



# Sovrappeso e obesità nei bambini e nei ragazzi

**Anna Lamberti**

**per il gruppo OKkio alla SALUTE 2010 e HBSC Italia 2010**

Reparto salute della donna e dell'età evolutiva

Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute

Istituto Superiore di Sanità



Secondo i dati dell'Organizzazione Mondiale della Sanità l' **86%** dei decessi, il **77%** della perdita di anni di vita in buona salute, il **75%** delle spese sanitarie, in Europa e in Italia, sono causati da alcune **patologie cronicodegenerative** che hanno in comune fattori di rischio modificabili, quali **fumo** di tabacco, **obesità** e sovrappeso, abuso di **alcol**, scarso consumo di frutta e verdura e la **sedentarietà**.

**Alcuni di questi comportamenti e stili di vita non salutari si instaurano spesso già nell'infanzia e nell'adolescenza.**



Nel 2007, il Ministero della Salute/CCM ha promosso il progetto “**Sistema di indagini sui rischi comportamentali in età 6-17 anni**”, coordinato dal CNESPS-ISS e realizzato in collaborazione con il MIUR, le Regioni, l’INRAN e le Università di Torino, Siena e Padova.

Il progetto è collegato al programma europeo “**Guadagnare salute**” e ai “Piani della Prevenzione”

### **Obiettivo**

Raccogliere, con la stessa metodologia e in tutte le regioni, informazioni accurate sugli stili di vita e i comportamenti dei ragazzi (6-17 anni) in relazione ai principali fattori di rischio per le malattie cronico-degenerative:

- **alimentazione**
- **attività fisica**
- **fumo**
- **alcol**



**OKkio alla SALUTE** per la promozione della salute e della crescita sana nei bambini della scuola primaria (6-10 anni). Misurazione standardizzata di peso e altezza e raccolta di informazioni su abitudini alimentari e attività fisica. Raccolta dati su un campione di bambini frequentati la 3° classe primaria (8-9 anni), coordinato direttamente dall'ISS.

**Zoom 8** studio di approfondimento sulle abitudini alimentari e lo stile di vita dei bambini delle scuole primarie. Comprendere i motivi della variabilità regionale emersa in OKkio alla SALUTE, coordinato dall'INRAN in collaborazione con l'ISS

**HBSC “Health Behaviour in School-aged Children”** raccolta di informazioni sui principali rischi comportamentali per le malattie croniche in età evolutiva (11-17 anni). Raccolta dati ogni 4 anni su un campione di ragazzi di 11, 13 e 15 anni in ciascuna regione. Coordinato dalle Università di Torino, Siena e Padova in collaborazione con l'ISS





# OKkio alla SALUTE: **Obiettivo**

Implementare, nelle diverse regioni italiane, un sistema di sorveglianza che descriva nei bambini:

- la stato ponderale
- gli stili alimentari
- l'abitudine all'esercizio fisico
- i comportamenti sedentari
- le eventuali iniziative scolastiche favorenti la sana alimentazione e l'attività motoria

PERIODICITA' DELLA RACCOLTA  
DATI BIENNALE  
2008-9 2010 2012



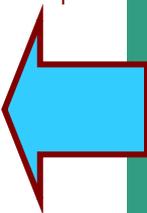
# OKkio alla SALUTE 2010:

