



*Conferenza Nazionale su OKKio alla SALUTE:
risultati del primo anno di indagini*

Roma, 20 novembre 2008

Fattori di rischio comportamentali: abitudini alimentari

Anna Lamberti

per il Gruppo di Coordinamento di OKKio alla SALUTE

CNESPS, Istituto Superiore di Sanità





Quali abitudini alimentari

- colazione
- merenda di metà mattina
- consumo di frutta e verdura
- consumo di bevande zuccherate e/o gassate





Una colazione qualitativamente adeguata



Latte



Biscotti



Frutta

Insieme di Carboidrati e Proteine

11,2% dei bambini non ha fatto colazione la mattina delle rilevazioni

28,4% dei bambini ha fatto una colazione non qualitativamente adeguata

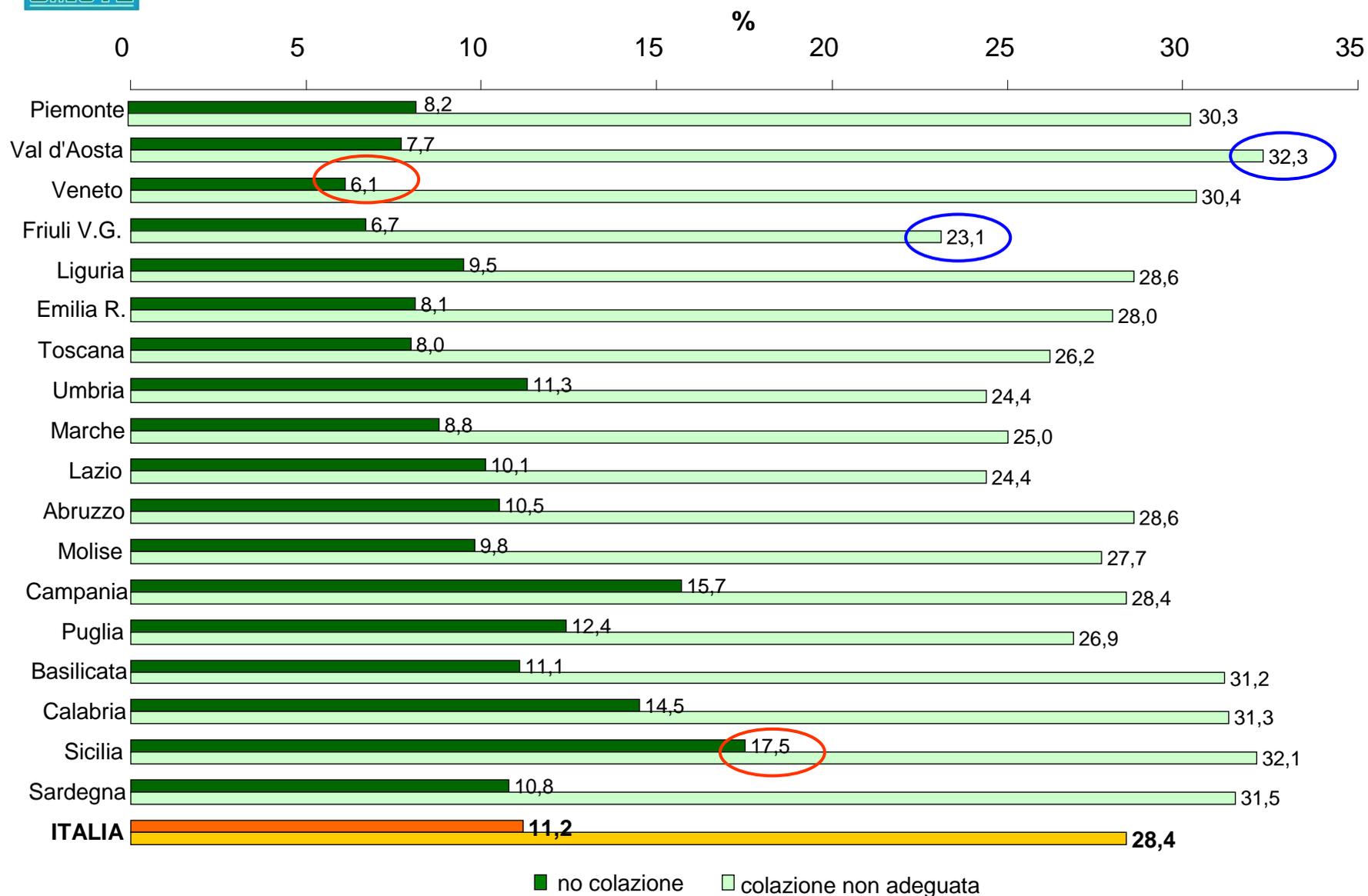
5

10

15



Percentuale di bambini che non fanno colazione o fanno una colazione non adeguata, per regione





