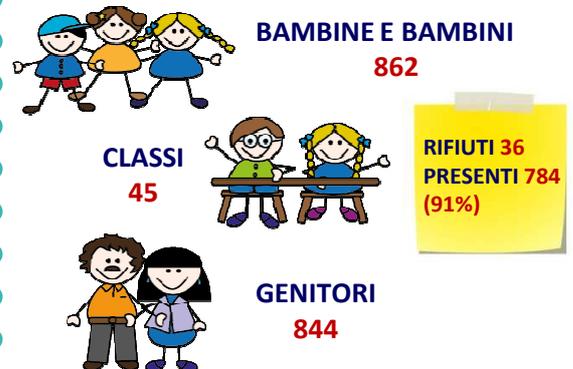


OKkio alla SALUTE: risultati dell'indagine 2019 in provincia di Trento

Scegliere stili di vita sani e sostenibili è il presupposto fondamentale per una vita in salute, rispettosa degli altri e dell'ambiente che ci circonda. Il primo passo verso la salute è prevenire il sovrappeso e la sedentarietà. Un'alimentazione varia ed equilibrata e uno stile di vita attivo aiutano ad affrontare nel modo migliore gli impegni della giornata: migliorano le capacità di apprendimento e l'adattabilità agli impegni quotidiani, favoriscono un buon controllo emotivo, una migliore autostima e aumentano la capacità di socializzazione. È importante che famiglie, scuola e agenzie educative del territorio lavorino in sinergia per promuovere sani stili di vita e contesti di vita che facilitino scelte salutari.

IL CAMPIONE



SOVRAPPESO E OBESITA'

Il 79% delle bambine e dei bambini trentini è sotto-normopeso, il 21% è in eccesso ponderale. Sovrappeso e obesità sono inferiori alla media nazionale; la provincia di Trento è la terza regione con valori più bassi. Applicando queste percentuali al totale delle bambine e dei bambini trentini di 6-11 anni si può stimare che in provincia di Trento ci siano circa 6.800 bambine e bambini sovrappeso, di cui 1.300 obesi.



ABITUDINI ALIMENTARI A RISCHIO



Colazione

Il **5%** delle bambine e dei bambini non fa colazione tutti i giorni e il **36%** non la fa adeguata, ossia sbilanciata in termini di carboidrati e proteine.



Merenda

Il **22%** consuma una merenda di metà mattina non adeguata. Il **6%** delle bambine e dei bambini non fa una merenda di metà mattina.



Consumo di bevande zuccherate o gassate

L'**11%** consuma una o più volte al giorno bibite zuccherate/gassate.



Consumo di frutta e/o verdura

Il **12%** delle bambine e dei bambini mangia meno di una volta al giorno frutta e/o verdura.



Consumo di legumi

Il **42%** delle bambine e dei bambini consuma i legumi meno di una volta a settimana.



Snack dolci e salati

Il **43%** delle bambine e dei bambini consuma snack dolci più di 3 giorni a settimana e il **6%** consuma snack salati più di tre giorni a settimana.

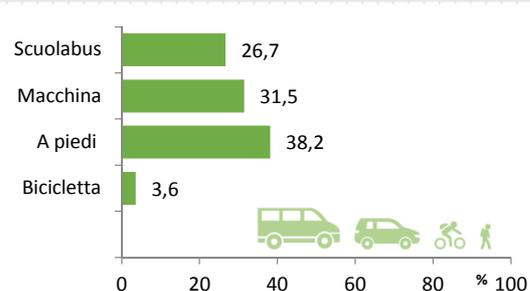
Sovrappeso e obesità: trend



ATTIVITA' FISICA E SEDENTARIETA'

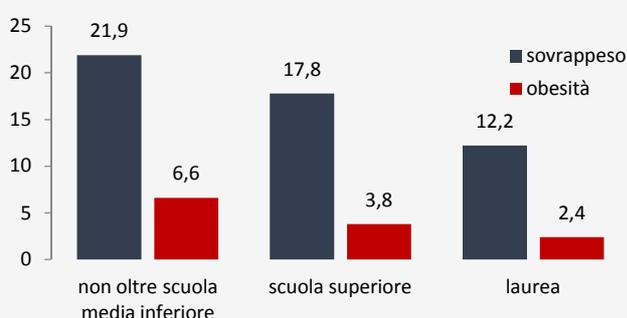
- Il **10%** delle bambine e dei bambini non ha svolto attività fisica il giorno precedente l'indagine.
- Il **28%** trascorre più di 2 ore al giorno davanti a TV, videogiochi, tablet o cellulare.
- Il **19%** delle bambine e dei bambini ha la TV nella propria camera da letto.
- Tra le bambine e i bambini che hanno la TV in camera il 14% la guarda almeno 2 ore al giorno rispetto al 6% di chi non ha la TV in camera.
- Il **3,5%** dorme meno di nove ore per notte.

Modalità di raggiungimento della scuola



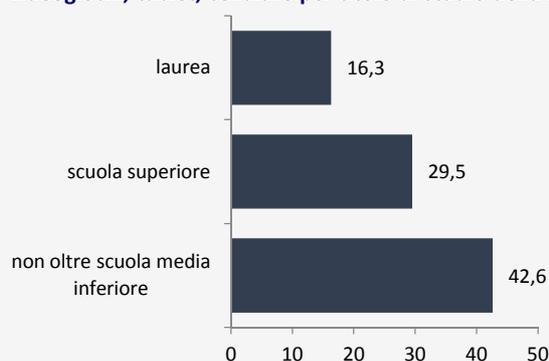
DISUGUAGLIANZE SOCIALI

Bambini/e in eccesso ponderale per titolo di studio della mamma



Le differenze sociali restano stabili nel tempo. Nel 2019, come negli anni precedenti, le prevalenze di bambine e bambini in eccesso ponderale sono più alte tra i figli di donne con titoli di studio medio-bassi e diminuiscono al crescere del titolo di studio delle mamme.

Bambini/e che trascorrono più di 2 ore al giorno davanti a TV, videogiochi, tablet, cellulare per titolo di studio della mamma



Anche per le attività sedentarie si osserva un gradiente sociale: la percentuale di figli di donne con il diploma di scuola superiore che trascorrono almeno due ore al giorno davanti a TV, videogiochi e cellulare è circa il doppio di quella dei figli di laureate e quasi il triplo della percentuale dei figli di donne con titolo di studio medio bassi. Queste differenze, al posto di ridursi nel tempo, sono aumentate.

OKkio alla SALUTE 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. Fa parte dei Sistemi di sorveglianza di rilevanza nazionale e regionale (DPCM 12 maggio 2017) e 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.

Dal 2008/9 OKkio alla SALUTE ha realizzato sei raccolte dati che sono anche parte integrante dell'iniziativa della Regione Europea dell'OMS - Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI).

Per maggiori informazioni su OKkio alla SALUTE : www.epicentro.iss.it/okkioallasalute

Referenti aziendali: Maria Grazia Zuccali, Laura Battisti, Silvia Molinaro, Pirous Fateh-Moghadam

Referenti scolastici: Monica Ferrari, Paola Menapace, Monica Zambotti

Un ringraziamento ai dirigenti scolastici e agli insegnanti che hanno partecipato alla raccolta dei dati e alle famiglie e agli alunni che hanno preso parte all'iniziativa, permettendo così di comprendere meglio la situazione dei bambini della nostra Provincia, in vista dell'avvio di azioni di promozione della salute. Grazie a Cinzia Vivori per la revisione della scheda.

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.