## Classi campionate, bambini e genitori partecipanti

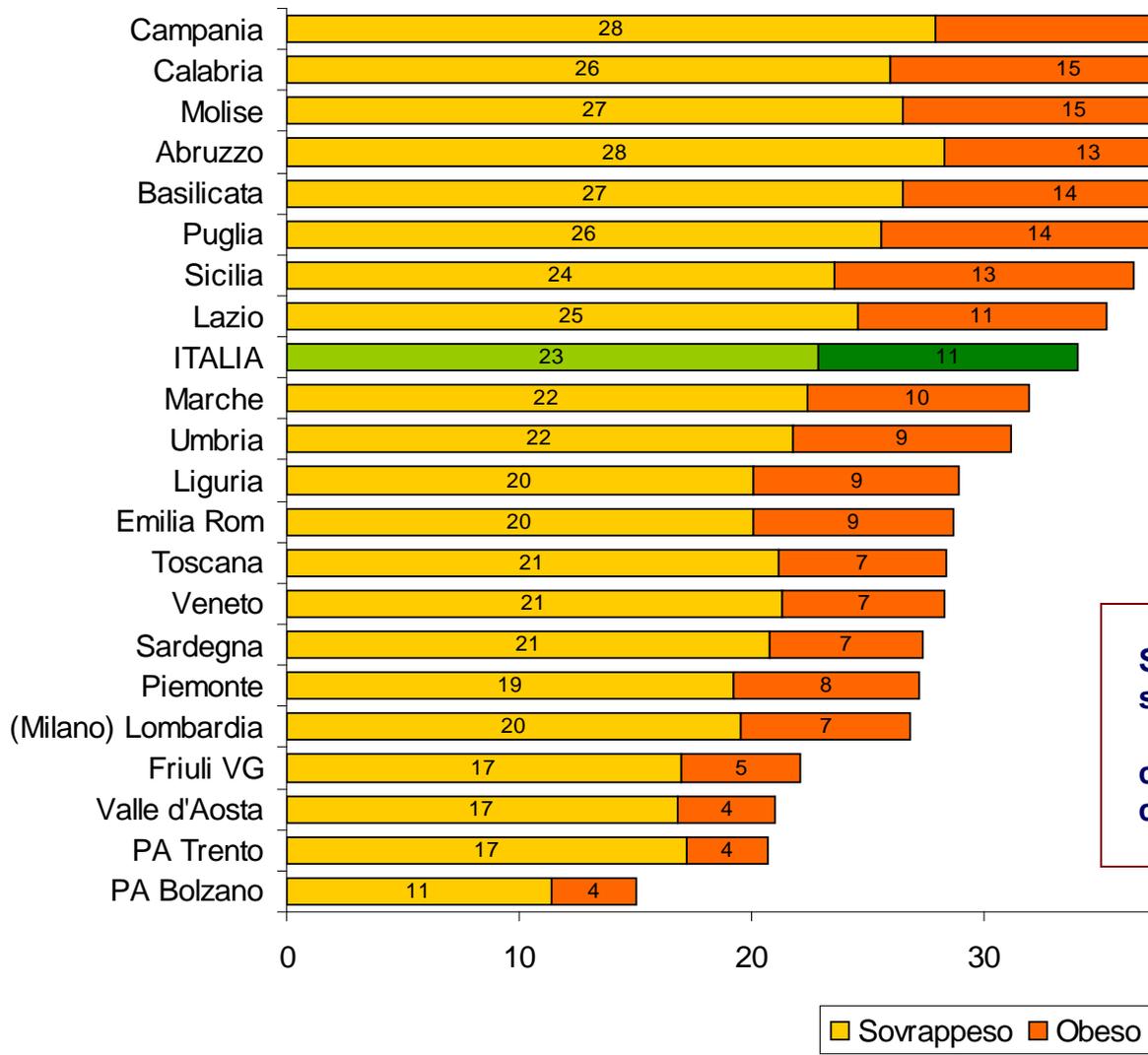
- **2.437 classi** della 3<sup>a</sup> primaria
- **42.549 bambini** misurati
- **Rifiuti: 3%**
- **44.400 genitori** intervistati (le madri nell'88% dei casi)
- **2.226 questionari** sull'ambiente scolastico



La Repubblica di San Marino ha aderito a questa raccolta dati misurando 345 bambini dislocati in 18 classi, ma questo campione non è stato incluso nell'analisi nazionale



# Sovrappeso e obesità per regione, bambini di 8-9 anni della 3<sup>a</sup> primaria, OKkio alla SALUTE 2010



## ITALIA

### Sovrappeso

**23,0%**

(IC 95%: 22,5%-23,6%)

