

ccm



REGIONE DEL VENETO



ULSS7  
PEDEMONTANA



# L'EDUCAZIONE ALIMENTARE: FACCIAMO RETE!

Dr.ssa Monica Zamprogna

Medico Specialista in Scienza dell'Alimentazione

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione SIAN Aulss 7



# L'EDUCAZIONE ALLA SANA ALIMENTAZIONE

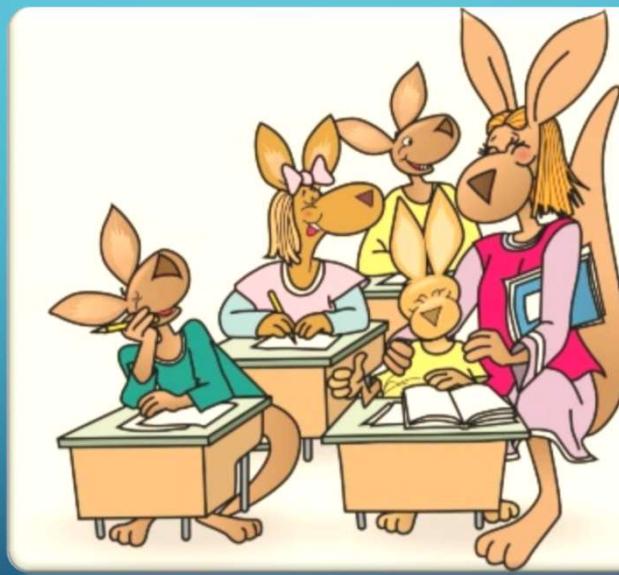
## CONTRASTO E PREVENZIONE DELLE MALATTIE CRONICHE NON TRASMISSIBILI NELLE NUOVE GENERAZIONI

### I PROTAGONISTI

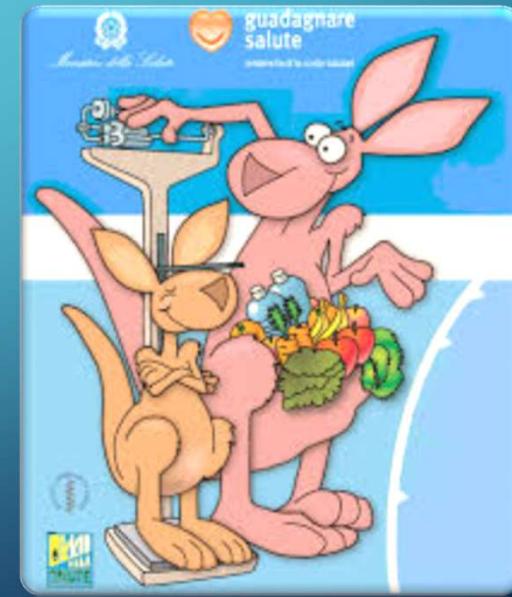
*Famiglia*



*Scuola*



*Sanità pubblica*



# IL SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

## MISSION SULLA NUTRIZIONE PEDIATRICA E SCOLASTICA

### LA COMPETENZA

- Offre un ambulatorio nutrizionale per consulenza sul singolo
- Sorveglia la qualità igienico-nutrizionale dei pasti di ristorazione collettiva
- Valuta e valida i menù proposti, promuovendo il portale Ristocloud
  - ✓ 2021: **281 menù vidimati, 90 con Ristocloud**
  - ✓ 2021: **80 diete speciali vidimate, 38 con Ristocloud**
- Partecipa e diffonde i risultati del sistema di Sorveglianza OKkio alla Salute
  - ✓ 2021: Elaborazione di Report e Scheda sintetica Aulss 7 Edizione 2019
  - ✓ 2021: Diffusione dei risultati e dei documenti alle Scuole Primarie del territorio
  - ✓ 2021: Diffusione di Schede Sintetiche cartacee e manifesto ai Pediatri del territorio

# OKKIO ALLA SALUTE EDIZIONE 2019

## I DATI EPIDEMIOLOGICI



**492 BAMBINI ISCRITTI**  
Età media 8,9 anni



**25 CLASSI CAMPIONATE**  
III<sup>a</sup> classe scuole primarie

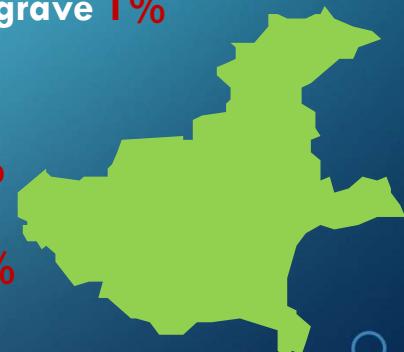


**877 GENITORI COINVOLTI**  
33 rifiuti



**TERRITORIALI**  
**Sovrappeso 21%**  
**Obesità 4%**  
**Obesità grave 1%**

**VENETI**  
**Sovrappeso 19%**  
**Obesità 5%**  
**Obesità grave 1%**



**NAZIONALI**  
**Sovrappeso 20,4%**  
**Obesità 7%**  
**Obesità grave 2,4%**

# OKKIO ALLA SALUTE EDIZIONE 2019

## DISTRIBUZIONE E FATTORI DI RISCHIO

- La distribuzione di sovrappeso e obesità è simile tra bambini di 8 e 9 anni e tra maschi e femmine;
- L'eccesso ponderale infantile è più frequente:
  - ✓ nei comuni con meno di 10.000 abitanti;
  - ✓ quando il riposo notturno non corrisponde al bisogno (<9h/notte);
  - ✓ nelle famiglie in cui anche i genitori sono sovrappeso e/o obesi.

