

Allo specchio

Stili di vita del bambino maceratese

Dietista Simona De Introna
Servizio Igiene degli alimenti e della nutrizione
Dipartimento di Prevenzione - ZT 9 Macerata
ASUR MARCHE



Risultati: alimentazione

I nostri bambini fanno una prima **colazione adeguata**?

Nella nostra Regione solo il 66% dei bambini fa una colazione qualitativamente adeguata.

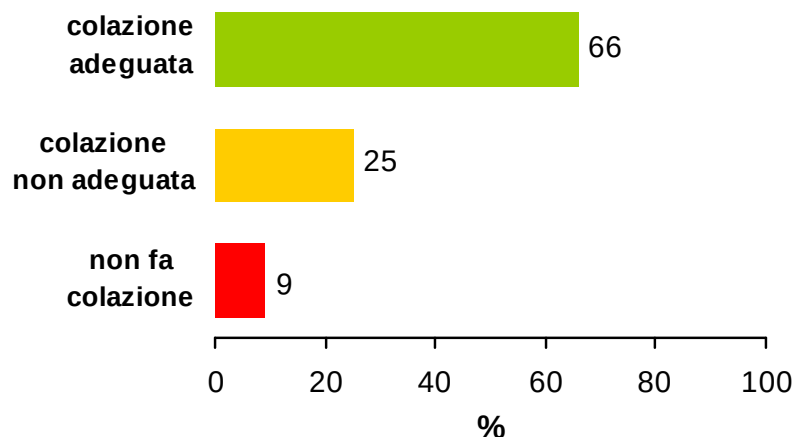
Il 9% non fa per niente colazione (più nei bambini rispetto alle bambine, 10% versus 8%)* e il 25% non la fa qualitativamente adeguata.

La prevalenza del non fare colazione è più alta (10%) nei bambini di mamme con titolo di studio più basso* (nessuno/elementare/media).

*p < 0,05

Dati in attesa di pubblicazione

adeguatezza della colazione consumata dai bambini (%)

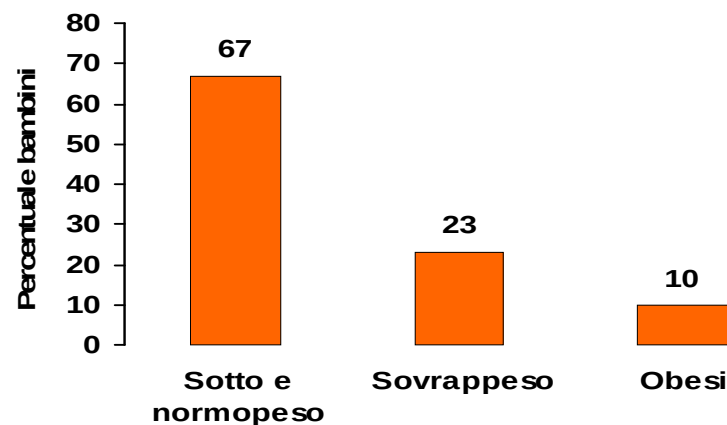


Risultati: stato nutrizionale

Quanti sono i **bambini in sovrappeso o obesi**?

Tra i bambini della nostra Regione
il 10% risulta **obeso** (IC95% 8,8%-10,8%),
il 23% **sovrappeso** (21,8%-24,6%)
e il 67% **sotto e normopeso** (65,1%-68,5%).

Complessivamente il 33% dei bambini presenta un **eccesso ponderale** che comprende sia sovrappeso che obesità.



Risultati: alimentazione

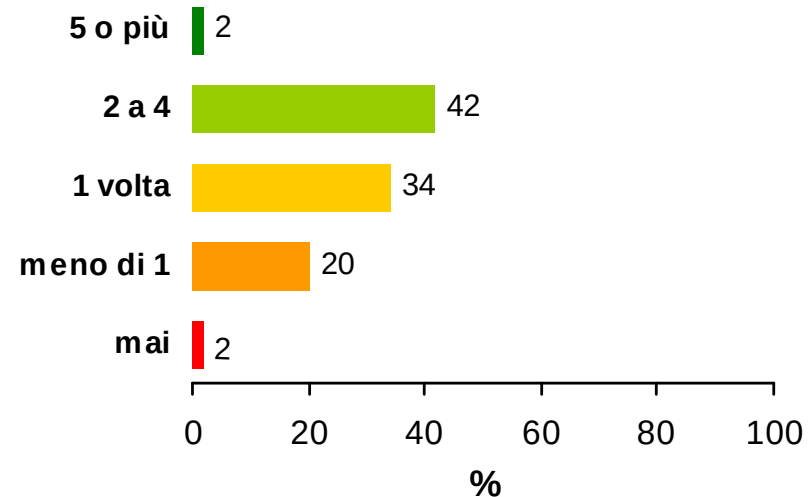
Quante porzioni di **frutta e verdura** mangiano i nostri bambini al giorno?

▪ Nella nostra regione, i genitori riferiscono che solo l'2% dei bambini consuma 5 o più porzioni di frutta e verdura ogni giorno, il 34% una sola porzione al giorno.

▪ Il 22% dei bambini mangia frutta e verdura meno di una volta al giorno o mai nell'intera settimana.

