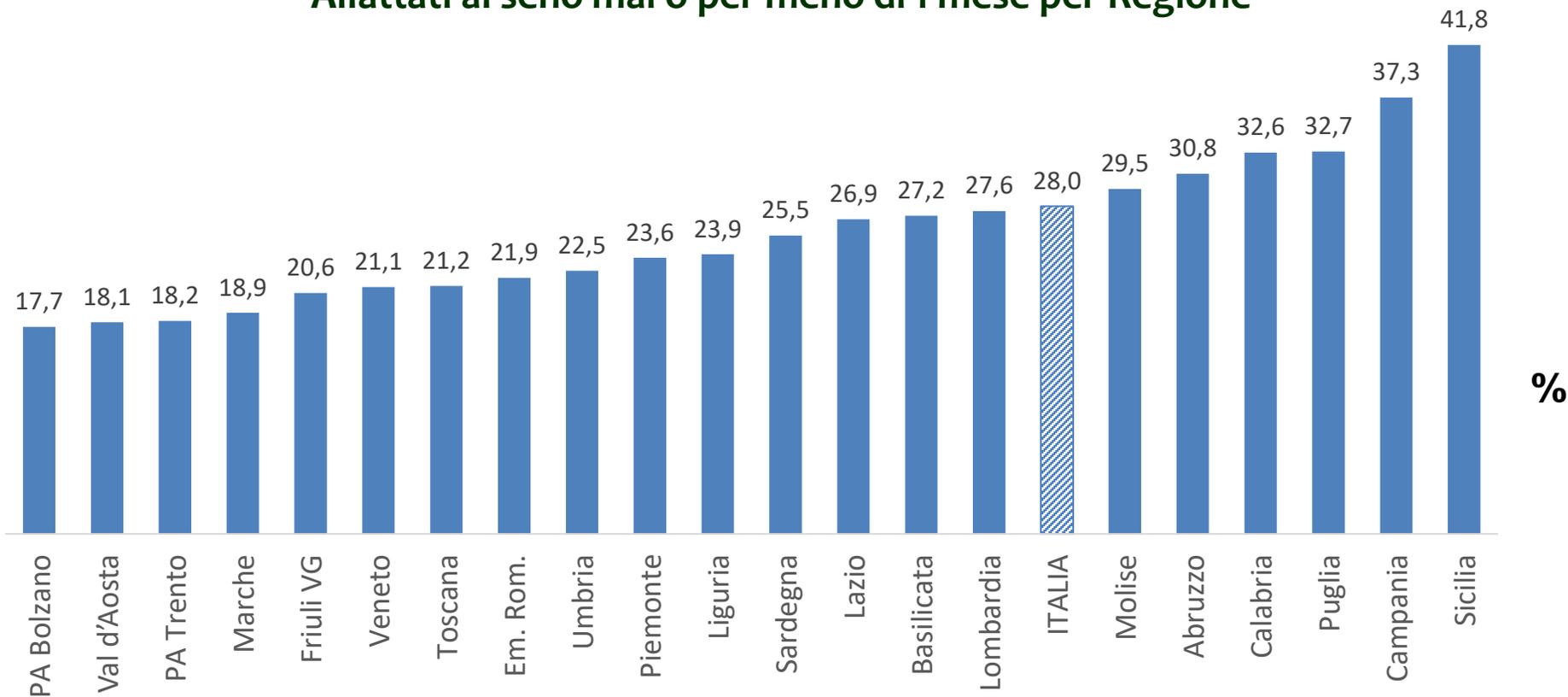
Allattamento e obesità in bambine e bambini



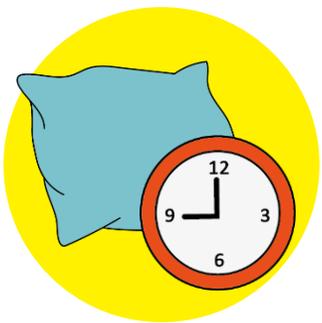
I bambini/e in sovrappeso e/o obesi sono:

- il **32%** tra coloro che sono stati allattati al seno per meno di 1 mese/mai
- il **29%** tra coloro che sono stati allattati al seno da 1 a 6 mesi

Allattati al seno mai o per meno di 1 mese per Regione



Ore di sonno e obesità in bambini e bambine



I bambini/e in sovrappeso e/o obesi sono:

- il **34,6%** tra coloro che dormono meno di 9 ore al giorno
- il **27,7%** tra coloro che dormono 9 o più ore al giorno

Bambini che dormono per meno di 9 ore al giorno per Regione



In Conclusione...

- I dati 2023 di OKkio alla SALUTE confermano la presenza di diversi stili di vita non salutari tra i bambini e le bambine in Italia
- Abitudini alimentari errate, minore attività fisica, maggiore sedentarietà, errata percezione del fenomeno e altri potenziali fattori di rischio per l'obesità sono più frequenti nelle regioni del Sud rispetto al Nord e Centro e tra le famiglie in condizioni più svantaggiate
- Nonostante siano fattori di rischio modificabili, dal 2008 ad oggi, non si sono osservati grandi cambiamenti con il permanere di valori elevati
- Come riportato in altri paesi e studi, i nostri dati confermano un'associazione tra nascite con taglio cesareo, scarso allattamento al seno e minori ore di sonno giornaliero e eccesso di peso nei bambini



*Grazie a tutti per
l'attenzione e per
l'enorme lavoro che
fate a tutela della
salute di noi
bambine e
bambini!*

E ricordate sempre
LA CONOSCENZA E'.....PER L'AZIONE!

Per scaricare la sintesi dei dati:
<https://bit.ly/OKKIO23>

