

La salute e gli stili di vita dei ragazzi e delle ragazze in Emilia-Romagna

Serena Broccoli, Paola Angelini

Settore Prevenzione collettiva e Sanità pubblica - Regione Emilia-Romagna

Scuole che promuovono salute nel Piano regionale della prevenzione

Webinar 12 ottobre 2022

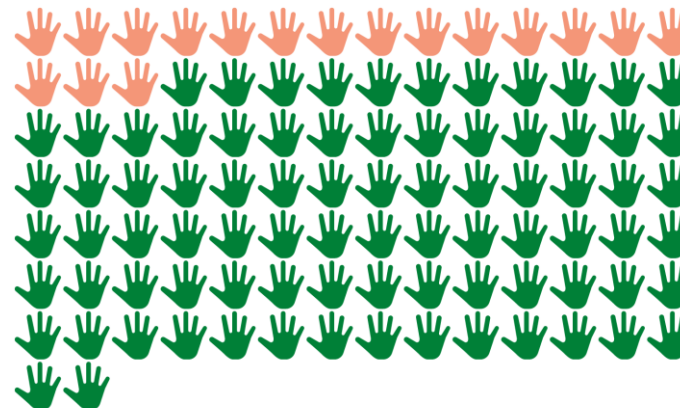
Ore 15 - 17.30



**4.458.006 residenti
in Emilia-Romagna**

**761.860 (17%)
residenti con meno
di 20 anni**

se fossimo 100



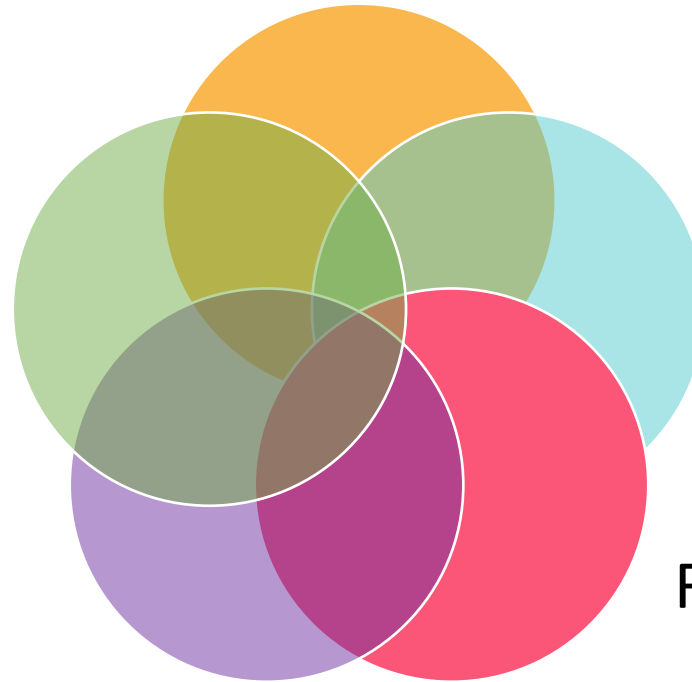
51% maschi



Sana
alimentazione e
stato ponderale

Paure e
desideri

Attività fisica
e sedentarietà



Contesto

Fumo, alcool e
uso di
sostanze



Indagine OKkio alla Salute

Stato nutrizionale dei bambini e delle bambine di 8-9 anni

2019



Indagine HBSC

Stili di vita di ragazzi e ragazze di 11, 13 e 15 anni

2018



hbsc
HEALTH BEHAVIOUR IN
SCHOOL-AGED CHILDREN
WORLD HEALTH ORGANIZATION
COLLABORATIVE CROSS-NATIONAL STUDY

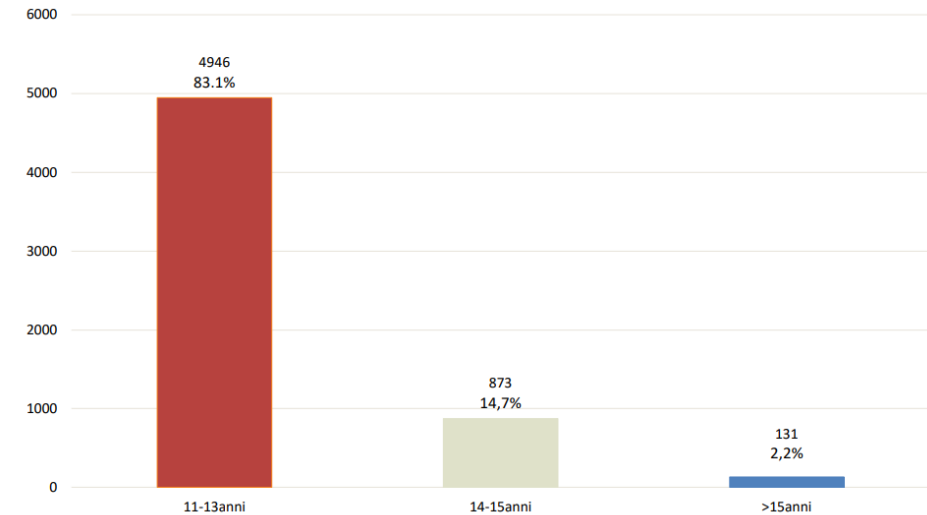
ESSERE ADOLESCENTI IN EMILIA-ROMAGNA

2019
2020

Gli esiti di una ricerca su vita, opinioni,
atteggiamenti, relazioni, timori e speranze
delle nostre giovani generazioni