Non sono emerse differenze per sesso dei bambini, mentre la prevalenza a consumare almeno una volta al giorno frutta e verdura è maggiore nei bambini che hanno una madre con una scolarità più alta (laurea e diploma superiore)

consumo di frutta e verdura in "volte al giorno"
nell'arco della settimana (%)

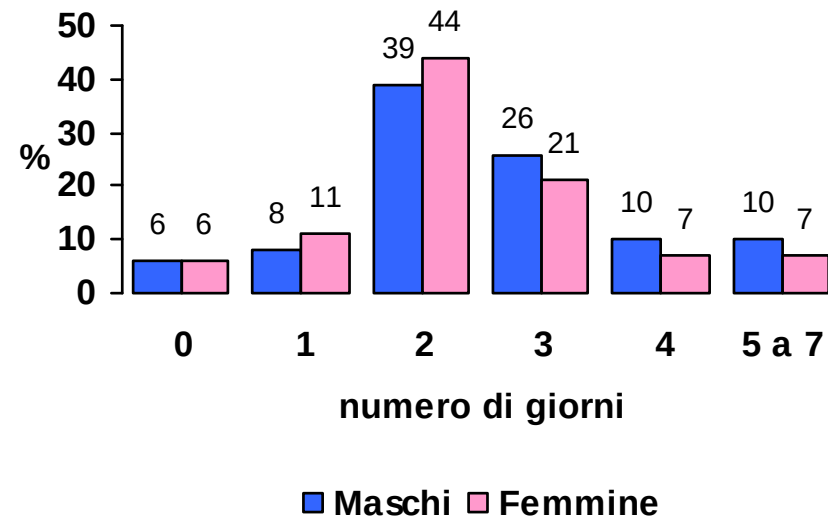


Risultati: attività fisica

Secondo i genitori, quanti giorni i bambini fanno **attività fisica per almeno un'ora** al giorno durante l'intera settimana?

- Secondo i loro genitori, nella nostra regione, poco più di 4 bambini su 10 (41%) fa un'ora di attività fisica per 2 giorni la settimana, l'8% neanche un giorno e la stessa percentuale da 5 a 7 giorni.

giorni di attività fisica per almeno un'ora
durante la settimana (%)



* p < 0,05

Risultati: sedentarietà

Quante ore al giorno i bambini **guardano la televisione o usano i videogiochi?**

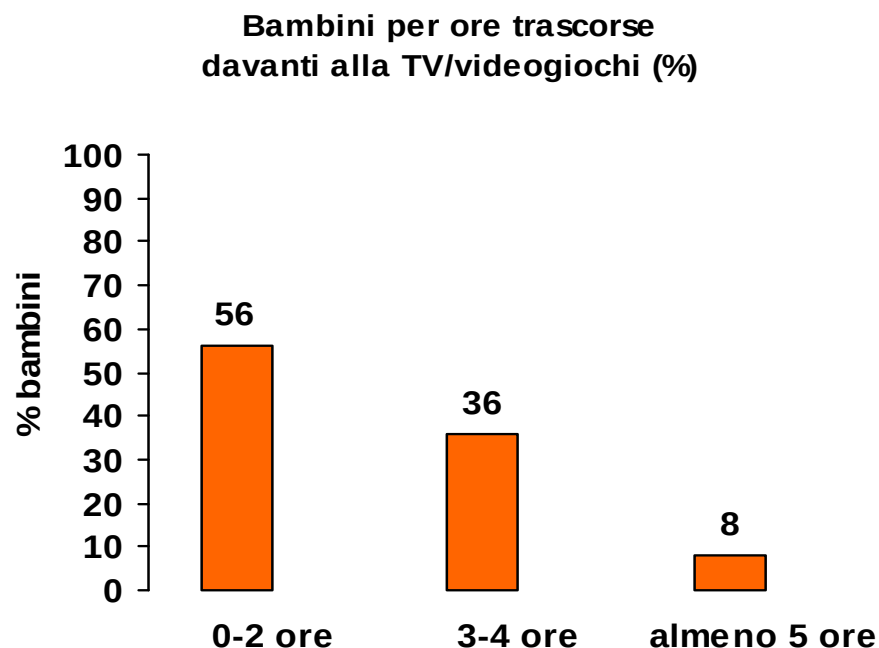
I dati seguenti rappresentano la somma delle ore che i genitori dichiarano che i loro figli guardano la TV e/o giocano con i videogiochi o con il computer, in media in un normale giorno di scuola.

Complessivamente il 45% dei bambini ha un televisore nella propria camera

L'esposizione ad almeno 5 ore di TV o videogiochi è più alta tra i bambini che hanno un Tv in camera.

*p < 0,05

(Dati in attesa di pubblicazione)



In conclusione, nella nostra regione il sovrappeso e l'obesità infantile rappresentano un importante problema di salute pubblica

Circa il 60% dei bambini e adolescenti obesi resterà tale anche in età adulta; il rischio di restare adulti obesi è aumentato se anche uno dei genitori è obeso. Seppur in proporzione ridotta anche una parte dei bambini oggi normopeso diventerà sovrappeso/obeso in età adulta contribuendo ad aumentare in tal maniera la prevalenza complessiva del sovrappeso/obesità. Di conseguenza, in presenza di una così alta prevalenza di sovrappeso-obesità ed in assenza di interventi efficaci e tempestivi, anche la prevalenza di malattia cardio-vascolare (che pure appare in diminuzione nell'ultimo decennio) aumenterà sensibilmente nei prossimi anni, interessando sempre più frequentemente la fascia di età dei giovani adulti.