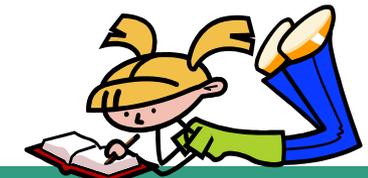
### Obeso

**11,2%**

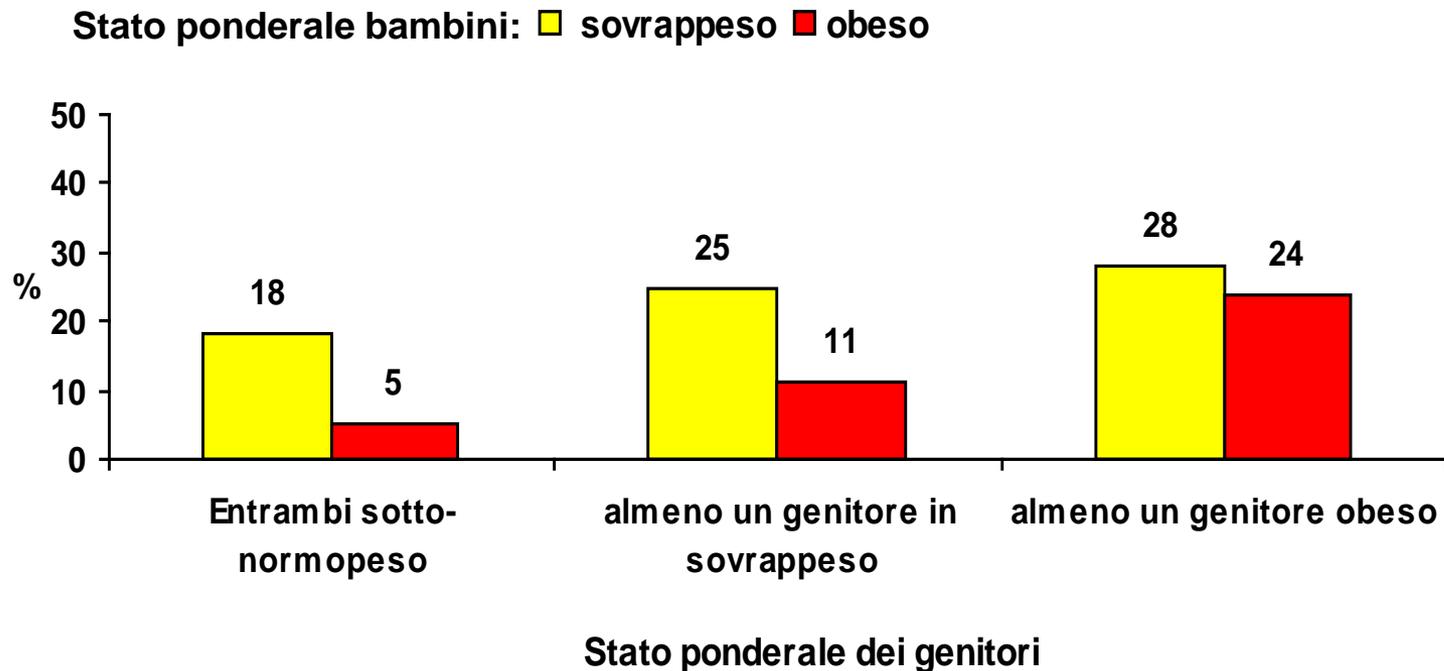
(IC 95%: 10,7%-11,6%)