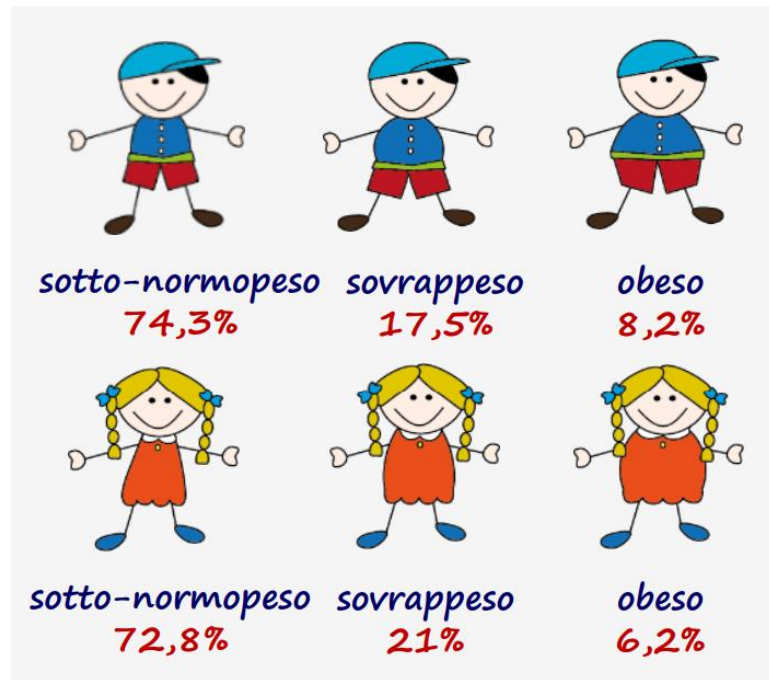


83,1% ragazzi e ragazze di 11-13 anni

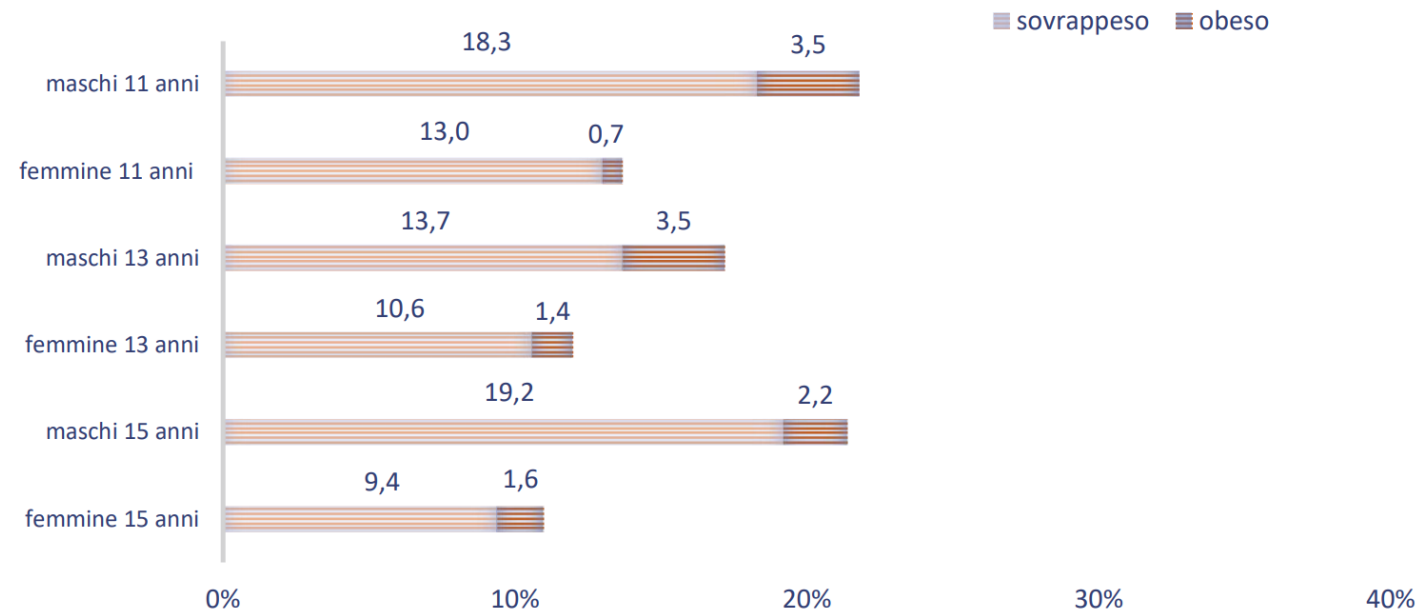


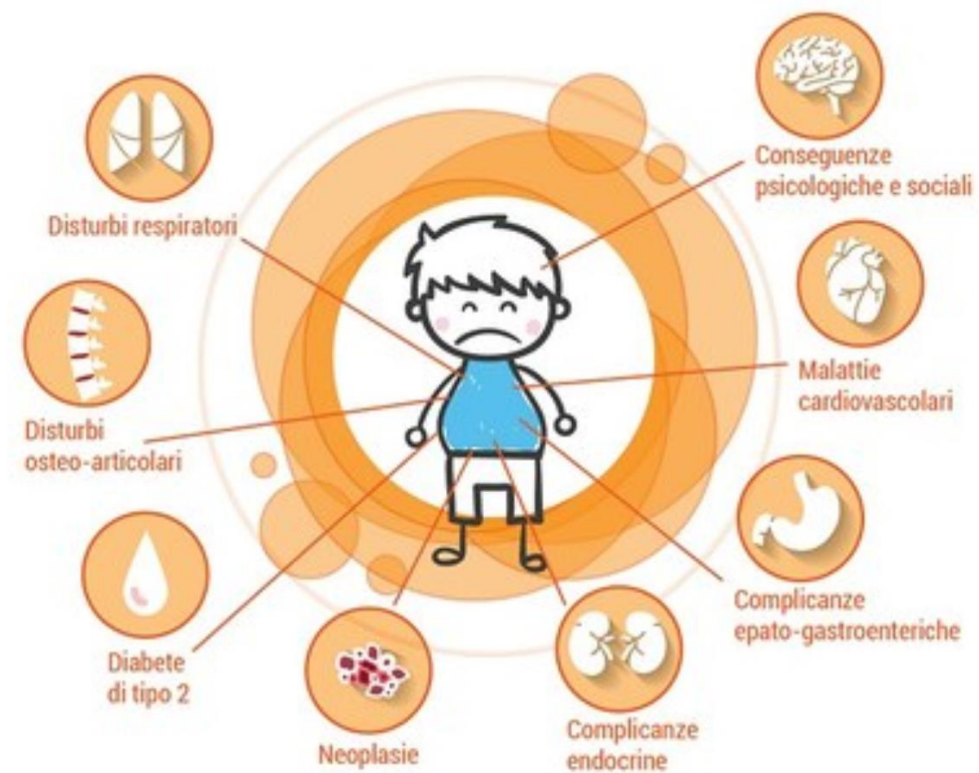
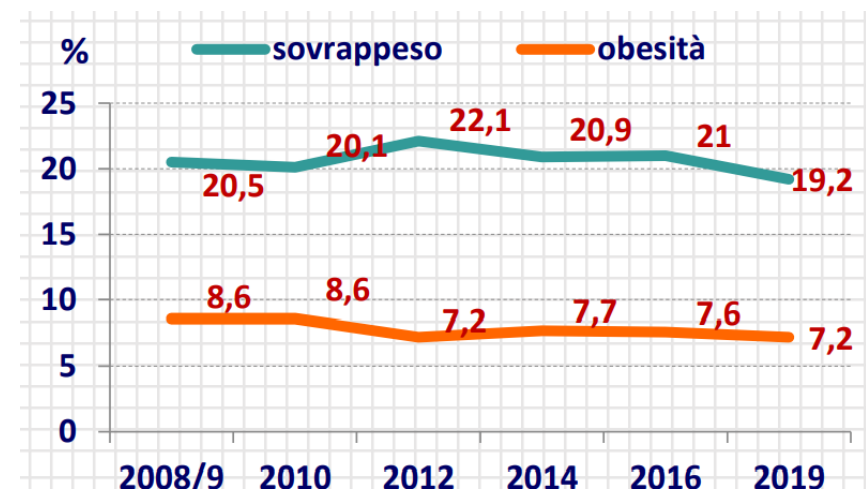
