

# OKkio alla SALUTE: risultati dell'indagine 2019

È un sistema di sorveglianza nazionale promosso e finanziato dal Ministero della Salute/CCM e coordinato dal CNaPPS - Istituto Superiore di Sanità in collaborazione con tutte le Regioni e il Ministero dell'Istruzione. Raccoglie informazioni sugli stili di vita dei bambini della scuola primaria, sul loro stato ponderale e sulle iniziative scolastiche riguardanti la nutrizione e il movimento. Il DPCM pubblicato in Gazzetta Ufficiale il 12 maggio 2017 ha inserito questa sorveglianza tra i Sistemi di sorveglianza di rilevanza nazionale e regionale, individuando nell'Istituto Superiore di Sanità l'ente di livello nazionale presso il quale essa è istituita. Dall'anno della sua istituzione, OKkio alla SALUTE ha realizzato sei raccolte dati (2008/9, 2010, 2012, 2014, 2016 e l'ultima nel 2019) che sono anche parte integrante dell'iniziativa della Regione Europea dell'OMS – Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI).

# Regione Lombardia

## IL CAMPIONE



**BAMBINI ISCRITTI**  
3457



**CLASSI**  
166



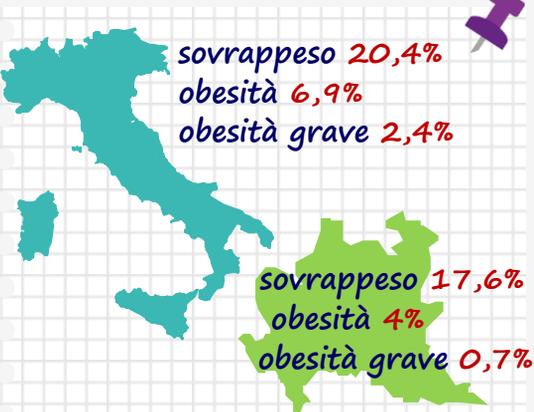
**GENITORI**  
3308

**RIFIUTI**  
168

## Sovrappeso e obesità nei bambini

Nel 2019 il 75,4% dei bambini lombardi è risultato normopeso.

Sovrappeso e obesità sono inferiori alla media nazionale e la Lombardia, nella classifica delle regioni con i valori ponderali più salutari, si posiziona al quarto posto.



**Sotto-normopeso**  
76,9%



**sovrapeso**  
17,6%



**obeso**  
5,4%



**Sotto-normopeso**  
78,6%



**sovrapeso**  
17,5%



**obeso**  
3,9%

## FATTORI DI RISCHIO

### Cattive abitudini alimentari dei bambini

#### Colazione



Non fa colazione quotidianamente il **6,6%** dei bambini e il **39,9%** la fa non adeguata, ossia sbilanciata in termini di carboidrati e proteine.

#### Merenda abbondante



Il **46,1%** dei bambini consuma una merenda di metà mattina abbondante e di conseguenza non adeguata.

#### Consumo quotidiano di bevande zuccherate/gassate



Il **12%** consuma quotidianamente bibite zuccherate/gassate.

#### Consumo non quotidiano di frutta e/o verdura



Il **21%** consuma frutta e/o verdura meno di una volta al giorno.

#### news dal 2019



#### Consumo di legumi

I legumi sono consumati dal **45,6%** dei bambini meno di una volta a settimana.

#### news dal 2019



#### Snack dolci e salati

Il **54,4%** dei bambini consuma snack dolci più di 3 giorni a settimana e il **12,9%** consuma snack salati più di tre giorni a settimana.

### Attività fisica



Il **17,6%** dei bambini non ha svolto attività fisica il giorno precedente l'indagine.

### Sedentarietà



Il **33,8%** dei bambini ha la TV nella propria camera da letto.

Il **37,6%** dei bambini trascorre più di 2 ore al giorno davanti a TV e/o videogiochi/tablet/cellulare.

Il **9,7%** dei bambini dorme meno di nove ore per notte.

## SOVRAPPESO

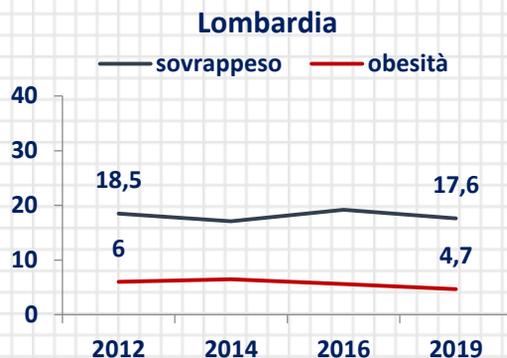


I dati raccolti dal 2012 ad oggi sul sovrappeso in Lombardia mostrano un andamento discontinuo ma si registra un calo nel 2019.