**Stima di bambini di 6-11 anni sovrappeso e obesi:**  
circa 1 milione e centomila, di cui quasi 400 mila obesi.

**Nel 2008-9: 23,2% sovrappeso 12,0% obesi**



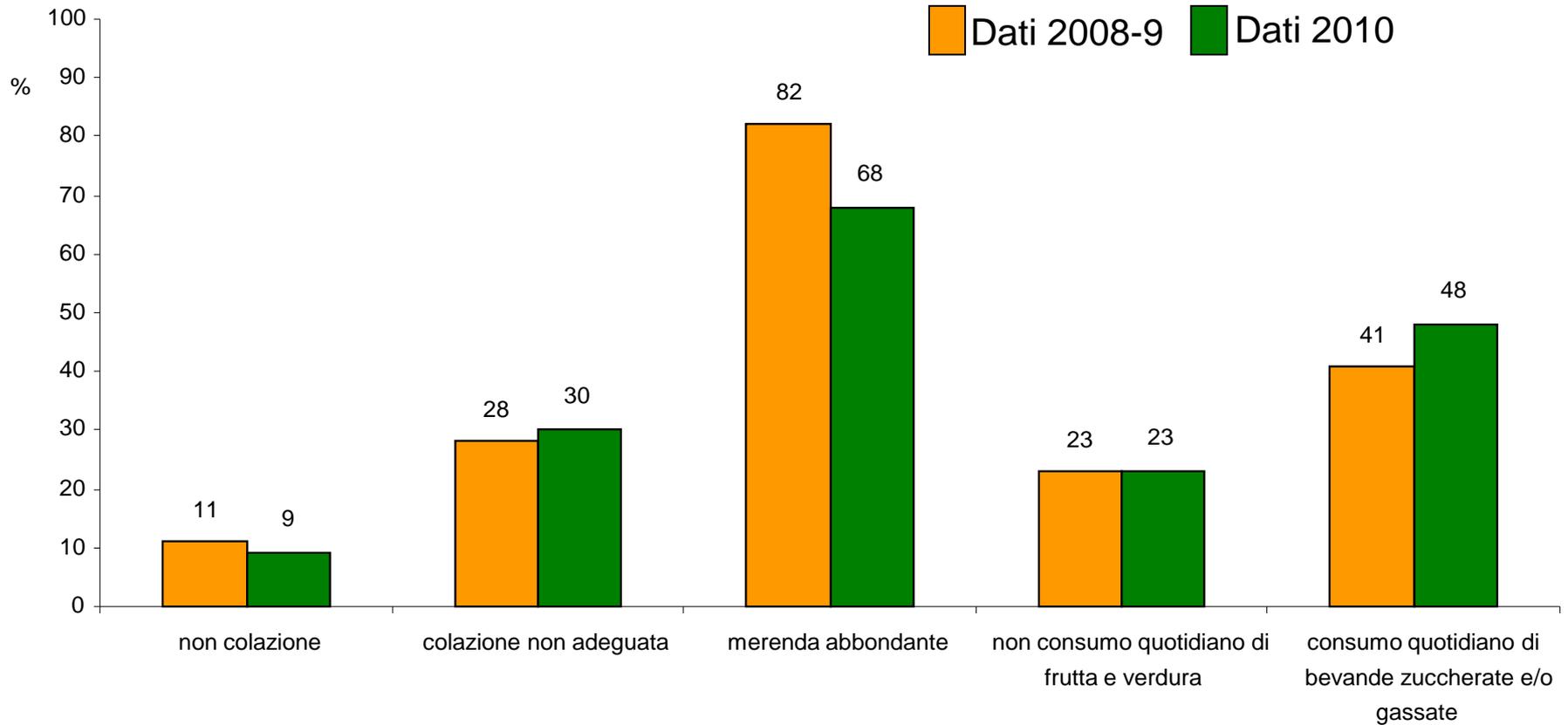
# Stato ponderale dei bambini rispetto ai genitori. OKkio alla SALUTE 2010



Abbiamo confrontato l'IMC del bambino rispetto a quello dei genitori ed è stato valutato, in particolare, l'eccesso di peso del bambino quando almeno uno dei genitori risulta essere sovrappeso o obeso