Colazione per sesso

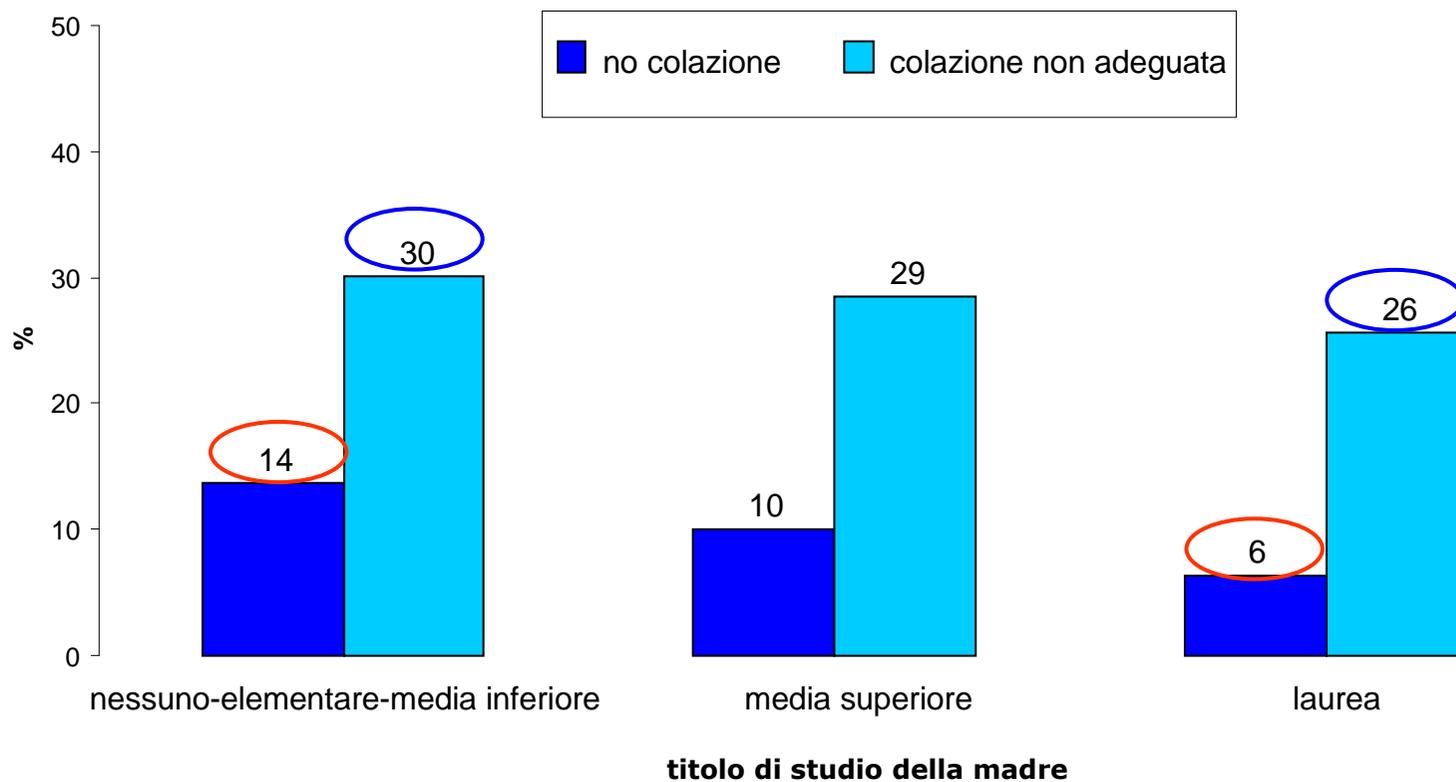
sesso	no colazione		colazione non adeguata		colazione adeguata		TOTALE
	N	%	N	%	N	%	N
maschio	2.523	11,1	6.425	27,2	14.490	61,7	23.438
femmina	2.360	11,4	6.623	29,8	13.081	58,8	22.064
TOTALE	4.883	11,2	13.048	28,4	27.571	60,3	45.502

L'analisi per sesso non ha permesso di evidenziare differenze rilevanti nelle percentuali di bambini che non fanno colazione o fanno una colazione non adeguata





Percentuale di bambini che non fanno colazione o fanno una colazione non adeguata, per titolo di studio della madre



Si riscontra un gradiente per titolo di studio della madre, con valori più alti associati a un basso livello di istruzione



Associazione tra consumo della prima colazione e prevalenza di sovrappeso-obesità

Prima colazione	N	% bambini in sovrappeso-obesità	OR grezzo (IC95%)	OR aggiustato* (IC95%)
no	4.828	48,5	1,91 (1,75-2,08)	1,70 (1,56-1,86)
sì, non adeguata	12.962	36,1	1,11 (1,04-1,19)	1,09 (1,02-1,17)
sì, adeguata	27.385	33,5	1	1

*OR aggiustato per età, sesso, regione, zona abitativa e titolo di studio della madre, mediante modello di regressione logistica

I bambini che non fanno colazione presentano un rischio più elevato di essere in sovrappeso o obesi rispetto ai loro coetanei che consumano una colazione adeguata





La merenda di metà mattina



yogurt



frutta



Spremuta di
frutta

Merenda qualitativamente adeguata

5

10

15



Merenda di metà mattina

- 14% dei bambini consuma un'adeguata merenda di metà mattina
- 4% non fa merenda

4 bambini su 5 assumono alimenti ad elevata densità energetica.

