Sovrappeso e obesità: OKkio alla salute

I risultati dell’indagine 2019 nella Provincia di Trento dello studio OKkio alla SALUTE su sovrappeso e obesità dei bambini che frequentano la scuola elementare

Cos'è lo studio OKkio alla salute

OKkio alla SALUTE è un sistema di monitoraggio delle abitudini alimentari e dell’attività fisica nei bambini delle scuole primarie che intende stimare il fenomeno dell’eccesso ponderale e i comportamenti associati. Le informazioni sono raccolte mediante questionari rivolti a un campione casuale di bambini delle classi terze (8-9 anni), ai loro genitori e insegnanti e ai dirigenti scolastici e attraverso la misura diretta di peso e altezza dei bambini.
Attraverso una raccolta periodica di dati antropometrici e comportamentali, l’indagine descrive nei bambini:

- stato ponderale
- stili alimentari
- abitudine all’esercizio fisico/comportamenti sedentari
- percezione del problema da parte dei genitori
- alcuni aspetti del contesto scolastico e familiare

Il campione trentino

In provincia di Trento, sono stati campionati 38 Istituti comprensivi e 45 classi terze primarie.I bambini ai quali è stato possibile somministrare il questionario sono stati 789 (92% degli iscritti) e 844 famiglie (98%).

Gli esiti dell’indagine 2019 in Trentino

Il 79% dei bambini trentini è normopeso, tuttavia 1 bambino ogni 5 presenta un eccesso ponderale: in particolare il 17% è in soprappeso e il 4% è obeso, con eccessi di sovrappeso e obesità nei figli di genitori con titoli di studio bassi o con una situazione economica problematica. Si evidenzia, infatti, che uno stile alimentare errato è più frequentemente associato ai figli di madri con bassi livelli di istruzione.

Il 59% dei bambini trentini fa una colazione qualitativamente adeguata, il 36% non la fa adeguata e il 5% non la fa mentre il 73% fa una merenda di metà mattina adeguata. Il 25% dei bambini mangia la frutta una sola volta al giorno, il 20% dalle 2 alle 3 volte e il 2% almeno 4 volte al giorno. Come la frutta anche la verdura viene consumata dal 20% dei bambini una sola volta al giorno, dal 25% dalle 2 alle 3 volte al giorno e dal 2% almeno di 4 volte al giorno.

Il 90% dei bambini ha svolto almeno un'ora di attività fisica il giorno precedente l'indagine, in particolare l’81% ha giocato all'aria aperta e il 50% ha svolto attività sportiva. Il 42% dei bambini si reca a scuola a piedi (36%) o in bicicletta (6%). I principali motivi per cui i genitori non mandano i bambini a scuola a piedi o in bicicletta sono distanza casa-scuola eccessiva (54%) e mancanza di tempo (31%). Il 66% dei bambini fa almeno un'ora di attività sportiva strutturata per almeno 2 giorni a settimana. Il 16% nemmeno un giorno e un altro 18% solamente per un giorno a settimana. I maschi fanno attività sportiva più giorni delle femmine. Circa il 41% dei bambini è attivo ogni giorno grazie al gioco e l’87% per almeno 2 giorni a settimana.

Accanto a questi comportamenti virtuosi si osservano alcuni aspetti critici: il 13% dei bambini fa giochi di movimento per non più di un'ora a settimana, il 28% guarda la TV e/o usa i videogiochi per almeno 2 ore al

giorno (percentuale che sale al 78% nel fine settimana); abitudine più diffusa tra i figli di donne con titoli di studio bassi. Il 19% dei bambini ha la TV in camera.

I principali risultati riportati da dirigenti e insegnanti evidenziano che tutte le scuole hanno una mensa, nel 95% dei casi adeguata alle esigenze della scuola. Il 50% delle scuole dispone di distributori automatici di alimenti accessibili solo agli adulti. Il 61% delle classi svolge due ore di attività motoria a settimana, il 39% un'ora.

Dipartimento istruzione e cultura
Ufficio politiche di inclusione e cittadinanza