*Relazione stato nutrizionale bambino vs stato nutrizionale dei genitori*



# OKKIO ALLA SALUTE EDIZIONE 2019

## LE RACCOMANDAZIONI



## LE ABITUDINI REALI

**Colazione:** Non fa colazione quotidianamente il **4%** dei bambini e il **41%** la fa non adeguata, ossia sbilanciata in termini di carboidrati e proteine



### Merenda abbondante

Il **43%** dei bambini consuma una merenda di metà mattina abbondante e di conseguenza non adeguata



### Frutta e/o verdura

Il **63%** consuma verdura e il **57,5%** consuma frutta meno di una volta al giorno



### Snack dolci e salati

Il **45%** dei bambini consuma snack dolci, l'**8%** snack salati più di 3 volte a settimana



**I Legumi** sono consumati dal **25%** dei bambini meno di una volta a settimana

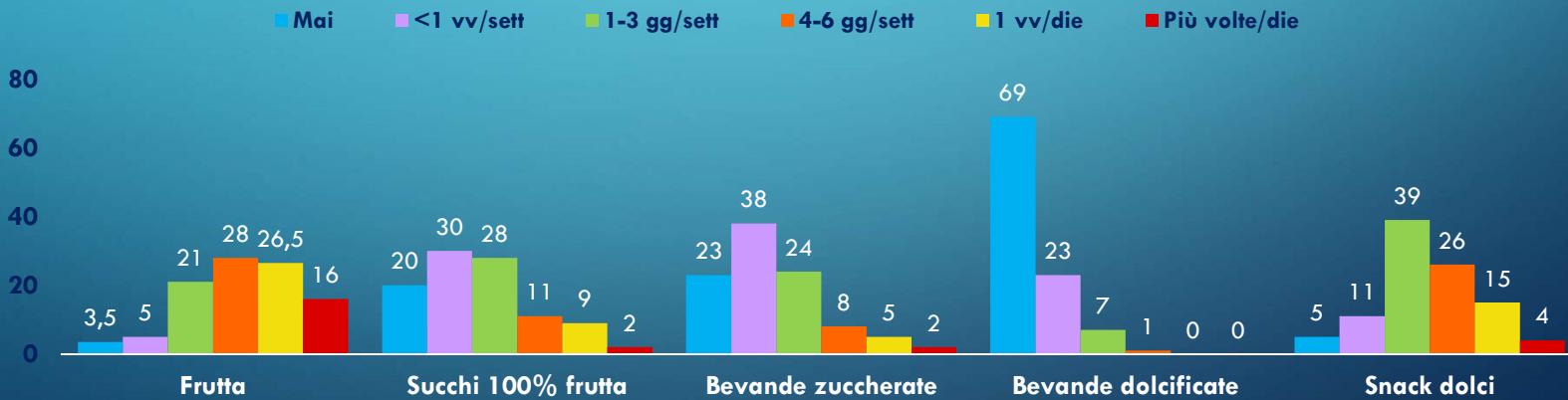


# OKKIO ALLA SALUTE EDIZIONE 2019

## FOCUS: IL GUSTO DOLCE

- Molto gradito dai bambini, cercato più spesso in bevande zuccherate e snack che nella frutta
- Fattore di protezione risulta **il grado di educazione della madre**:
  - ✓ il consumo di bibite zuccherate una volta al giorno tutti i giorni diminuisce con il crescere della scolarità
  - ✓ il consumo giornaliero di frutta aumenta con il grado d'istruzione

