



SAPS

SALUTE ACCESSIBILE PREVENZIONE SOCIALE

Il progetto è finanziato dalla Regione Campania
con risorse statali del Ministero delle Politiche Sociali

L'obesità

L'obesità ed il sovrappeso in età evolutiva possono favorire lo sviluppo di gravi patologie. Negli ultimi 30 anni la prevalenza dell'obesità nei bambini è drasticamente aumentata e, sebbene da qualche anno in alcuni Paesi si assiste ad una fase di plateau, i valori sono ancora molto elevati.

Il problema dei bimbi sovrappeso, o francamente obesi, non è un fatto estetico.

Se così fosse non saremmo certo qui a parlarne.

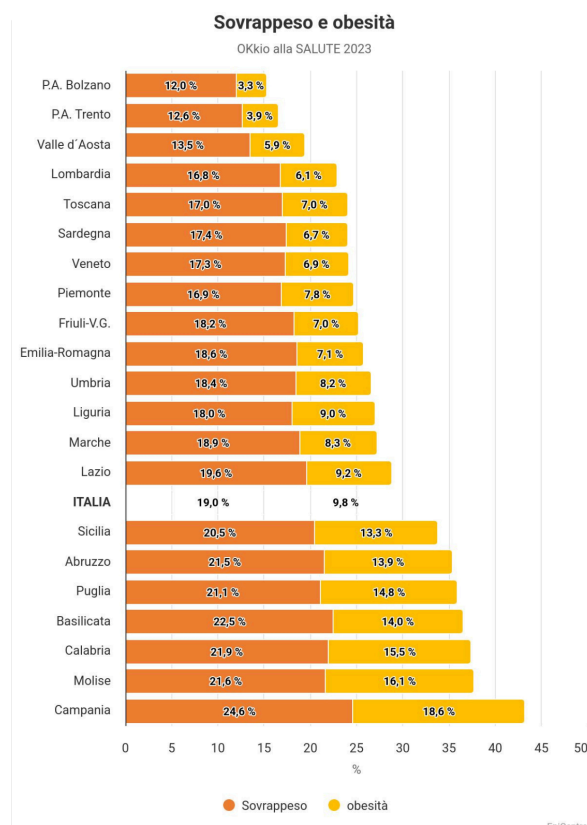
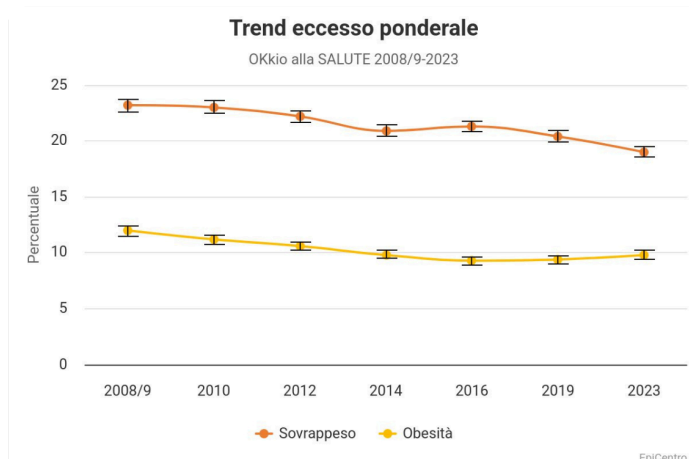
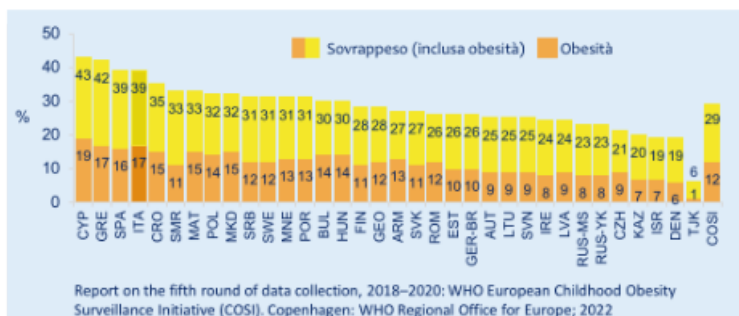
La questione è diversa e, purtroppo, potenzialmente molto grave: i bambini obesi hanno molte possibilità di sviluppare precocemente una serie di patologie croniche, come quelle tipiche dell'età adulta, o comunque di favorire la loro comparsa durante la crescita.

