

## 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, 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 Toscana

### IL CAMPIONE



**BAMBINI ISCRITTI**  
1856

**CLASSI**  
90

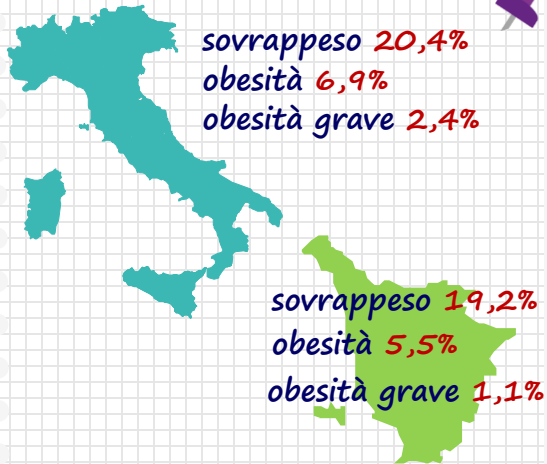


**GENITORI**  
1674

**RIFIUTI**  
137

### Sovrappeso e obesità nei bambini

Il sovrappeso e l'obesità in giovane età hanno implicazioni a breve e a lungo termine sulla salute e rappresentano un fattore di rischio per lo sviluppo di patologie in età adulta. Nella Regione Toscana il **6,6%** dei bambini è obeso, il **19,2%** sovrappeso, il **73,1%** normopeso e l'**1,1%** sottopeso. Quasi 3 bambini su 10 presentano un eccesso di peso



### FATTORI DI RISCHIO

#### Cattive abitudini alimentari dei bambini



##### Colazione

Non fa colazione quotidianamente il **7,1%** dei bambini e il **30,5%** la fa non adeguata, ossia sbilanciata in termini di carboidrati e proteine.



##### Merenda abbondante

Il **65,4%** dei bambini consuma una merenda di metà mattina abbondante e di conseguenza non adeguata.



##### Consumo quotidiano di bevande zuccherate/gassate

Il **19,4%** consuma quotidianamente bibite zuccherate/gassate.



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

Il **23,8%** consuma frutta e/o verdura meno di una volta al giorno.

news dal 2019

##### Consumo di legumi

I legumi sono consumati dal **25%** dei bambini meno di una volta a settimana.



news dal 2019

##### Snack dolci e salati

Il **44,8%** dei bambini consuma snack dolci più di 3 giorni a settimana e il **5,8%** consuma snack salati più di tre giorni a settimana.

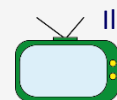


##### Attività fisica



Il **17,9%** dei bambini non ha svolto attività fisica il giorno precedente l'indagine.

##### Sedentarietà



Il **40%** dei bambini ha la TV nella propria camera da letto.  
Il **41,1%** dei bambini trascorre più di 2 ore al giorno davanti a TV e/o videogiochi/tablet/cellulare.



Il **12,2%** dei bambini dorme meno di nove ore per notte.



sotto-normopeso  
**75,3%**



sovrappeso  
**17,9%**



obeso  
**6,8%**



sotto-normopeso  
**73,2%**

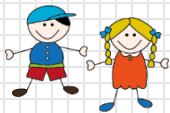


sovrappeso  
**20,4%**



obeso  
**6,4%**

## SOVRAPPESO

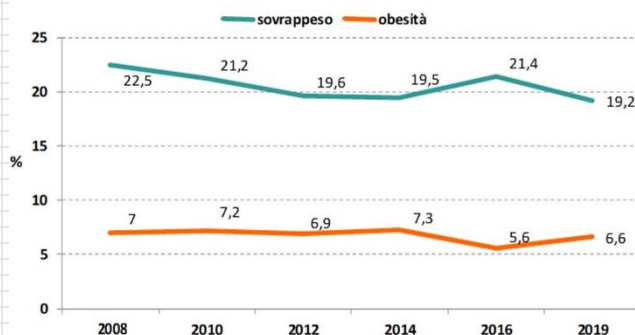


Rispetto alle precedenti rilevazioni nella nostra regione si assiste ad una leggera flessione della prevalenza di bambini in sovrappeso.