*Consumo settimanale di alimenti di gusto dolce*

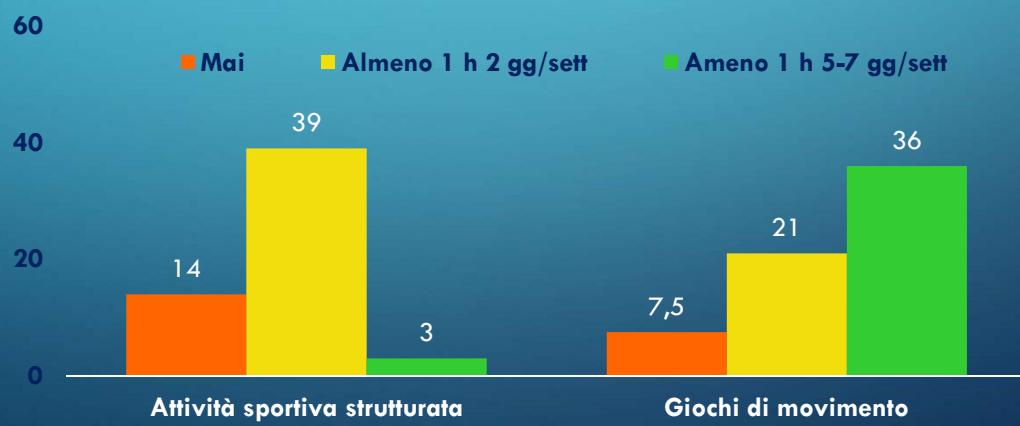


# OKKIO ALLA SALUTE EDIZIONE 2019

## ATTIVITÀ FISICA VS SEDENTARIETÀ

E' considerato **ATTIVO** un bambino che svolga ogni giorno almeno 1h di attività fisica (attività motoria a scuola, sportiva strutturata e/o giochi di movimento nel pomeriggio)

- Il **14%** non ha svolto attività fisica il giorno prima della rilevazione
- Nel pomeriggio:
  - ✓ Sport e giochi di movimento sono praticati con uguale frequenza tra maschi e femmine
  - ✓ Solo il 39% dedica almeno 2 h/sett allo sport strutturato
  - ✓ Lo sport strutturato per almeno 1 h 5-7 giorni/sett è più praticato dai bambini dei comuni 10.000-50.000 abitanti
  - ✓ Il 36% pratica giochi di movimento per almeno 1h 5-7 giorni/sett
  - ✓ I giochi di movimento sono più diffusi tra i bambini che vivono in comuni con <10.000 abitanti



# OKKIO ALLA SALUTE EDIZIONE 2019

## ATTIVITÀ FISICA VS SEDENTARIETÀ

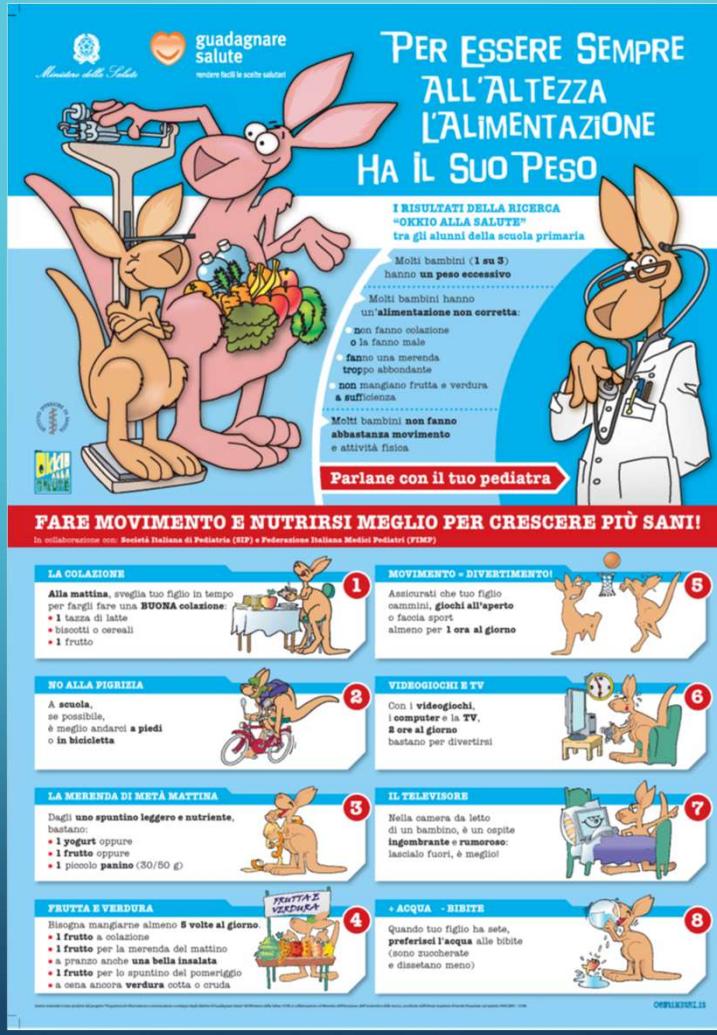
**ALLARME: attività sedentarie davanti agli schermi!**

- I bambini trascorrono molto tempo della giornata con TV/videogiochi/tablet/cellulare
  - ✓ Nei giorni di scuola il 64% fino a 2 ore, il 33% 3-4 ore e il 3% oltre 5 ore
  - ✓ Nel fine settimana aumenta fino al 42% la quota di bambini che trascorre con tali dispositivi oltre 5 ore/gg
  - ✓ I maschi usano maggiormente i dispositivi elettronici
  - ✓ La durata delle attività davanti agli schermi diminuisce con l'aumento del livello d'istruzione materna

*Durata delle attività sedentarie nella settimana*



# LE RACCOMANDAZIONI FONDAMENTALI



Grazie per l'attenzione  
e