Sono, quindi, a rischio di patologie cardiovascolari, di diabete, di malattie muscolo-scheletriche come l'osteoartrite e addirittura di alcuni tumori come quello endometriale (un tipo di tumore che colpisce l'utero), del seno o del colon.

Inoltre c'è un alto rischio di sviluppare, nell'infanzia e nell'adolescenza, apnee ostruttive del sonno e asma. Tutto questo senza citare le difficoltà psicologiche spesso correlate all'eccesso di peso.

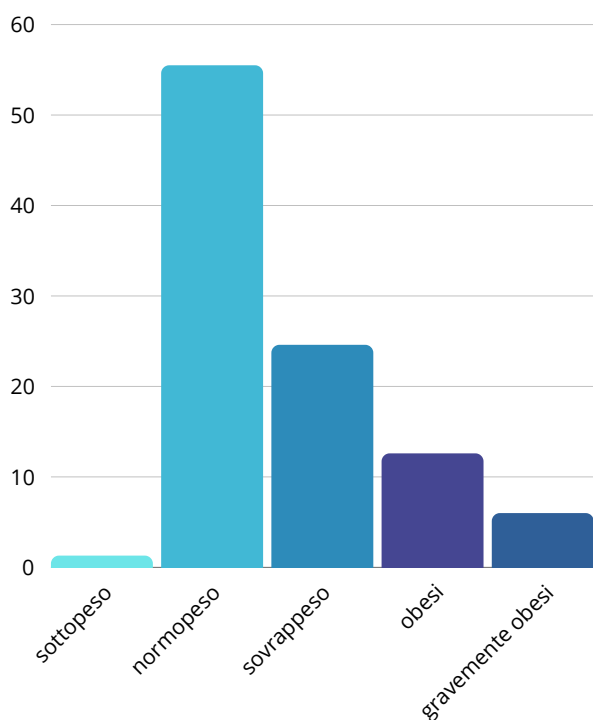


L'Italia, anche nella quinta raccolta COSI (2018-20), è risultata tra le nazioni con i valori più elevati di eccesso ponderale nei/nelle bambine/i insieme ad altri Paesi dell'area mediterranea.



Quanti sono i bambini in sovrappeso o obesi in Campania?

Stato ponderale dei bambini di 8 e 9 anni (%)



Tra i bambini della nostra Regione il 6% (IC95% 5,26%-6,9%) risulta in condizioni di obesità grave, il 12,6% risulta obeso (IC95% 11,5%-13,9%), il 24,6% sovrappeso (IC95% 23,2%-26,1%), il 55,5% normopeso (IC95% 53,6%-57,3%) e l'1,3% sottopeso (IC95% 0,9%-1,86%). Complessivamente il **43,2%** dei bambini presenta un eccesso ponderale che comprende sia sovrappeso che obesità. Se riportiamo la prevalenza di sovrappeso e obesità riscontrata a tutto il gruppo di bambini di età 6-11 anni, il numero di bambini sovrappeso e obesi nella Regione sarebbe pari a 137.103, di cui obesi 59.030.



Attività fisica

L'attività fisica è un fattore determinante per mantenere o migliorare la salute dell'individuo poiché è in grado di ridurre il rischio di molte malattie cronico-degenerative. Si consiglia che i bambini facciano **attività fisica moderata o intensa ogni giorno per almeno 1 ora**. Questa attività non deve essere necessariamente continua ed include tutte le attività motorie quotidiane.



Bambini fisicamente non attivi* (%) - Regione Campania - OKkio 2023

CARATTERISTICHE	NON ATTIVI
Sesso	
Maschi	28,8
Femmine	27,6
Zona abitativa*	
<10.000 abitanti	22,9
10.000-50.000	21,4
>50.000 (non metropolitana)	15,8
metropolitana/perimetropolitana	33,5

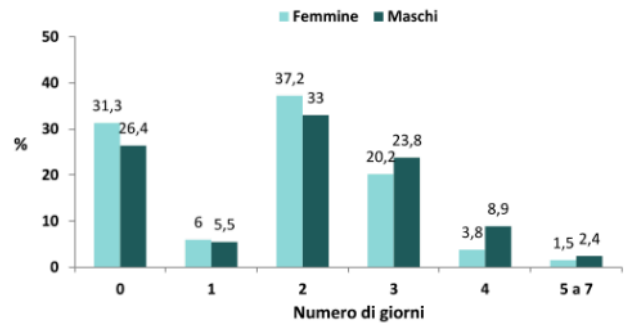
* Il giorno precedente non hanno svolto attività motoria a scuola e attività sportiva strutturata e non hanno giocato all'aperto nel pomeriggio

* Differenza statisticamente significativa ($p < 0,05$)



- Il 28,3% dei bambini risulta non attivo il giorno antecedente all'indagine.
- Solo il 22,2% tuttavia ha partecipato ad un'attività motoria curricolare a scuola nel giorno precedente (questo può dipendere dal fatto che il giorno precedente poteva non essere quello in cui era prevista l'ora curricolare).
- Le femmine non attive (27,6%) sono in percentuale minore dei maschi (28,8%).
- La percentuale maggiore di bambini non attivi vive in aree metropolitane/perimetropolitane (33,5%).