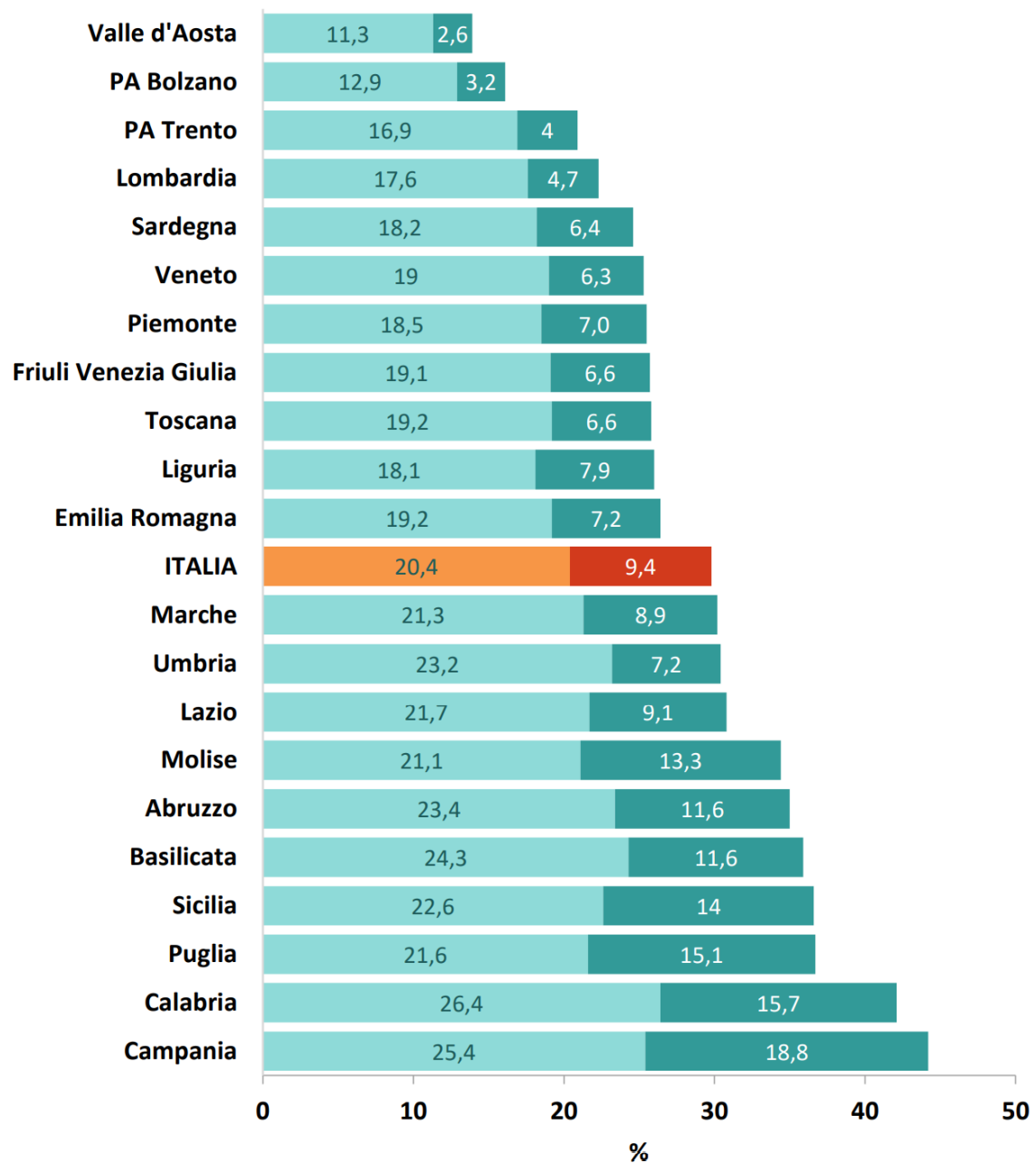
L'iniziativa si deve al contributo dell'Osservatorio Adolescenti del Comune di Ferrara che ha esteso a tutti i territori della regione la propria periodica indagine provinciale, rielaborando e diffondendo il questionario con la collaborazione del Servizio Politiche sociali e socio educative della Regione Emilia-Romagna.