Abitudine riscontrata più di frequente tra coloro che non hanno assunto la colazione (86%)

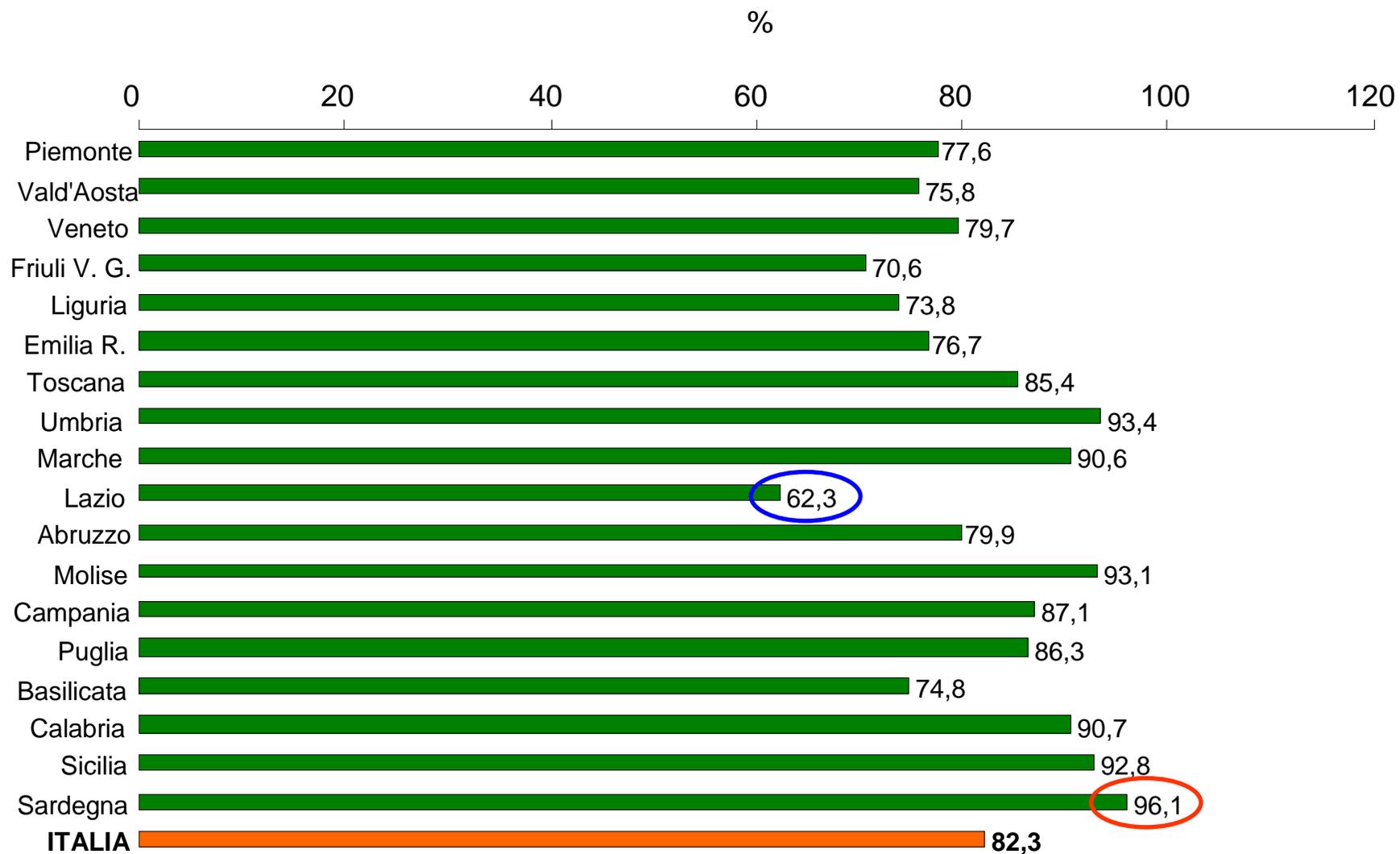
5

10

15



Percentuale di bambini che non fanno merenda o fanno una merenda non adeguata, per regione





