



Sistema di Sorveglianza HBSC

Health Behaviour in School-aged Children

RISULTATI DELLA RILEVAZIONE 2018



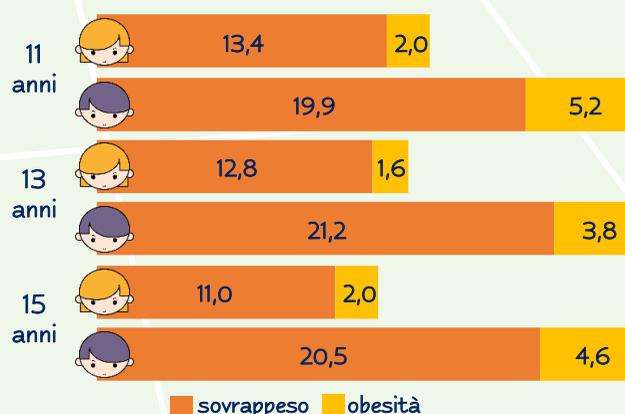
STATO NUTRIZIONALE E ABITUDINI ALIMENTARI

Con il peso e la statura, autodichiarati dai ragazzi, è stato calcolato l'Indice di Massa Corporea e le prevalenze di sottopeso, normopeso, sovrappeso e obesità (valori soglia IOTF). A livello nazionale il 16,6% dei ragazzi 11-15 anni è in sovrappeso e il 3,2% obeso; l'eccesso ponderale diminuisce lievemente con l'età ed è maggiore nei maschi. Risultati tendenzialmente stabili rispetto alla rilevazione 2014.

Stato Nutrizionale per età (%)



Sovrappeso e obesità per genere ed età (%)



Abitudine a non consumare la colazione, durante la settimana, per genere ed età (%)

L'abitudine a non consumare la colazione è frequente negli adolescenti (20,7% a 11 anni, 26,4% a 13 anni e 30,6% a 15 anni); la percentuale di ragazze che non consuma la colazione è maggiore rispetto a quella dei maschi in tutte e tre le età considerate. Rispetto al 2014 si evidenzia un lieve peggioramento.



Consumo "almeno 1 volta al giorno" di alcuni alimenti (%)

Solo un terzo dei ragazzi consuma frutta e verdura almeno una volta al giorno (lontano dalle raccomandazioni) con valori maggiori nelle ragazze. Rispetto al 2014 aumenta il consumo, almeno 1 volta al giorno, di verdura ma diminuisce il consumo di frutta in tutte e tre le fasce d'età e per entrambi i generi.

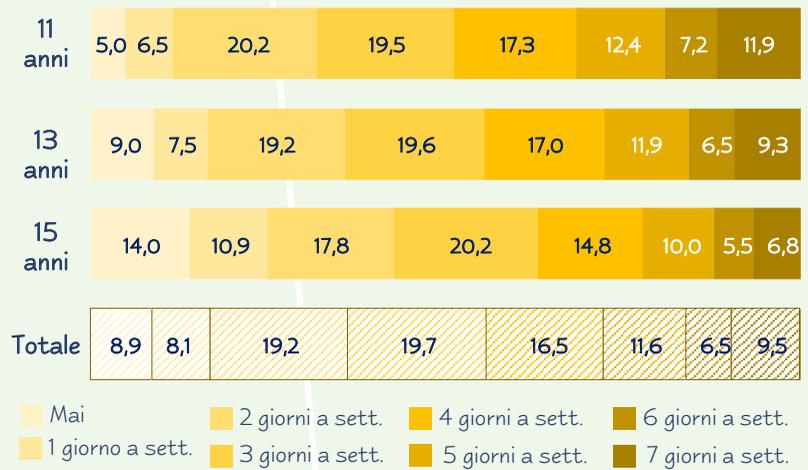
Pane, pasta e riso sono gli alimenti più consumati. Le bibite zuccherate/gassate sono bevute maggiormente dagli undicenni e dai maschi (tale consumo è in calo rispetto al 2014 in tutte e tre le fasce d'età considerate e in entrambi i generi).



