



Il sistema di sorveglianza [Okkio alla SALUTE](#), promosso dal Ministero della Salute - CCM (Centro per il controllo e la prevenzione delle malattie), coordinato dall'Istituto superiore di sanità, in collaborazione con il Ministero dell'Istruzione dell'Università e della Ricerca, le Regioni e le Aziende Sanitarie Locali, fornisce il quadro epidemiologico aggiornato della distribuzione dell'eccesso ponderale e dei comportamenti a rischio nei bambini della scuola primaria, con un dettaglio nazionale, regionale e aziendale, favorendo la pianificazione e la valutazione di interventi efficaci, in attuazione del programma "Guadagnare salute" e nell'ambito del Piano Nazionale della Prevenzione.

Sono stati presentati il 21 gennaio a Roma presso il Ministero della Salute, Auditorium Biagio D'Alba, i risultati della raccolta dati Okkio alla Salute 2014. Il sistema di sorveglianza nazionale raccoglie informazioni sulla variabilità geografica e l'evoluzione nel tempo dello stato ponderale dei bambini delle scuole primarie, sugli stili alimentari, l'abitudine all'esercizio fisico e le eventuali iniziative scolastiche favorevoli la sana alimentazione e l'attività fisica.

### **I dati 2014 confermano un leggero calo dei livelli di sovrappeso e obesità infantile**

Infatti, dal 2008 a oggi sono diminuiti i bambini di 8-9 anni in sovrappeso o obesi. Permangono, tuttavia, elevati i livelli di eccesso ponderale, che pongono l'Italia ai primi posti in Europa per sovrappeso e obesità infantile.

In particolare, i dati del 2014 mostrano:

- i bambini in sovrappeso sono il 20,9%
- i bambini obesi sono il 9,8%
- le prevalenze più alte si registrano nelle Regioni del sud e del centro

Per quanto riguarda le abitudini alimentari, che possono favorire un aumento di peso, specie se concomitanti, dai dati 2014 emerge che:

- l'8% dei bambini salta la prima colazione
- il 31% fa una colazione non adeguata (ossia sbilanciata in termini di carboidrati e proteine)
- il 52% fa una merenda di metà mattina abbondante
- il 25% dei genitori dichiara che i propri figli non consumano quotidianamente frutta e/o verdura
- il 41% dei genitori dichiara che i propri figli assumono abitualmente bevande zuccherate e/o gassate. Si registra una diminuzione rispetto alla precedente raccolta del consumo di una merenda abbondante e di bevande zuccherate e/o gassate.

Appaiono invariati gli aspetti relativi al movimento e alla sedentarietà. Nel 2014, infatti:

- il 16% dei bambini non ha svolto attività fisica il giorno precedente l'indagine il 18% pratica sport per non più di un'ora a settimana
- il 42% ha nella propria camera la TV
- il 35% guarda la TV e/o gioca con i videogiochi più di 2 ore al giorno
- 1 bambino su 4 si reca a scuola a piedi o in bicicletta

I genitori non sempre hanno un quadro corretto dello stato ponderale del proprio figlio: dai dati 2014, come nel passato, emerge che tra le madri di bambini in sovrappeso o obesi, il 38% non ritiene che il proprio figlio sia in eccesso ponderale e solo il 29% pensa che la quantità di cibo da lui assunta sia eccessiva. Inoltre, solo il 41% delle madri di bambini fisicamente poco attivi ritiene che il proprio figlio svolga poca attività motoria.

Gli stili di vita sono un determinante riconosciuto delle malattie croniche non trasmissibili ed hanno un forte impatto sulla salute. Attraverso programmi (Guadagnare salute) e piani nazionali (Piano Nazionale della Prevenzione) l'Italia ha rafforzato le azioni volte alla promozione di stili di vita sani, sviluppando con un approccio "intersettoriale", interventi volti a modificare i comportamenti individuali non salutari e a creare condizioni ambientali che favoriscano corretti stili di vita. Sovrappeso e obesità, in particolare per la diffusione tra i bambini, rappresentano una sfida rilevante per la sanità pubblica. OKkio alla SALUTE è un valido strumento per identificare i problemi, programmare interventi mirati e valutare l'efficacia di quelli attuati.

Leggi [OKkio alla SALUTE: Sintesi dei risultati 2014](#).