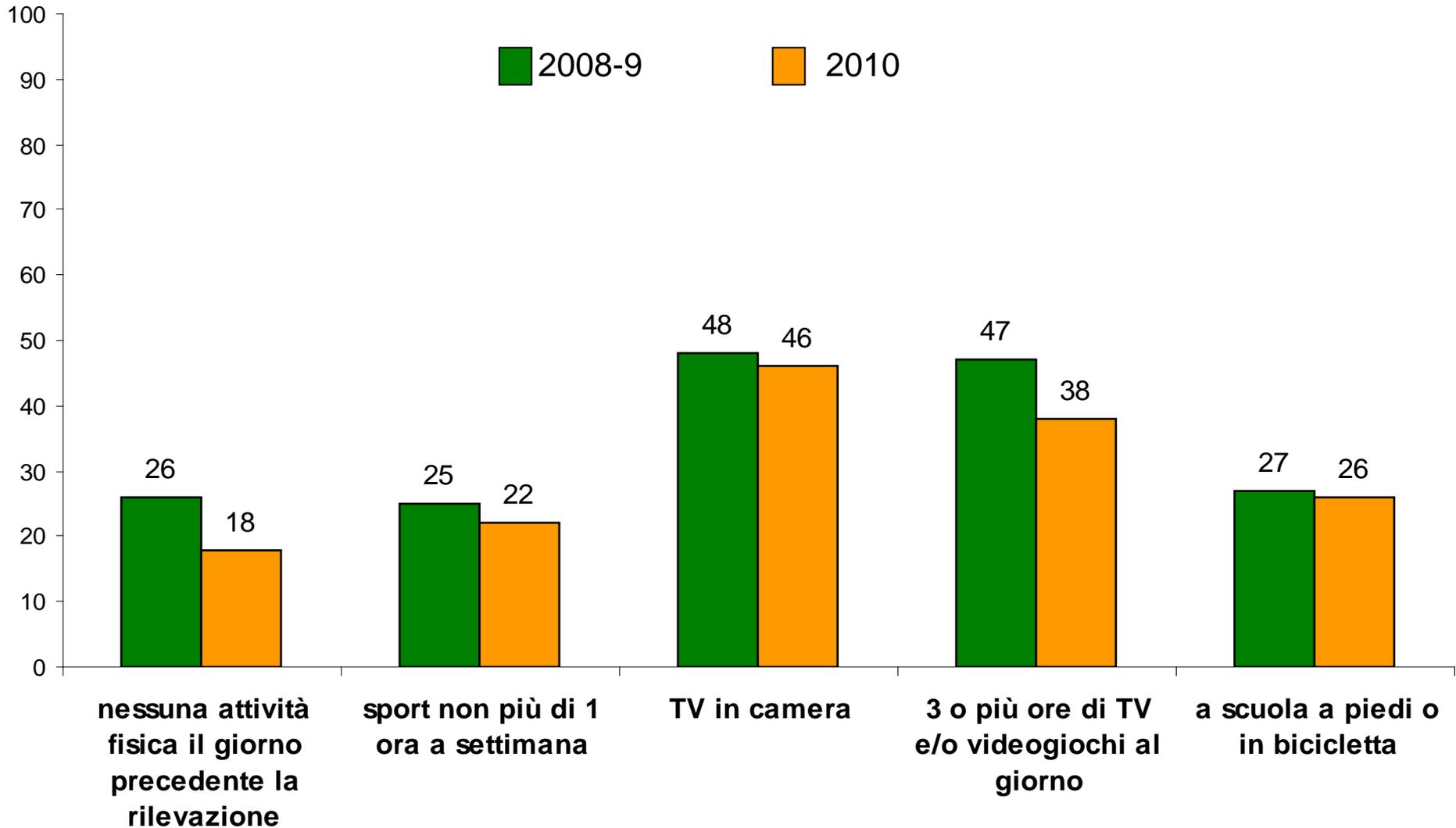


# Cattive abitudini alimentari





# Attività fisica e comportamenti sedentari



# Percezione

- Tra le madri di bambini in sovrappeso o obesi, il **36%** non ritiene che il proprio figlio sia in eccesso ponderale
- **2** genitori su **3** di bambini in sovrappeso o obesi sembrano sottovalutare la quantità di cibo assunta dai propri figli
- Circa **1** madre su **2** di bambini fisicamente non attivi, ritiene che il proprio figlio svolga un'attività motoria sufficiente



# HBSC: Obiettivi



- Monitorare nel tempo la salute dei giovani ed i fattori che la influenzano
- Acquisire una maggiore conoscenza dell'influenza che la scuola, la famiglia, e altri contesti sociali hanno sullo stile di vita e sulla salute dei giovani
- Agevolare lo sviluppo di programmi e politiche che promuovano la salute dei giovani
- Comparare i dati nel tempo
- Fare confronti con le altre nazioni