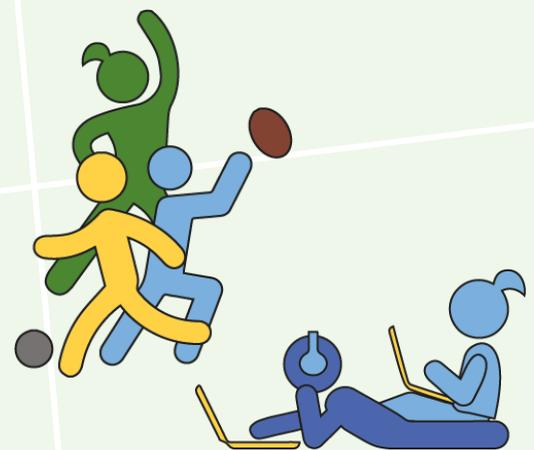
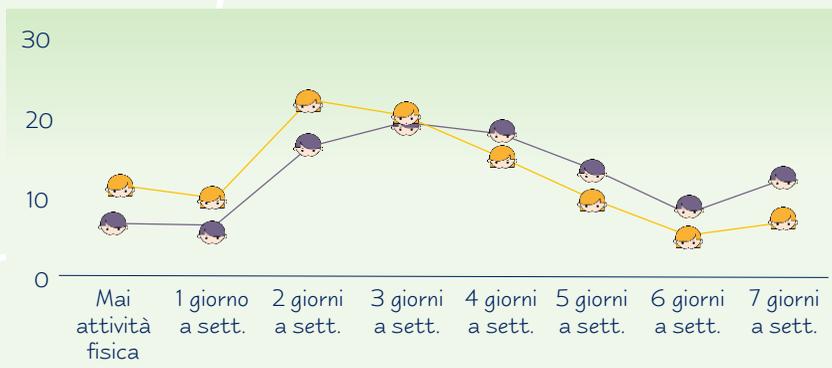
ATTIVITÀ FISICA

L'OMS raccomanda almeno 60 minuti di attività motoria moderata-intensa tutti i giorni per i giovani (5-17 anni) includendo il gioco, lo sport, i trasporti, la ricreazione e l'educazione fisica praticate nel contesto delle attività familiari, di scuola e comunità. La maggior parte dei giovani pratica almeno 60 minuti di attività fisica dai 2 ai 4 giorni la settimana. La frequenza raccomandata di praticarla tutti i giorni è rispettata dal 9,5% dei ragazzi 11-15 anni, ed è in diminuzione con l'età (dato in diminuzione rispetto al 2014). I ragazzi sono mediamente più attivi delle ragazze.

Attività fisica per almeno 60 minuti al giorno, nell'ultima settimana, per età (%)



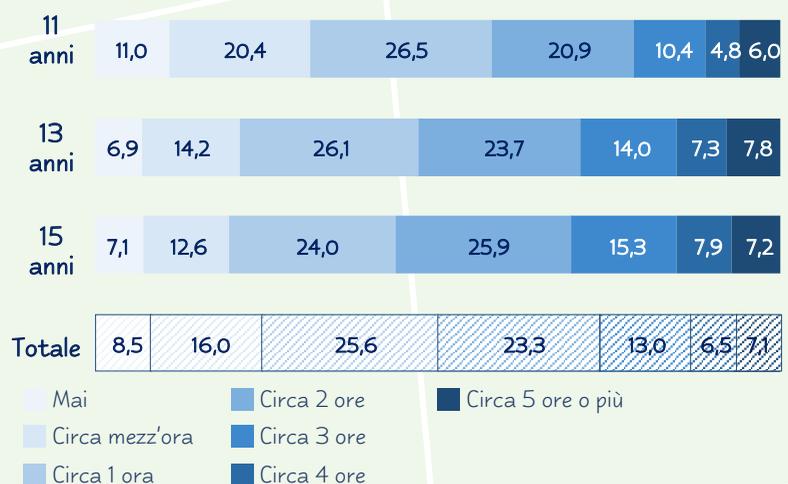
Attività fisica per almeno 60 minuti al giorno, nell'ultima settimana, per genere (%)



ABITUDINI SEDENTARIE

Le linee guida internazionali raccomandano di non superare 2 ore al giorno in attività dedicate a guardare lo schermo (videogiochi/computer/internet). Dai dati HBSC emerge che circa un quarto dei ragazzi supera questi tempi, con un andamento simile per entrambi i generi e valori in aumento dopo gli 11 anni (dato stabile rispetto al 2014).

Ore passate a guardare la TV/Video/DVD e altre forme di intrattenimento durante i giorni di scuola, per età (%)



Per saperne di più
WWW.

hbsc.unito.it/
epicentro.iss.it/okkioallasalute/hbsc-gyts/hbsc-gyts
hbsc.org