

Ufficio Stampa della Provincia autonoma di Trento

Piazza Dante 15, 38122 Trento

Tel. 0461 494614 - Fax 0461 494615

uff.stampa@provincia.tn.it

COMUNICATO n. 3326 del 12/12/2017

Presentata oggi l'indagine Okkio alla salute 2016 con l'assessore Luca Zeni

Bambini e cibo: in Trentino una delle migliori situazioni in Italia

"Okkio alla salute", sistema di monitoraggio delle abitudini alimentari e dell'attività fisica nei bambini delle scuole primarie, conferma che la situazione nutrizionale in età pediatrica in Trentino è una delle migliori in Italia.

Vi sono però dei segnali che non vanno sottovalutati: un bambino ogni cinque, infatti, presenta ciò che tecnicamente viene definito eccesso ponderale, in particolare il 18% è in sovrappeso (il 21% è la media italiana), e il 5% è obeso (il 9% in Italia), con eccessi di sovrappeso e obesità nei figli di genitori con titoli di studio bassi o con una situazione economica problematica.

Gli studi confermano inoltre una constatazione intuibile e cioè che i figli di genitori obesi hanno maggiore probabilità di essere anch'essi obesi.

Oggi, nel Palazzo provinciale di piazza Dante, la presentazione dell'indagine riferita al 2016, curata dall'Osservatorio provinciale per la salute e realizzata grazie alla collaborazione fra il mondo della sanità e la scuola.

Come ha spiegato in apertura l'assessore alla salute e politiche sociali, Luca Zeni, è sempre più importante "L'attività di prevenzione, soprattutto rivolta ai bambini, perché possiamo davvero impedire l'insorgere di patologie rilevanti nel corso della crescita". Ed anche se la provincia di Trento è fra le migliori per attività fisica e alimentazione sana, non bisogna abbassare la guardia: "Dobbiamo lavorare maggiormente per superare la correlazione fra titolo di studio, famiglia di provenienza ed eccesso ponderale: purtroppo è dato comune a tutt'Italia, ma questo ci deve spingere a costruire, con programmi e iniziative di sensibilizzazione, una società che sia il più equa possibile".

Accanto all'assessore Zeni, sono poi entrati nel dettaglio della presentazione: Mariagrazia Zuccali, Servizio igiene alimenti e nutrizione - Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda sanitaria; Pirous Fateh-Moghadam, Osservatorio provinciale per la salute; Monica Zambotti del Dipartimento della Conoscenza; Renato Martinelli, Servizio agricoltura - Dipartimento Territorio, Agricoltura, Ambiente e Foreste.

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. Nella quinta raccolta dati, realizzata nel 2016, in Italia hanno partecipato 45.902 bambini, 48.464 famiglie e 2.604 classi. In provincia di Trento hanno partecipato all'indagine 45 istituti comprensivi per un totale di 47 classi, 817 bambini e 824 famiglie.

Sovrappeso e obesità sono tra i principali fattori di rischio per la salute di ogni età e se presenti già in età pediatrica, possono associarsi alla precoce comparsa di quelle malattie croniche tipiche dell'adulto quali diabete, malattie cardio-vascolari e tumori. Alcuni effetti indesiderati legati all'eccesso ponderale si osservano già in età pediatrica: un esempio è rappresentato dalla difficoltà respiratoria, dall'aumentato

rischio di fratture e da segni precoci di malattie cardio-vascolari. È per questo che la prevenzione dell'aumento eccessivo di peso a partire dai più giovani permette di ottenere effetti benefici, a lungo termine, sulla salute delle persone.

Sovrappeso e obesità nei bambini

La situazione nutrizionale in età pediatrica in Trentino è una delle migliori in Italia, tuttavia 1 bambino ogni 5 presenta un eccesso ponderale: in particolare il 18% è in sovrappeso e il 5% è obeso, con eccessi di sovrappeso e obesità nei figli di genitori con titoli di studio bassi o con una situazione economica problematica. Esiste anche associazione forte tra lo stato nutrizionale dei figli e quello dei genitori: figli di genitori obesi hanno maggiore probabilità di essere anch'essi obesi, il rischio di obesità poi diminuisce con il crescere della scolarità della madre, passando dal 9% per i figli di donne con titoli di studio medio bassi, al 5% per i figli di donne diplomate, fino all'1% per i figli di donne laureate.

La prevalenza di bambini in sovrappeso e obesi è simile alle precedenti edizioni: nell'indagine del 2014 vi erano 17% di bambini in sovrappeso e il 6% obesi.