## OBESITÀ

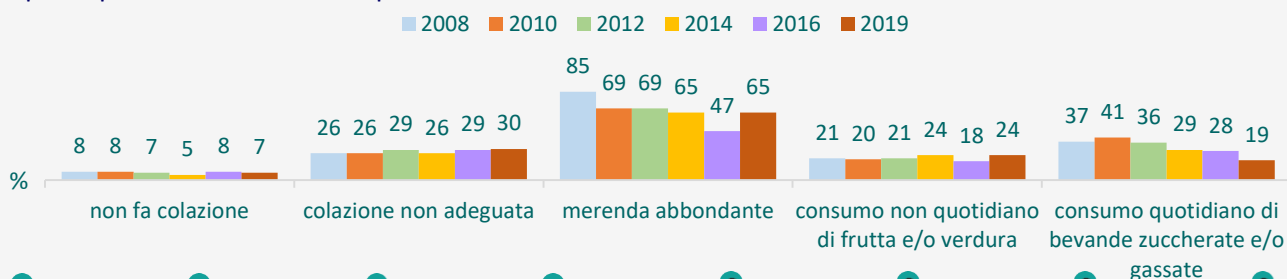


I valori dell'obesità sono invece sostanzialmente invariati.



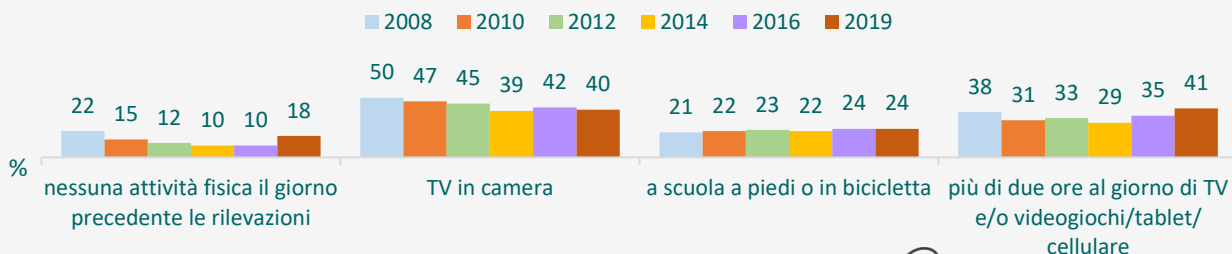
## CATTIVE ABITUDINI ALIMENTARI

Una dieta qualitativamente equilibrata, in termini di bilancio fra grassi, proteine e glucidi, e la sua giusta distribuzione nell'arco della giornata, contribuisce a produrre e/o a mantenere un corretto stato nutrizionale. Nella nostra Regione con la sesta raccolta dei dati, si conferma la grande diffusione fra i bambini di abitudini alimentari che non favoriscono una crescita armonica e sono fortemente predisponenti all'aumento di peso.



## ATTIVITÀ FISICA E SEDENTARIETÀ

L'attività fisica è un fattore determinante per mantenere o migliorare la salute dell'individuo poiché è in grado di ridurre il rischio di molte malattie cronic-degenerative. Si consiglia che i bambini facciano attività fisica moderata/intensa ogni giorno per almeno 1 ora e che il tempo trascorso in attività sedentarie, come guardare la Tv/tablet/vidogiochi/cellulare non superi le 2 ore quotidiane.



### Referenti regionali, aziendali e operatori sanitari:

Candida Aiello, Laura Aramini, Emanuela Balocchini, Francesca Bardi, Sabrina Bonechi, Valentina Bucciarelli, Giovanna Camarlinghi, Cristiana Cappelli, Ranieri Carlini, Roberta Carli, Chiara Cinotti, Elena Corsinovi, Maria Teresa De Florian Martina Di Meglio, Nella Maria Fadda, Anna Lisa Filomena, Luigi Franchini, Antonio Gallo, Elena Griesi, Marisa Gangemi, Maria Giuseppina Galli, Giorgio Garofalo, Gianna Lia Innocenti, Alda Isola, Maria Luisa La Gamma, Giacomo Lazzeri, Rossella Leonardi, Cinzia Massini, Veronica Meoni, Elisa Musetti, Katia Moretti, Fausto Bruno Morgantini, Gabrielle Moras, Barbara Niccoli, Andrea Pammolli, Franco Papa, Diletta Peroni, Paola Picciolli, Davide Romani, Irene Scacciati, Rita Simi, Maurizio Spagnesi, Claudio Tofanari, Elena Tomassetto, Mauro Vannucci, Giuseppe Vannucchi, Stefania Vezzosi, Daniela Zocchi.

### 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 Pascali, Anna Rita Silvestri, Daniela Pierannunzio, Michele Antonio Salvatore, Angela Spinelli, Alessandro Vienna.

Per maggiori informazioni su OKkio alla SALUTE  
[www.epicentro.iss.it/okkioallasalute](http://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute)  
[www.creps-siena.eu](http://www.creps-siena.eu)