

Okkio alla Salute, diminuiscono sovrappeso e obesità infantile, ma l'Italia resta ancora tra i Paesi con livelli più alti in Europa

ISS, 4 maggio 2017

Ricciardi: *"Serve lavorare sull'educazione. Il 40% dei genitori con figli sovrappeso o obesi è convinto che abbiano un giusto peso"*

Spinelli: *"Nutrizione e attività fisica dei bambini ancora da migliorare"*

Sono diminuiti del 13% in meno di dieci anni i bambini obesi e in sovrappeso nel nostro Paese. È questo l'ultimo dato rilevato dal **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**, e illustrato oggi presso l'Auditorium Biagio D'Alba del Ministero della salute, nel corso del convegno **"Dieci anni di OKkio alla SALUTE: i risultati della V raccolta dati e le sfide future"**.

I dati sono stati raccolti su un campione di 48.946 bambini di 8-9 anni e 48.464 genitori, rappresentativo di tutte le regioni italiane. I bambini sono stati misurati (peso e statura) all'interno delle scuole da operatori formati con metodologia standardizzata.

Un dato che, se pure conferma la lenta ma costante diminuzione del fenomeno, lascia l'Italia nella classifica dei peggiori Paesi europei per obesità infantile, come dimostra la "Childhood Obesity Surveillance Initiative - COSI" della Regione europea dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, iniziativa internazionale a cui partecipano più di 30 Paesi.

"L'obesità è diventata uno dei maggiori problemi di sanità pubblica in Italia. Nonostante il miglioramento registrato dagli ultimi dati restano forti differenze geografiche tra Nord e Sud, a discapito di quest'ultimo - dichiara **Walter Ricciardi**, Presidente dell'ISS - La diminuzione del tasso di obesità nei bambini è un segno che le politiche sanitarie messe in atto cominciano a dare i primi risultati ed è contemporaneamente il segnale che dobbiamo concentrare maggiormente gli sforzi in questa direzione. Tuttavia - prosegue **Ricciardi** - resta molto da fare, soprattutto nella promozione della consapevolezza sui corretti stili di vita. I genitori devono fare la loro parte: questi dati ci dicono infatti che circa il 40% delle madri di bambini in sovrappeso o obesi ritiene che il peso del proprio figlio sia nella norma".

In particolare, l'indagine coordinata dall'ISS mostra che la percentuale di bambini obesi di 8-9 anni scende dal 12% del 2008/09 al 9,3% del 2016, e quella dei bambini in sovrappeso passa dal 23,2% del 2008/9 al 21,3% del 2016.

La rilevazione 2016, confermando i dati precedenti, ha messo in luce la grande diffusione tra i bambini di abitudini alimentari errate, seppure si sia rilevato un miglioramento per quanto riguarda il consumo di frutta e/o verdura (aumentato) e il consumo di bevande zuccherate e/o gassate (diminuito). Tuttavia è una dieta bilanciata uno degli obiettivi più difficili da ottenere a tavola con i nostri bambini.

"In Italia l'8% dei bambini salta la prima colazione e il 33% fa comunque una colazione inadeguata, cioè sbilanciata in termini di carboidrati e proteine condizionando negativamente l'equilibrio calorico del resto dei pasti - spiega **Angela Spinelli** del Centro Nazionale per la Prevenzione delle Malattie e Promozione della Salute - a metà mattina. Inoltre a metà mattina, il 53% dei bambini fa una merenda troppo abbondante e il 20% dei genitori dichiara che i propri figli non consumano quotidianamente frutta e verdura, mentre il 36%

consuma quotidianamente bevande zuccherate o gassate".

Non bisogna dimenticare che ad una sana alimentazione si deve affiancare un adeguato movimento, attualmente ancora poco promosso. Infatti, il 23,5% dei bambini svolge giochi di movimento al massimo un giorno a settimana, il 33,8% dei bambini svolge attività fisica strutturata al massimo un giorno a settimana e il 18% non ha fatto attività fisica il giorno precedente l'indagine. Inoltre, solo circa 1 bambino su 4 si reca a scuola a piedi o in bicicletta. Attitudini che si radicano ancora di più grazie all'uso scorretto delle tecnologie vecchie e nuove: il 44 % ha la TV in camera, il 41% guarda la TV e/o gioca con i videogiochi/tablet/cellulari per più di 2 ore al giorno che è il massimo del tempo raccomandato dagli esperti.

Il "problema" obesità

L'elevata prevalenza di sovrappeso e obesità infantile costituisce un problema di sanità pubblica a livello mondiale. L'obesità rappresenta un importante fattore di rischio di malattie croniche e, se presente in età pediatrica, si associa ad una più precoce insorgenza di patologie tipiche dell'età adulta. Infatti, l'impatto dell'obesità e delle sue conseguenze in termini sociali giustifica la necessità di intraprendere interventi urgenti ed incisivi per contrastare la diffusione del fenomeno. E' necessario investire nella prevenzione, anche con il coinvolgimento attivo di settori della società esterni al sistema sanitario, sia istituzionali che della società civile, così come raccomandato dall'Unione Europea (UE) e dall'OMS attraverso strategie e Piani d'azione. Tutte le Regioni sono, inoltre, impegnate nella realizzazione del Piano Nazionale della Prevenzione (PNP) 2014-2018 che, secondo l'approccio del Programma Guadagnare salute, interviene attraverso strategie di popolazione in specifici "setting". Particolarmente importante a tal fine è il raccordo tra salute e scuola cui compete un ruolo educativo molto rilevante anche nel supportare e stimolare comportamenti salutari a partire dall'infanzia, coinvolgendo le famiglie e l'intera comunità scolastica.

Il **PNP**, in particolare, per la prevenzione delle malattie croniche non trasmissibili mira al raggiungimento dei seguenti obiettivi:

- aumento del 25% dei bambini in allattamento materno esclusivo fino al sesto mese (180 giorni di vita);
- incremento del 15% della prevalenza di bambini di 8-9 anni che consumano almeno 2 volte al giorno frutta e/o verdura;
- riduzione del 30% della prevalenza di soggetti di 3 anni e più che non prestano attenzione alla quantità di sale e/o al consumo di cibi salati.

[Consulta Epicentro](#) e il sito di Okkio nel quale sono stati presentati i [risultati di Okkio alla Salute 2016](#), il sistema di sorveglianza realizzato da Ministero della Salute, ISS ([che lo coordina](#)), Regioni, ASL/SIAN e MIUR.