Merenda per sesso

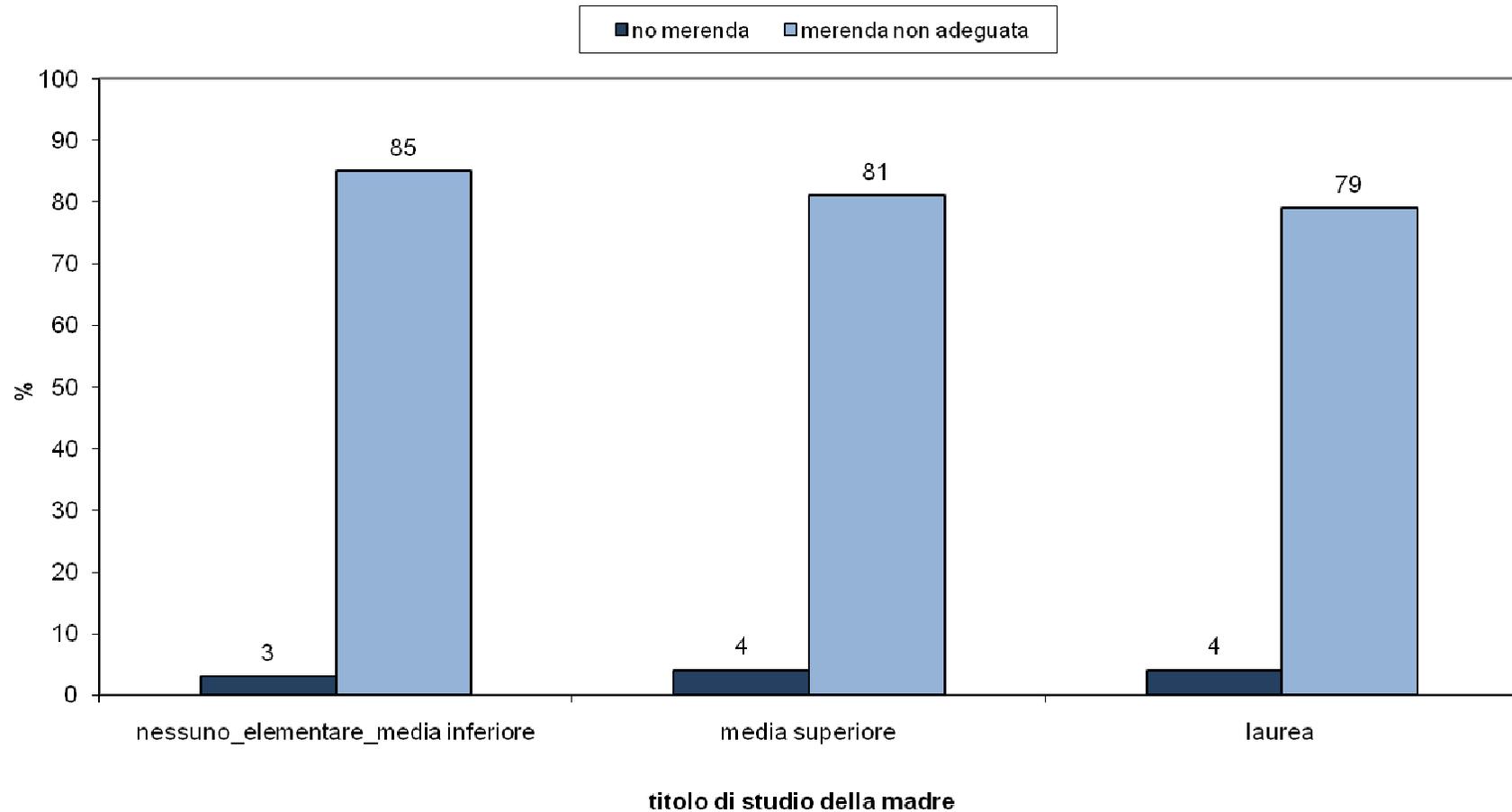
sesso	no merenda		merenda non adeguata		merenda adeguata		TOTALE
	N	%	N	%	N	%	N
maschio	1.081	4,2	19.385	81,3	2.979	14,5	23.445
femmina	762	2,9	18.574	83,2	2.728	13,9	22.064
TOTALE	1.843	3,6	37.959	82,2	5.707	14,2	45.509

Non sono state riscontrate differenze significative per sesso del bambino





Percentuale di bambini che non fanno merenda o fanno una merenda non adeguata, per titolo di studio della madre. Italia, 2008



Non sono state riscontrate differenze significative per titolo di studio della madre

5

10

15

Consumo di frutta e verdura

Fruits & Veggies Matter: Home: Eat a Colorful Variety of Fruits and Vegetables Every Day for Be - Windows Internet Explorer

http://www.fruitsandveggiesmatter.gov/index.html

File Modifica Visualizza Preferiti Strumenti ?

Fruits & Veggies Matter: Home: Eat a Colorful Variety ...

Pagina Strumenti



Eat a Variety of Fruits & Vegetables Every Day



How Many Fruits & Vegetables Do You Need?

Every body is different. Enter your age, sex and level of physical activity to find the amount that's right for you.

Age:

Sex:

Physical Activity: Choose the level that you do above and beyond the light activity of everyday life:

Show Me

Home

Fruit & Vegetable Benefits

Fruit & Vegetable of the Month

What Counts as a Cup?

Tips

Recipes

Interactive Tools

Q&A

Publications

For Health Professionals

Partner Web Sites



Mix up your daily choices with this month's featured fruit or vegetable. [View Calendar.](#)

Find great meals and create your own cookbook in [our Recipes.](#)

September is National Fruit & Veggies-More Matters Month. Get some [smart tips](#) from us.

Home | Site Map | Contact Us | Policies and Regulations | Email this page | Print-friendly | Disclaimer | e-Government

