

Prot. n. PG/2018/85864 del 09/03/2018

Alla cortese attenzione
Dirigenti Scolastici degli IIC dell'Ogliastra
Sindaci dei Comuni dell'Ogliastra

Oggetto: **OKkio alla SALUTE 2016.**

Sovrappeso e obesità sono un importante fattore di rischio nell'insorgenza delle malattie croniche non trasmissibili ed hanno, quindi, un notevole impatto economico sulla spesa sanitaria.

Per tale motivo, la lotta a queste due condizioni sfavorevoli per lo stato di salute della popolazione, rappresenta una delle sfide prioritarie per la sanità pubblica.

Nello specifico, l'obesità ed il sovrappeso in età infantile hanno implicazioni dirette sulla salute del bambino e sono strettamente correlate allo sviluppo di gravi patologie in età adulta.

Il programma di sorveglianza "OKkio alla SALUTE", con la sua periodicità biennale di raccolta dati, costituisce uno strumento insostituibile, in quanto permette di seguire l'evoluzione nel tempo dello stato ponderale, delle abitudini alimentari e dell'attitudine all'esercizio fisico dei bambini di 8-9 anni di età che frequentano la classe terza della Scuola Primaria; permette, altresì, di conoscere e migliorare le attività scolastiche che promuovono la corretta alimentazione e l'attività fisica.

Il Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione (SIAN) ha, in questo settore, un ruolo fondamentale, in quanto la sua attività può incidere positivamente nella prevenzione e nel controllo dell'insorgenza di sovrappeso/obesità e, di conseguenza, delle patologie cronico-degenerative ad essi correlate.

La quinta rilevazione del sistema di sorveglianza svoltasi nel 2016, che ha visto partecipare la nostra ASSSL con un campione aziendale rappresentativo della popolazione scolastica in età 8-9 anni, ha reso possibile disporre di dati aggiornati sulla prevalenza di sovrappeso e obesità nei bambini, sulle loro abitudini alimentari, sul loro stile di vita e sulle attività scolastiche di promozione della salute.

La realizzazione del Progetto è stata possibile grazie alla collaborazione degli operatori sanitari del SIAN e del SISP (Servizio Igiene e Sanità Pubblica), degli operatori scolastici e all'ampia adesione delle famiglie degli alunni delle classi campione.

I risultati di questa quinta raccolta dati di "OKkio alla SALUTE", presentati in questo rapporto, nella nostra ASSSL, mostrano che:

1. la prevalenza di sovrappeso e obesità, nonostante sia più bassa di quella nazionale, risulta comunque superiore sia al valore regionale che a quello internazionale di riferimento, mettendo in evidenza la gravità del fenomeno: il 6,9% dei bambini è obeso, il 18,7% sovrappeso, il 73,2% normopeso e l'1,2% sottopeso;

2. vi è una grande diffusione, fra i bambini, di abitudini alimentari fortemente predisponenti all'aumento di peso: scarso consumo quotidiano di frutta e verdura (lontano dalle 5 porzioni raccomandate); discreta frequenza nell'assunzione giornaliera di bibite zuccherate e/o gassate; bassa percentuale di chi fa una colazione al mattino ed una merenda di metà mattina adeguate. Alcuni cambiamenti salutari adottati in famiglia fanno però intravedere una maggiore consapevolezza e attenzione da parte dei genitori, in particolare verso quelle tipologie di alimenti che sono ad alta densità calorica ma povere sotto l'aspetto nutrizionale;

3. esiste la scarsa attitudine a svolgere attività motoria, e, soprattutto, l'evidenza di come si sia ancora distanti dai valori raccomandati dall'O.M.S. di "attività fisica intensa o moderata ogni giorno per almeno 1 ora": solo 5 bambini su 10 raggiungono il livello minimo indicato per la loro età. Pochi i bambini

che si recano a scuola a piedi o in bicicletta, in quanto la maggioranza utilizza un mezzo di trasporto pubblico o privato;

4. le attività sedentarie rappresentano un problema per i bambini della nostra ASSSL: 4 bambini su 10 trascorrono davanti a televisore, videogiochi, tablet o cellulare più di 2 ore al giorno. Tali attività sono favorite anche dal fatto che 1 bambino su 5 ha la TV in camera;

5. è ampiamente diffusa la scarsa consapevolezza da parte dei genitori sull'effettivo stato ponderale del proprio figlio o sul fatto che il bambino mangi troppo o si muova poco; infatti, oltre 7 madri su 10, tra quelle che hanno un bambino o una bambina sovrappeso, ritiene corretta la quantità di cibo assunta o sufficiente l'attività fisica svolta ;

6. in relazione all'ambiente scolastico ed al suo ruolo, vi è un crescente impegno della Scuola in diversi ambiti, sia per la promozione dell'attività motoria che di sane abitudini alimentari, con valori sostanzialmente in linea con i dati nazionali per quanto riguarda la maggior parte delle attività svolte;

7. il coinvolgimento dei genitori per la realizzazione di una solida rete di promozione della salute risulta ancora troppo esiguo.

I risultati dell'indagine effettuata sono particolarmente interessanti e rappresentano, sicuramente, un ulteriore stimolo per avviare e monitorare nel tempo, nel territorio dell'ASSSL di Lanusei, interventi multidisciplinari, efficaci nel determinare variazioni negli stili di vita e nelle abitudini alimentari.

Documenti allegati, scaricabili dal sito www.asllanusei.it, seguendo il percorso: **SERVIZI SANITARI → Prevenzione → Igiene Alimenti e della Nutrizione → OKkio alla SALUTE 2016.**

Il Dirigente Medico del SIAN
Dott. Ignazio Dei

Il Responsabile del SIAN
Dott. Andrea Loddo