## POPOLAZIONE IN STUDIO

ragazzi di 11, 13 e 15 anni; rispondenza: **92%**  
**77113** questionari



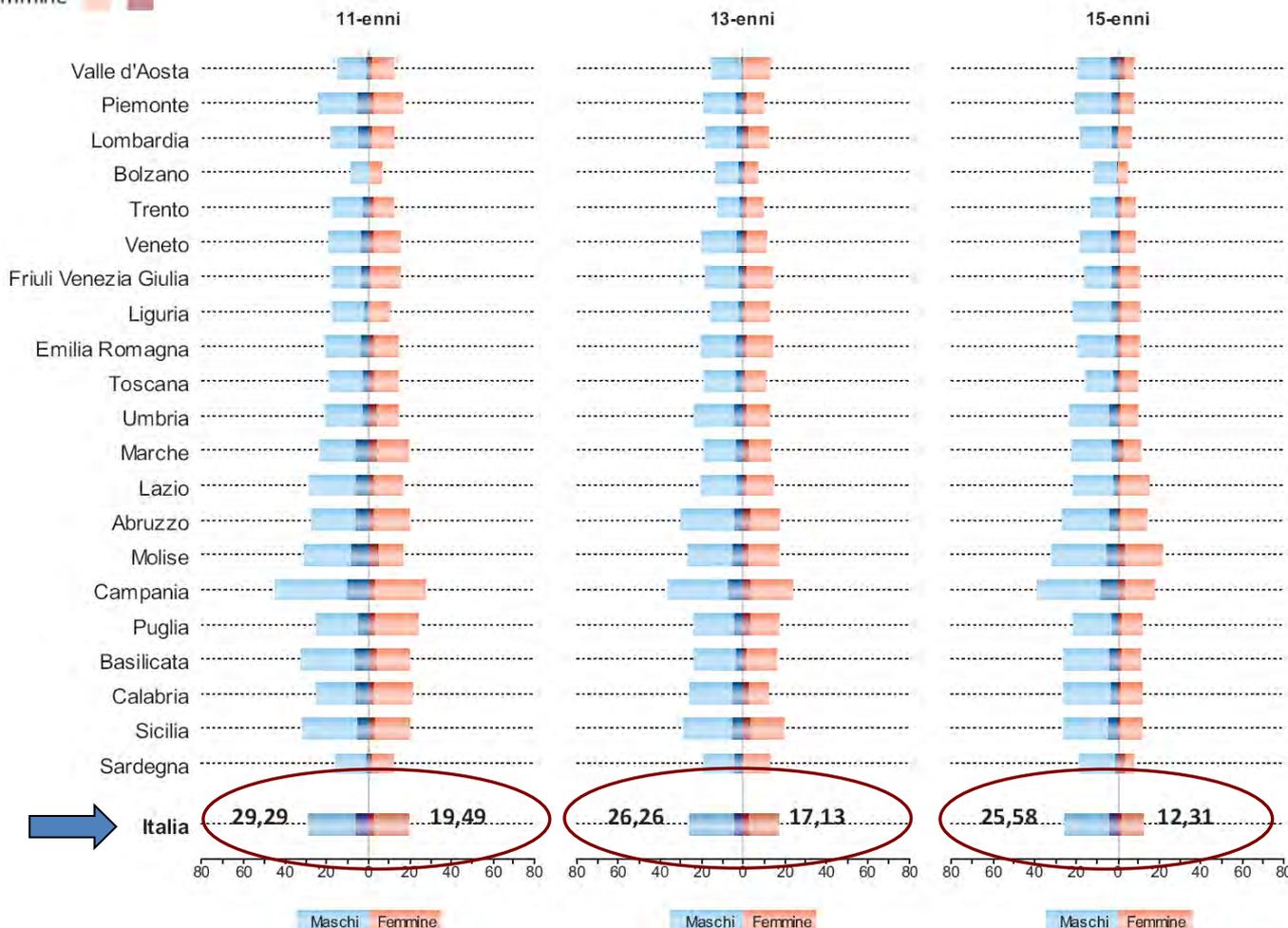
# L'eccesso ponderale nei ragazzi



## Indice di Massa Corporea

Sovrappeso    Obesi  
 Maschi    ■ ■  
 Femmine   ■ ■

### Obesità/sovrappeso per genere, nelle tre fasce di età



- Sono i maschi ad essere più in sovrappeso o obesi
- I sovrappeso/obesi diminuiscono al crescere dell'età
- Il fenomeno è più evidente nelle regioni del Centro-Sud
- Abbiamo prevalenze più alte degli altri Paesi

# L'attività fisica

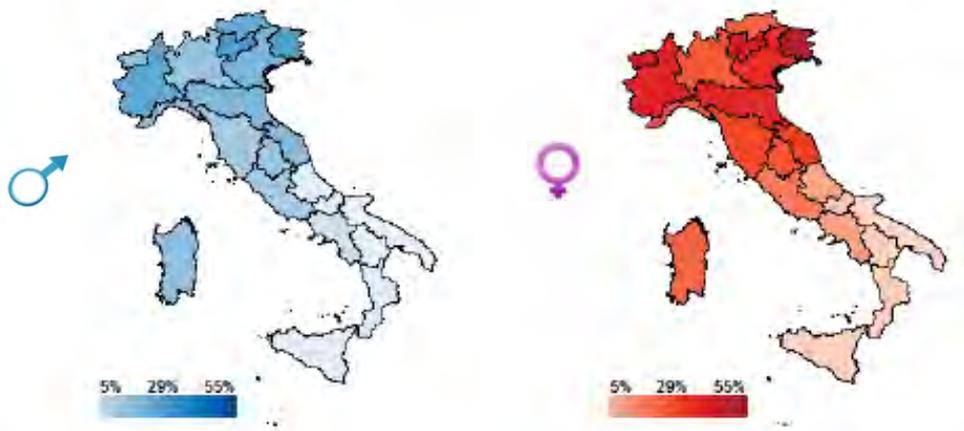
- I ragazzi di 15 anni svolgono meno attività fisica delle altre fasce di età
- Le ragazze fanno meno movimento rispetto ai maschi