Giorni di attività sportiva strutturata per almeno un'ora durante la settimana (%)

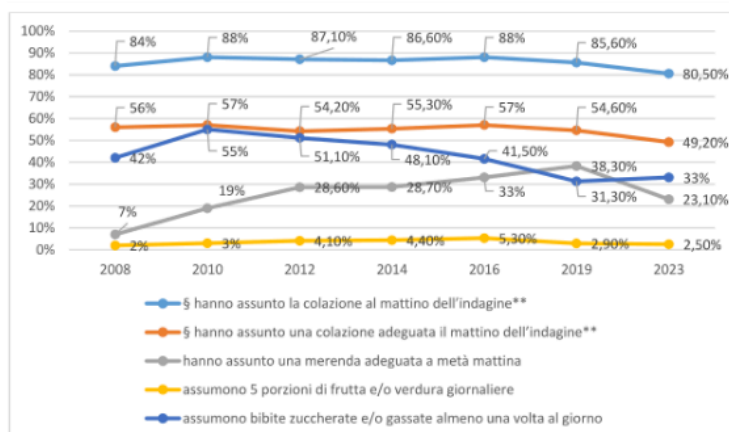


- Secondo i genitori, nella nostra Regione, circa 3 bambini su 10 (35%) svolgono almeno un'ora di attività sportiva strutturata per 2 giorni la settimana, il 29,8% neanche un giorno e solo il 2% da 5 a 7 giorni.
- I maschi fanno attività sportiva strutturata più giorni delle femmine*.
- Le zone di abitazione >50.000 (non metropolitana) e metropolitana sono associate a una maggiore frequenza di attività sportiva strutturata da parte dei bambini*.

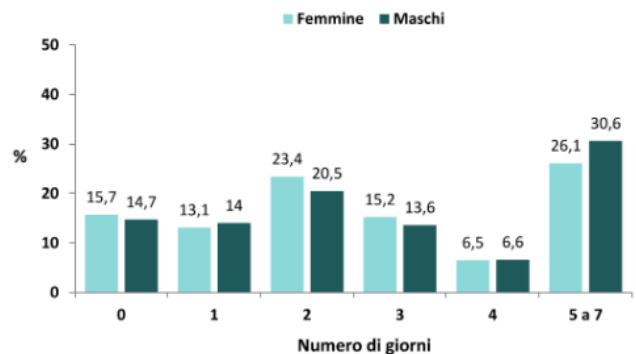
* p < 0,05

Abitudini alimentari

Una dieta qualitativamente equilibrata, in termini di bilancio fra grassi, proteine e glucidi, e la sua giusta distribuzione nell'arco della giornata, contribuisce a produrre e/o a mantenere un corretto stato nutrizionale. Nella nostra Regione, si conferma la grande diffusione fra i bambini di abitudini alimentari che non favoriscono una crescita armonica e sono fortemente predisponenti all'aumento di peso. Il grafico in basso analizza il trend relativamente ai vari indicatori, dal 2008 al 2023. Si osserva un peggioramento di tutti gli indicatori relativi alle abitudini alimentari:



Giorni di giochi di movimento per almeno un'ora durante la settimana (%)



- Per quanto riguarda il tempo dedicato ai giochi di movimento, nella nostra Regione, circa 2 bambini su 10 (21,7%) fanno almeno un'ora di attività per 2 giorni la settimana, il 15,6% neanche un giorno e il 28,6% da 5 a 7 giorni.
- I maschi fanno giochi di movimento più giorni delle femmine.

Alla luce di tali dati, si conferma che la colazione e la merenda di metà mattina permangono uno degli obiettivi prioritari delle azioni di promozione della salute da svolgere in modo assiduo nel setting scolastico da parte degli operatori sanitari. Questo rischio per i bambini può essere limitato grazie alla modifica delle abitudini familiari e tramite il sostegno della scuola ai bambini e alle loro famiglie.