## OBESITÀ

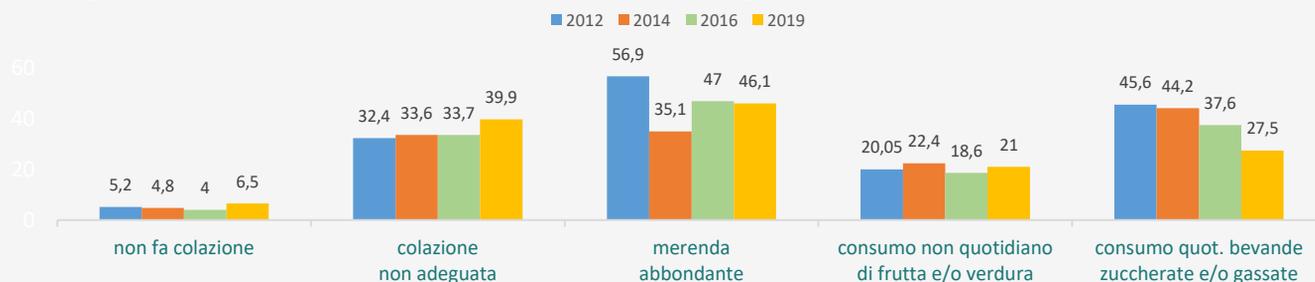


Dal 2012 ad oggi il trend dell'obesità in Lombardia è in calo.



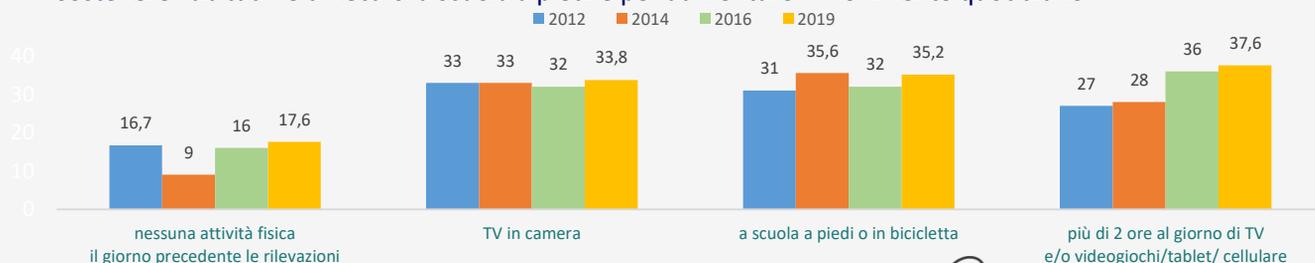
## CATTIVE ABITUDINI ALIMENTARI

Il trend positivo più evidente in Lombardia è il calo del consumo quotidiano di bevande zuccherate e/o gasate. Gli altri profili mostrano andamenti discontinui che suggeriscono la necessità di incrementare ulteriormente gli sforzi per favorire l'adozione di un'alimentazione salutare. In particolare servono strategie più efficienti per migliorare la qualità della prima colazione che mostra un peggioramento costante nel corso del tempo.



## ATTIVITÀ FISICA E SEDENTARIETÀ

La percentuale di chi passa più di 2 ore al giorno davanti a uno schermo (TV, Table, e videogiochi) è in costante aumento. La crescente disponibilità di device per i più piccoli rischia di far peggiorare ulteriormente questa abitudine per cui è necessario che le figure educative che accompagnano i bambini mettano in campo strategie efficaci per offrire loro alternative più salutari. Ulteriori sforzi devono essere profusi anche per sostenere l'abitudine di recarsi a scuola a piedi e per aumentare il movimento quotidiano.



**Referenti regionali:** Corrado Celata, Liliana Coppola, Giusi Gelmi, Claudia Lobascio, Lucia Pirrone, Veronica Velasco

**Referenti aziendali:** Daniela Parodi, Paola Ghidini, Emanuela Donghi, Maria Antonietta Bianchi, Cristina Cassatella, Maria Stefania Bellesi, Cristina Baggio, Elena Nichetti

Per maggiori informazioni su OKkio alla SALUTE

[www.epicentro.iss.it/okkioallasalute](http://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute)

[www.promozionesalute.regione.lombardia.it](http://www.promozionesalute.regione.lombardia.it)

### Comitato Tecnico

Marta Buoncristiano, Giulia Cairella, Marcello Caputo, Margherita Caroli, Chiara Cattaneo, Laura Censi, Liliana Coppola, Simona De Introna, Barbara De Mei, Maria Paola Ferro, Daniela Galeone, Mariano Giacchi, Giordano Giostra, Marina La Rocca, Laura Lauria, Gianfranco Mazzarella, Maria Teresa Menzano, Paola Nardone, Federica Pascoli, Anna Rita Silvestri, Daniela Pierannunzio, Michele Antonio Salvatore, Angela Spinelli, Alessandro Vienna.