Alimentazione

Si confermano le buone abitudini alimentari dei bambini trentini. In particolare la maggioranza di essi fa una colazione adeguata e mangia quotidianamente almeno qualche porzione di frutta e verdura, tuttavia:

- 3 bambini su 10 non fanno una colazione adeguata;
- 2 bambini su 10 fanno una merenda di metà mattina eccessivamente abbondante;
- 3 bambini su 10 consumano quotidianamente bevande zuccherate;
- 9 bambini su 10 non mangiano le 5 porzioni di frutta e verdura giornaliere raccomandate.

Attività fisica

In provincia di Trento solo 1 bambino su 10 è fisicamente inattivo:

- 9 bambini su 10 hanno praticato attività fisica per almeno un'ora il giorno precedente l'indagine (quasi tutti hanno giocato all'aperto e la metà ha praticato attività sportiva), un comportamento che andrebbe esteso ad almeno 5 giorni a settimana come già succede per 4 bambini su 10;
- 3 bambini su 10 si recano a scuola a piedi o in bicicletta, abitudine assai più diffusa dove ci sono piste ciclabili vicino alla scuola (33% vs 17% senza piste).

Accanto a questi comportamenti virtuosi si osservano alcuni aspetti critici:

- il 15% dei bambini fa giochi di movimento per non più di un'ora a settimana;
- il 25% guarda la TV e/o usa i videogiochi per 2 ore o più al giorno, soprattutto se figli di donne con titolo di studio basso;
- il 19% ha la TV in camera.

Percezione delle madri

- il 45% delle madri di bambini in sovrappeso e il 13% delle madri di bambini obesi ritiene che il peso del proprio bambino sia giusto;
- il 71% delle madri di bambini in sovrappeso e il 53% delle madri di bambini obesi ritiene che il proprio bambino mangi il necessario;
- il 64% delle madri di bambini non attivi ritiene che il proprio figlio faccia sufficiente attività fisica e il 15% pensa che il proprio figlio faccia tanta attività fisica.

Scuola

Gran parte delle scuole trentine possiede una mensa (95%), di cui l'89% adeguata alle esigenze della scuola; il 52% prevede la distribuzione di alimenti salutari (frutta, yogurt ecc.) per la merenda di metà mattina. Inoltre, il 50% delle scuole dispone di distributori automatici di alimenti accessibili solo agli adulti e in quasi la metà di essi sono presenti frutta fresca e yogurt. È auspicabile un potenziamento dell'attività motoria curricolare in quanto solo il 65% delle classi svolge le due ore a settimana raccomandate.

Conclusioni

I risultati della quinta raccolta dati di "Okkio alla salute" confermano una situazione positiva della provincia

di Trento e migliore della media nazionale rispetto a tutti gli aspetti monitorati: l'eccesso ponderale riguarda una percentuale di bambini decisamente minore, spiegabile (almeno in parte) da una più ampia diffusione di abitudini alimentari corrette come una minore assunzione di bibite zuccherate e di merende abbondanti e un maggior consumo di frutta e verdure e da una maggior propensione a fare attività fisica, grazie alla diffusa abitudine dei bambini di giocare all'aria aperta e di praticare attività sportiva.

Nel dettaglio: il 75% dei bambini trentini è normopeso (69% in Italia), il 66% (59% in Italia) fa una colazione adeguata e il 71% (43% in Italia) fa una merenda di metà mattina adeguata; il 73% (64% in Italia) non consuma quotidianamente bibite zuccherate o gassate e il 14% (9% in Italia) consuma le 5 porzioni giornaliere di frutta e/o verdura. Inoltre, in provincia di Trento il 30% dei bambini si reca a scuola a piedi o in bicicletta (27% in Italia); il 91% (82% in Italia) ha svolto almeno un'ora di attività fisica il giorno precedente la rilevazione e in particolare l'82% (66% in Italia) ha giocato all'aria aperta e il 52% (45% in Italia) ha svolto attività sportiva. Il 75% dei bambini trentini guarda la TV o usa videogiochi/tablet/cellulare al massimo 2 ore al giorno (41% in Italia).

In allegato:

- Report "Okkio alla salute" 2016
- scheda
- documento OMS con raccomandazioni per il contrasto all'obesità infantile
- Programma "Frutta e verdura nelle scuole"

Riprese e interviste a cura dell'Ufficio Stampa

https://www.youtube.com/watch?v=6RQX9ml_Cpo

https://www.youtube.com/watch?v=LjMAs97L_1M

<https://www.youtube.com/watch?v=PSHcEApg0vc>

(at)