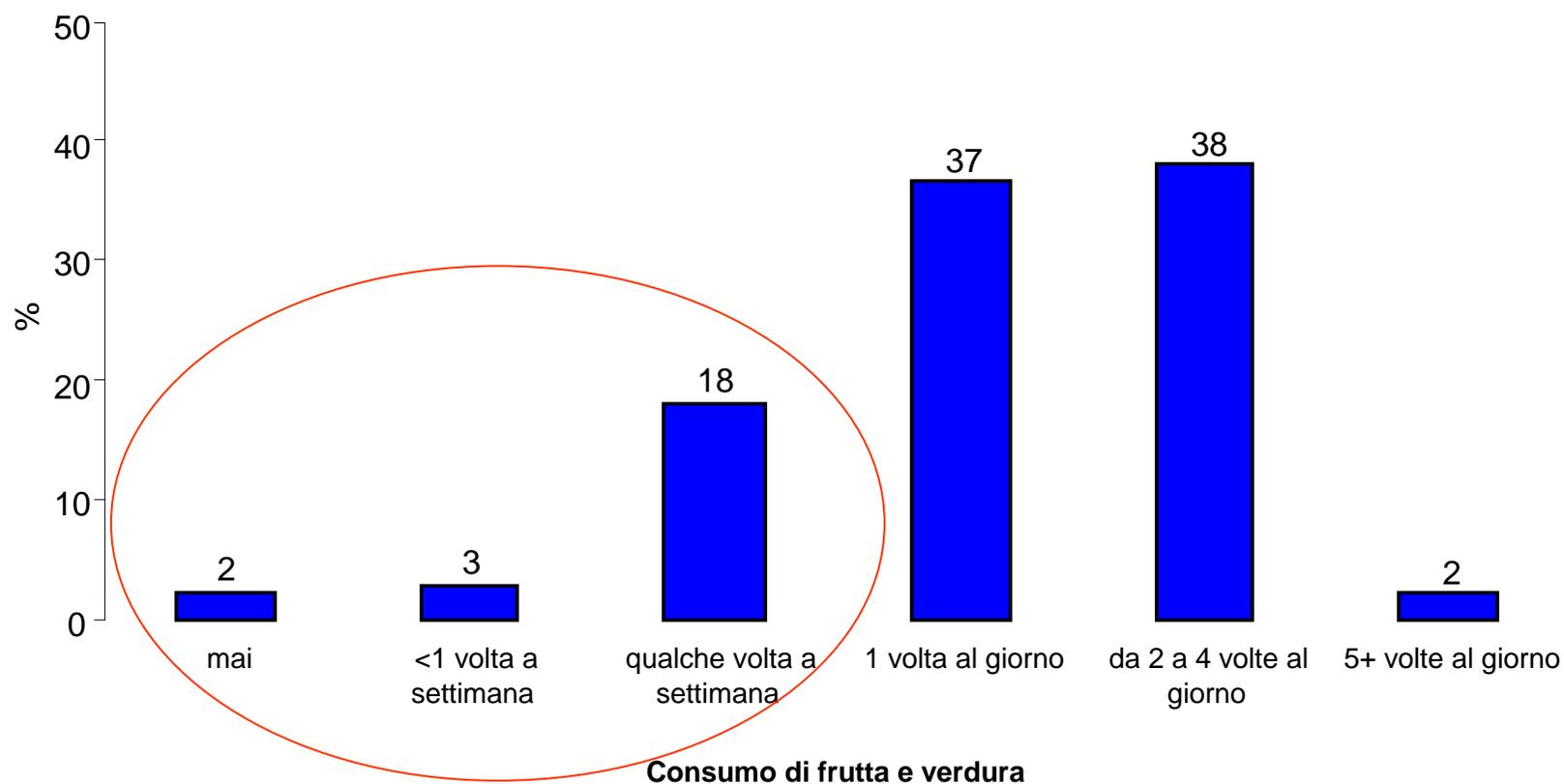
 Centers for Disease Control and Prevention  Department of Health and Human Services  National Cancer Institute  www.usa.gov