Più di un quarto dei bambini e delle bambine a 8/9 anni è sovrappeso/a o obeso/a



8/9 anni

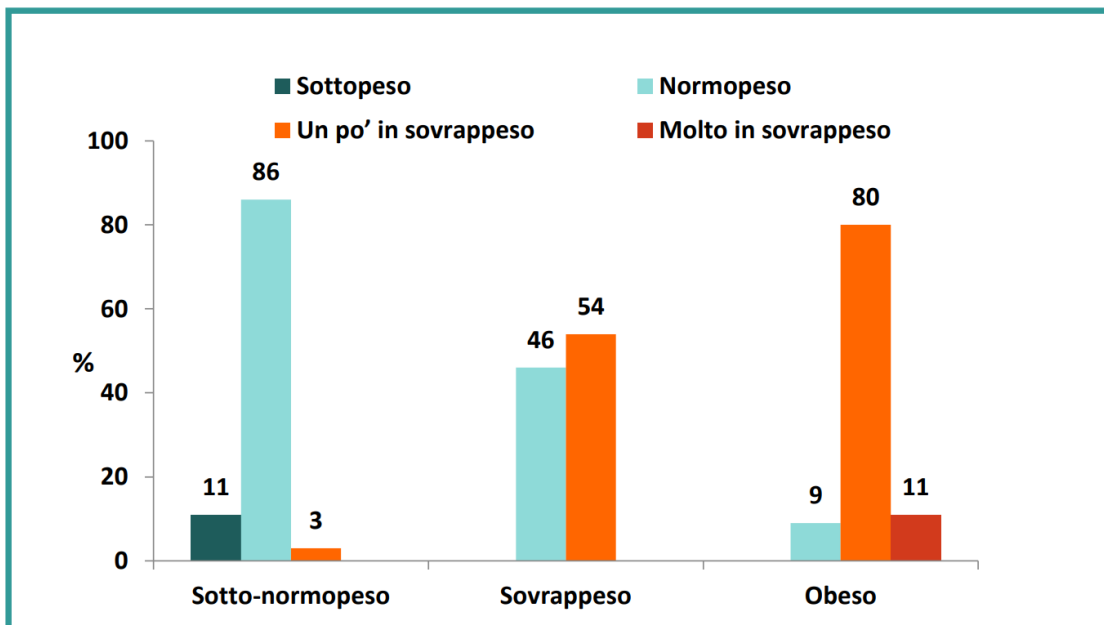




La percezione del corpo

Nella nostra Regione **il 46% delle madri di bambini e bambine sovrappeso** e il 9% delle madri di bambini e bambine obesi/e **ritiene che il proprio bambino o la propria bambina sia normopeso.**