## Consumo quotidiano di frutta nei ragazzi

<b>11enni</b>		<b>13enni</b>		<b>15enni</b>	
Maschi	43,5%	Maschi	36,3%	Maschi	35,3%
Femmine	47,1%	Femmine	41,5%	Femmine	40,2%

Scarso consumo di frutta, in particolar modo tra i 15enni e, in generale, tra i maschi

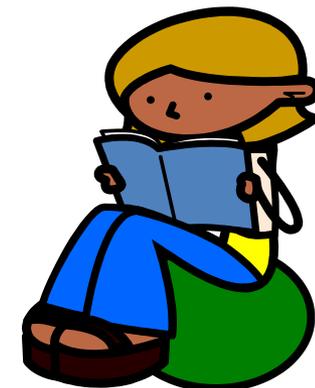
# Consumo quotidiano di verdura nei ragazzi



- Scarso consumo di verdura tra i giovani, in particolar modo tra i maschi e nelle regioni del Sud

Ragazzi di 15 anni

<b>11enni</b>		<b>13enni</b>		<b>15enni</b>	
Maschi	17,8%	Maschi	16,7%	Maschi	17,0%
Femmine	23,1%	Femmine	21,0 %	Femmine	23,2%

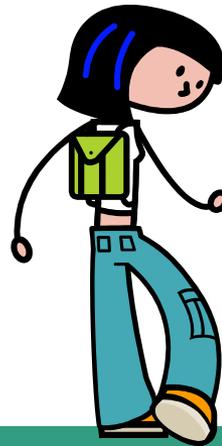


# Intersectorialità

Dalla letteratura internazionale si evidenzia come gli interventi di prevenzione più efficaci siano quelli **multifattoriali e multidisciplinari**

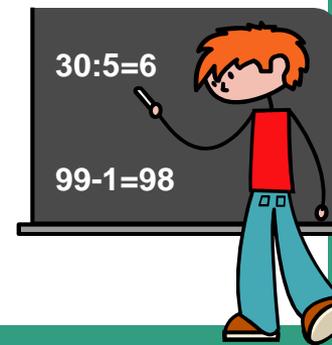


- il programma “Guadagnare Salute - Rendere facili le scelte salutari” è un intervento “multicomponenti” che privilegia la comunicazione per la salute
- La **comunicazione** rappresenta una componente integrata degli **interventi di prevenzione** di Guadagnare Salute ed è uno strumento importante di informazione e conoscenza per le persone al fine di favorire **scelte di vita salutari**



# Il primo passo per la conoscenza del problema: La comunicazione per OKkio alla SALUTE

- **Ritorno rapido dei risultati ottenuti con OKkio alla SALUTE** (report nazionale, regionali, aziendali e report per la scuola)
- **Materiali di comunicazione per i genitori, i bambini, la scuola e gli studi dei pediatri**



**L'opuscolo informativo per le famiglie è stato elaborato insieme alle Regioni, testato e modificato in base ai risultati della valutazione e condiviso con i rappresentanti delle istituzioni scolastiche**

**Attività di comunicazione realizzate dal MIUR e dal Ministero della Salute in collaborazione con l'ISS, l'INRAN e le Regioni per l'insegnante, i bambini e le famiglie**

**OKKIO alla SALUTE**

OKKIO alla SALUTE è un'iniziativa nata dalla collaborazione tra scuola e sanità, con la finalità di diffondere informazioni su alimentazione, alimentazione e attività fisica nei bambini dalle scuole primarie al fine di promuovere comportamenti salutari.

Gli operatori sanitari si sono recati nelle scuole ed hanno passato e misurato l'altitudine dei bambini e genitori hanno risposto ad alcune domande su abitudini alimentari e attività fisica quotidiana.

Le informazioni raccolte al permesso di accedere i comportamenti più diffusi e di più crescita sono dei bambini.

Per maggiori informazioni consultare il sito: [www.okkioitalia.it/okkioallasalute](http://www.okkioitalia.it/okkioallasalute)

**OKKIO alla SALUTE per i genitori**

**Per una crescita sana**  
Una alimentazione equilibrata e bilanciata nell'arco della giornata, mantiene la mente attenta e il giusto peso.