Fine Internet 100%

start P... M... R... L... L... F... G... Cerca sul PC 13.46



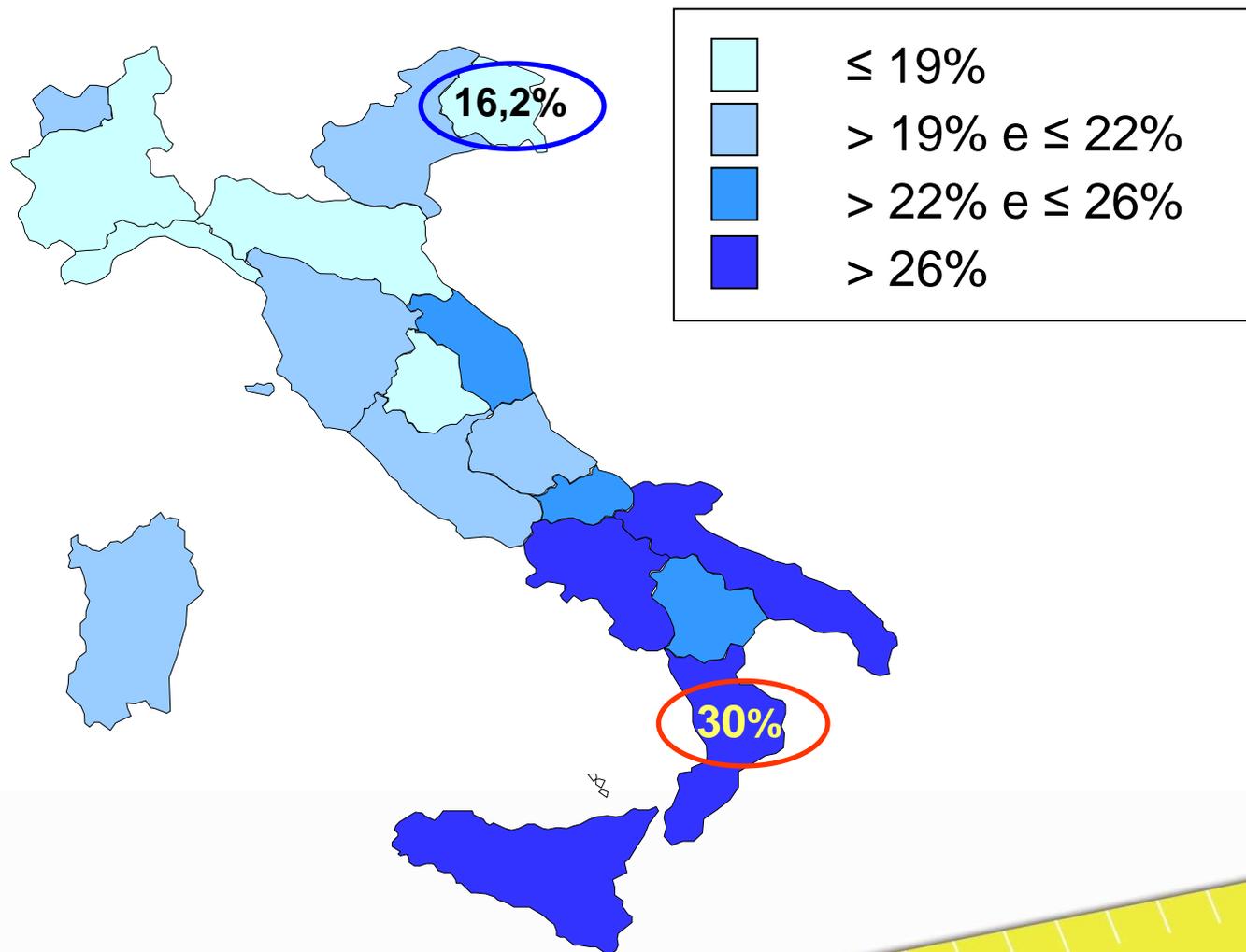
Distribuzione percentuale dei bambini per consumo di frutta e verdura



Il **23%** dei genitori dichiara che i propri figli non consumano quotidianamente frutta e verdura, mentre solo il 2% dei bambini supera le quattro porzioni giornaliere



Percentuale di bambini che non consumano quotidianamente frutta e verdura



5

10

15



Percentuale di bambini che non consumano quotidianamente frutta e verdura, per titolo di studio della madre

Titolo di studio della madre	N	Ridotto apporto di frutta e verdura		
		%	OR grezzo (IC95%)	OR aggiustato* (IC95%)
nessuno-elementare-media inf.	15.801	28,5	1	1
media superiore	18.536	20,5	0,65 (0,60-0,69)	0,68 (0,63-0,74)
laurea	5.582	14,8	0,44 (0,39-0,49)	0,47 (0,42-0,53)

OR* aggiustato per età, sesso, regione, zona abitativa, mediante modello di regressione logistica.

L'abitudine a non consumare quotidianamente frutta e verdura diminuisce all'aumentare del livello di istruzione della madre.

5

10

15



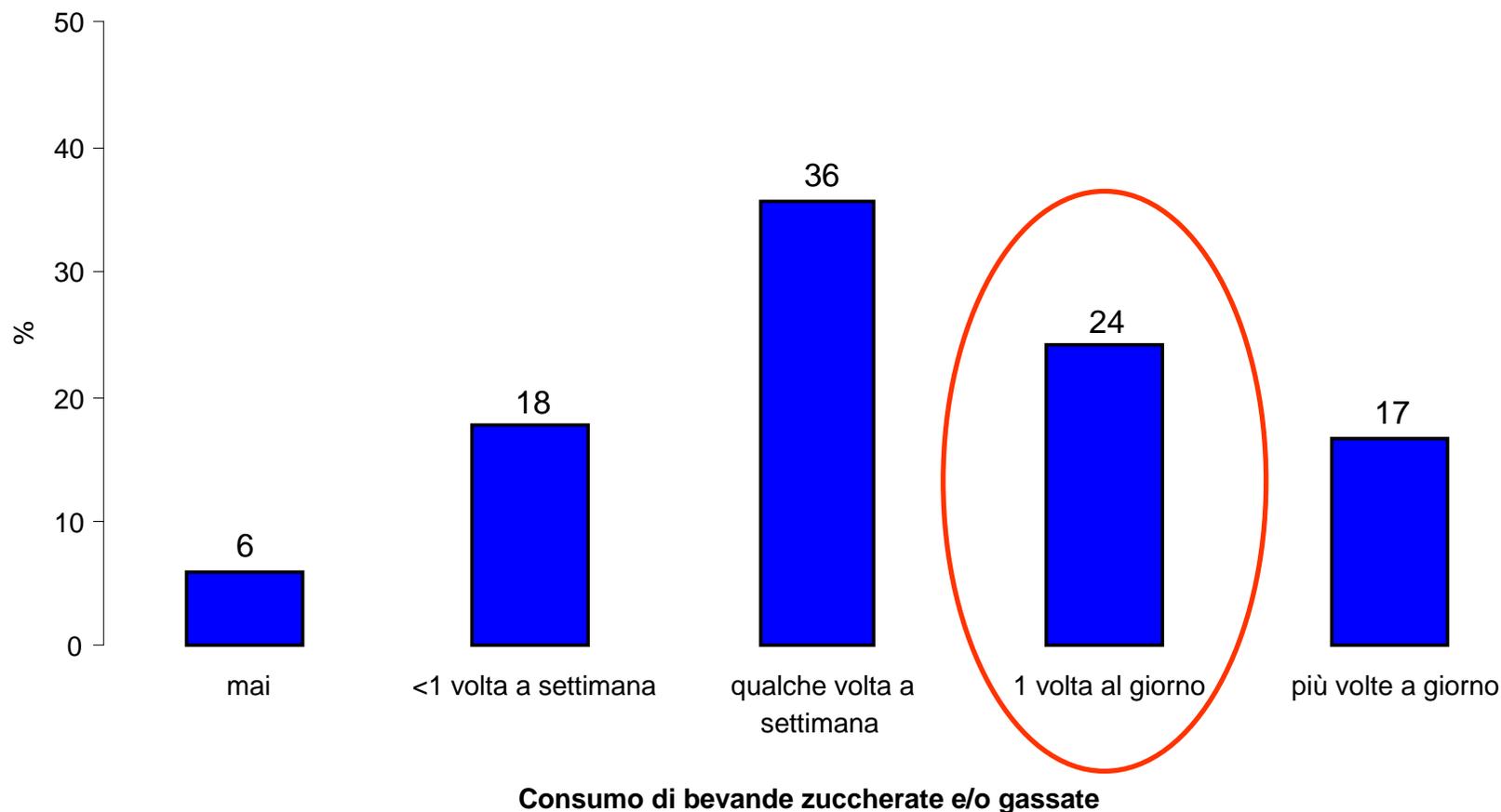
Consumo di bevande zuccherate e/o gassate