La percezione materna dello stato ponderale dei figli (%) 8/9 anni



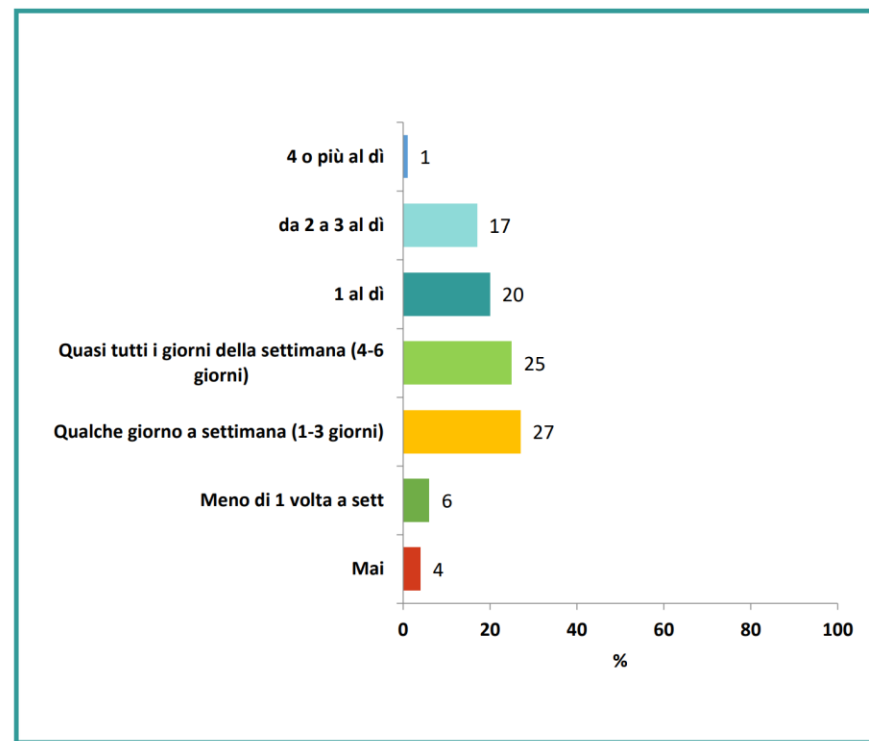
La maggior parte dei ragazzi e delle ragazze che si percepisce “Un po’ troppo grasso” e “Decisamente troppo grasso” risulta avere un IMC sovrappeso/obeso. Tuttavia, **una percentuale non trascurabile (17,9%) di ragazzi e ragazze normopeso si considera troppo grasso**; tale fenomeno aumenta con l’età ed è più frequente tra le ragazze.

Tabella 5.13a Frequenza di ragazzi che si percepiscono grassi o molto grassi rispetto al proprio IMC, per età (%)

	11 anni (%)	13 anni (%)	15 anni (%)	Totale (%)
Sottopeso	2,9	6,7	4,8	4,8
Normopeso	11,4	18,1	24,3	17,9
Sovrappeso	53,0	62,3	67,7	61,0
Obeso	88,9	87,0	94,4	90,1

10% di bambini e ragazzi non consuma quasi mai verdura

Consumo di verdura nell'arco della settimana (%)



8/9 anni

Okkio alla salute, 2019

Tabella 5.6 "Di solito quante volte alla settimana mangi verdura?", per età (%)

	11 anni (%)	13 anni (%)	15 anni (%)	Totale (%)
Mai	8,6	6,3	4,8	6,7
Meno di una volta a settimana	5,8	7,4	6,6	6,6
Una volta a settimana	10,0	8,5	7,4	8,7
Tra 2 e 4 giorni a settimana	23,6	25,5	27,4	25,3
Tra 5 e 6 giorni a settimana	16,5	18,4	17,6	17,5
Una volta al giorno tutti i giorni	19,7	15,3	17,6	17,6
Più di una volta al giorno	15,8	18,6	18,6	17,6

HBSC, 2018

La colazione, una sana abitudine che si perde crescendo

Adeguatezza della colazione consumata dai bambini (%)