**La colazione è un pasto importante**  
È il primo pasto della giornata, fornisce l'energia necessaria per affrontare le attività della giornata.

**Una merenda leggera**  
A metà mattina è sufficiente consumare una fetta di pane con un frutto o una spremuta e frutta di stagione.

**Almeno 1 ora al giorno di gioco e attività fisica**  
È importante che i bambini facciano attività fisica ogni giorno, vanno bene tutte le attività ludiche e sportive.

**Non più di 2 ore al giorno di TV e videogiochi**  
TV e videogiochi sono un divertimento, ma non per più di 2 ore al giorno. La TV nella camera dei bambini, va evitata.

**È importante conoscere lo stato nutrizionale del tuo bambino**  
Rivolgiti al tuo pediatra per controllare regolarmente peso e altezza di tuo figlio.

**OKKIO ai RISULTATI Nazionali 2008**

**Come crescono i bambini?**  
Circa 1 bambino su 3, che frequenta la scuola primaria ha un sovrappeso di peso.

**I bambini fanno colazione?**  
Solo 3 bambini su 3 fanno una colazione sana.

**I bambini fanno una merenda corretta?**  
Solo 1 bambino su 7 fa una merenda leggera a metà mattina.

**I bambini si muovono abbastanza?**  
Rica il giorno antecedente l'indagine.

**Per quanto ore al giorno i bambini vanno la TV o i videogiochi?**  
I genitori riferiscono che 1 bambino su 2 trascorre più di 2 ore al giorno davanti alla TV o giocando con i videogiochi.

**I genitori conoscono la situazione nutrizionale del proprio figlio?**  
1 genitore su 2 non percepisce che il proprio figlio ha un sovrappeso.



- 1) MANGIA BENE, MANGIA SANO
- 2) COMINCIAMO BENE!
- 3) MEGLIO A PIEDI O IN BICI
- 4) 5 VOLTE AL GIORNO
- 5) A CASA E A SCUOLA...W IL MOVIMENTO

DOCUMENTAZIONE DIDATTICA



# Il primo passo per la conoscenza del problema: La comunicazione per HBSC

- **Ritorno rapido dei risultati** ottenuti con HBSC (report nazionale, regionali)
- **Formazione dei Referenti regionali l'HBSC e dei colleghi della scuola**
- **Elaborazione di materiali di comunicazione per adulti e ragazzi in formato multimediale e cartaceo**



# Conclusioni

- Il **progetto** ha permesso di ottenere informazioni preziose, a costi limitati e in tempo brevi, utili per monitorare i fenomeni studiati, valutare i fattori di rischio associati e orientare gli interventi per la prevenzione e la promozione della salute
- La ripetizione periodica della raccolta dati permetterà di **valutare** l'evoluzione dei fenomeni e l'efficacia degli interventi adottati
- La **sinergia** tra i coordinatori, gli operatori sanitari e scolastici e la **partecipazione** delle famiglie e dei ragazzi hanno determinato il successo dell'iniziativa



# Grazie

Ministero della Salute, Ministero dell'istruzione, INRAN, Università di Torino, Siena e Padova, Comitato tecnico, Regioni, referenti regionali, locali, operatori del SSN e della scuola, bambini, ragazzi e genitori, studenti del PROFEA, colleghi dell'ISS, tutti i colleghi e colleghe del CNESPS e del reparto Salute della Donna e dell'Età Evolutiva

## Siti internet di riferimento:

<http://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/>

<http://www.hbsc.unito.it/it/>

<http://www.salute.gov.it/dettaglio/phPrimoPianoNew.jsp?id=278>

[http://www.epicentro.iss.it/focus/guadagnare\\_salute/PinC.asp](http://www.epicentro.iss.it/focus/guadagnare_salute/PinC.asp)

## Per maggiori informazioni:

**Angela Spinelli:** [angela.spinelli@iss.it](mailto:angela.spinelli@iss.it)

**Franco Cavallo:** [franco.cavallo@unito.it](mailto:franco.cavallo@unito.it)

**Anna Lamberti:** [anna.lamberti@iss.it](mailto:anna.lamberti@iss.it)

**Paola Nardone:** [paola.nardone@iss.it](mailto:paola.nardone@iss.it)