- Una lattina di bevanda zuccherata da 33 cl può contenere una quantità di zuccheri pari a **40-50** grammi
- Il **41%** dei bambini consuma quotidianamente bevande zuccherate e il **17%** più di una volta al giorno





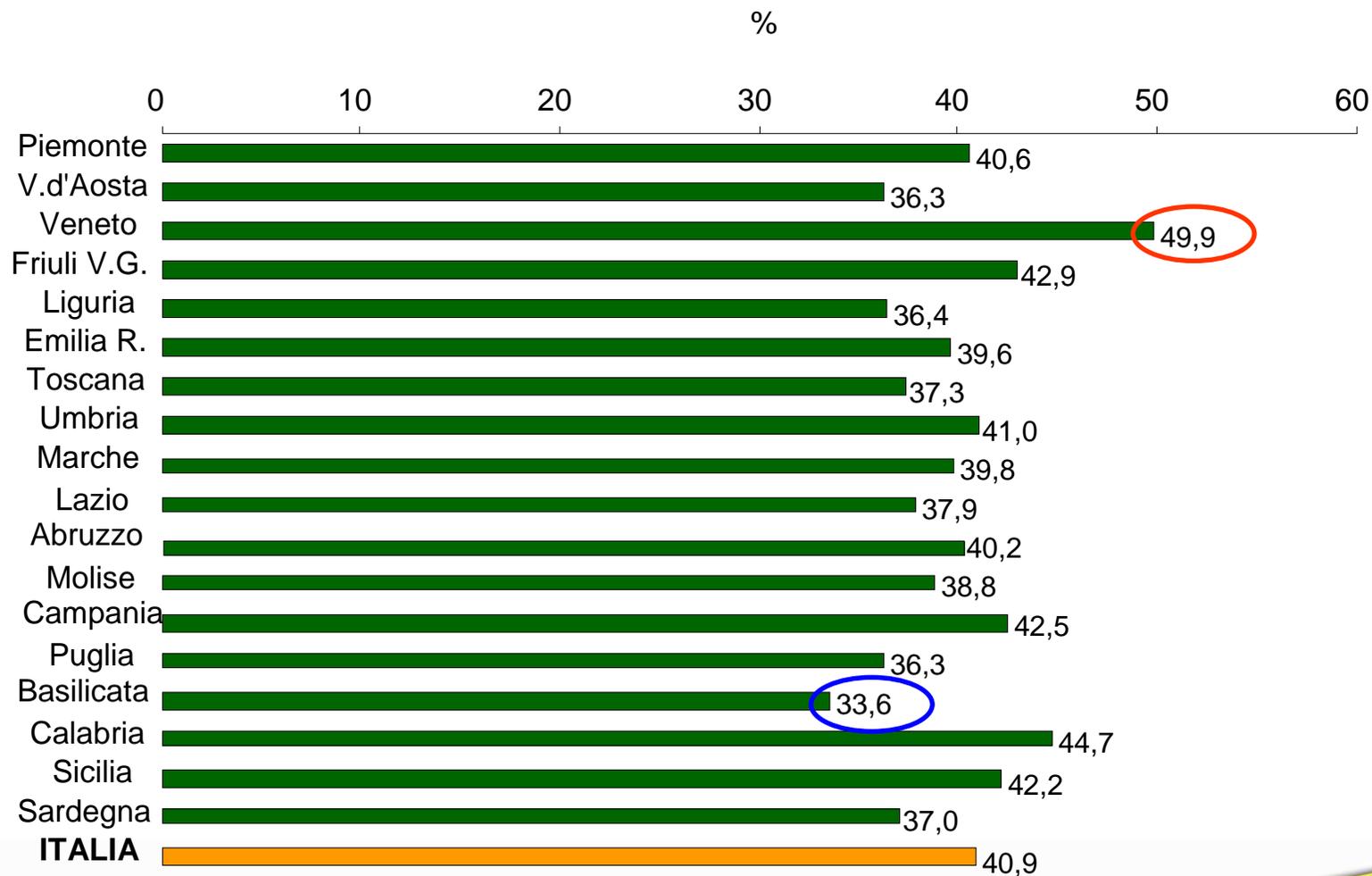
Distribuzione percentuale dei bambini per consumo di bevande zuccherate e/o gassate



Il **41%** dei bambini consuma quotidianamente bevande zuccherate, di cui il **17%** più di una volta al giorno



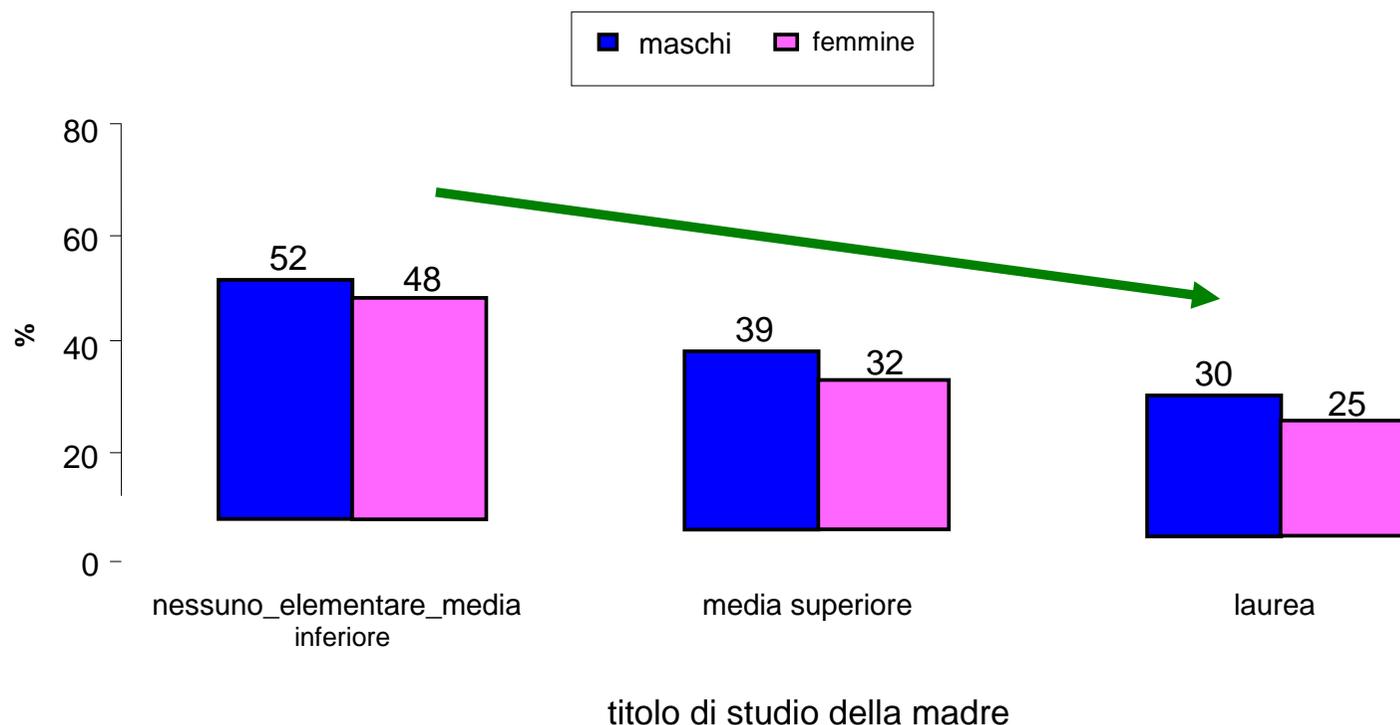
Percentuale di bambini che consumano bevande zuccherate una o più volte al giorno



Non emerge un chiaro gradiente Nord-Sud



Percentuale di bambini che assumono bevande zuccherate e/o gassate, per sesso del bambino e titolo di studio della madre



- Si apprezzano variazioni nei due sessi, con una percentuale più alta nei maschi
- Il consumo di bibite zuccherate tende a diminuire con la scolarità della madre

5

10

15



Spuntino dopo cena

- Il 33% dei bambini ha consumato uno spuntino la sera precedente l'indagine
- Abitudine più frequente nei maschi rispetto alle femmine (36% vs 31%)
- È presente un gradiente per titolo di studio della madre (36% per un basso livello di istruzione, 29% per la laurea)





Conclusioni

- Alta prevalenza di comportamenti alimentari scorretti nei bambini
- Maggiore frequenza nelle regioni del centro e del sud
- Forte legame con il livello di istruzione delle madri





**Grazie
dell'attenzione**