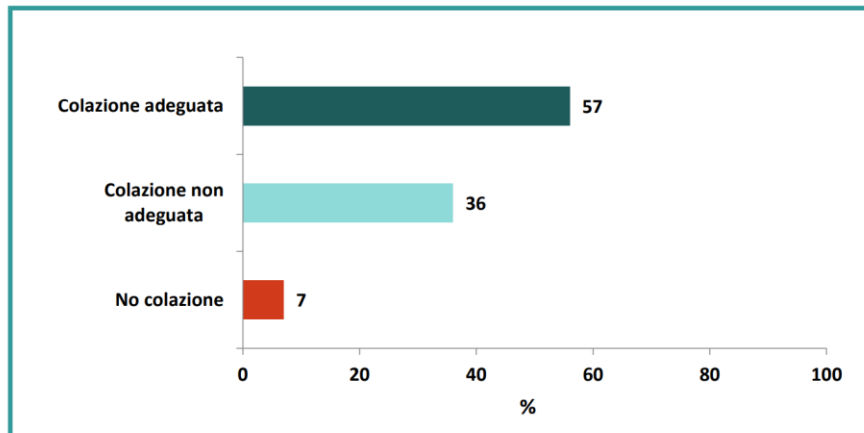


Tabella 5.1 “Di solito quante volte fai colazione (in settimana)?”, per età (%)

	11 anni (%)	13 anni (%)	15 anni (%)	Totale (%)
Mai	16,5	21,4	25,4	20,7
Un giorno	4,0	4,6	3,4	4,0
Due giorni	3,2	3,4	5,6	3,9
Tre giorni	5,0	5,6	5,1	5,3
Quattro giorni	5,4	5,6	5,5	5,5
Cinque giorni	65,9	59,4	55,0	60,6

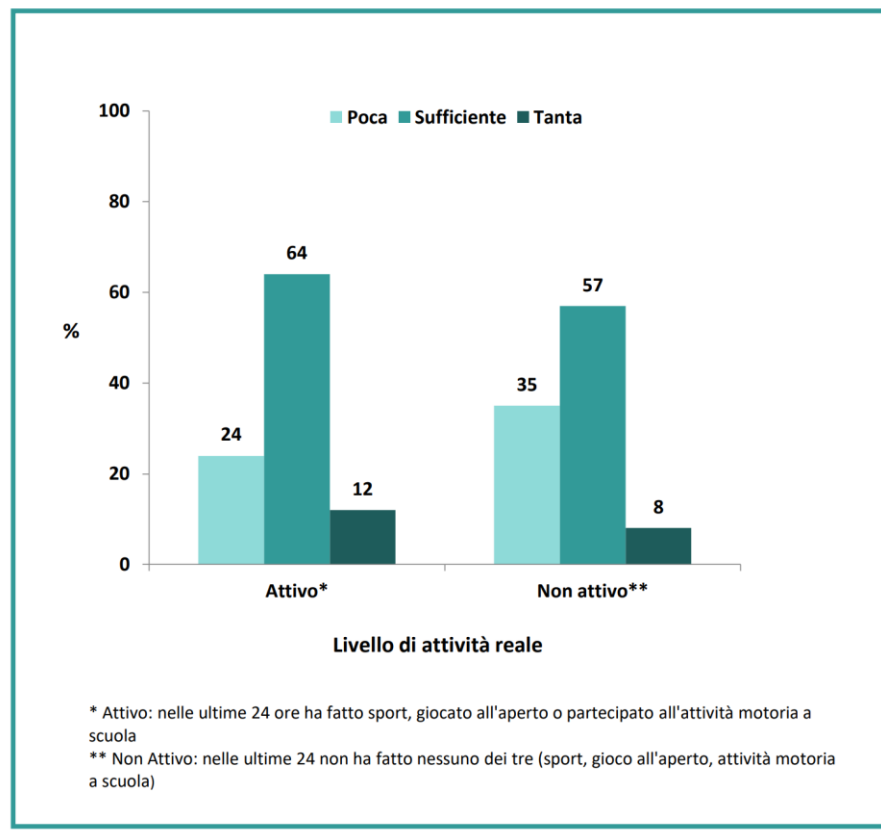
8/9 anni

Okkio alla salute, 2019

HBSC, 2018

Attività fisica scarsa a 8/9 anni ed eccessivo utilizzo di strumenti elettronici

La percezione materna dell'attività fisica praticata dai figli (%)



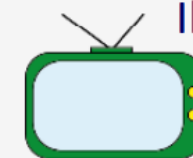
Attività fisica



Il **16%** dei bambini non ha svolto attività fisica il giorno precedente l'indagine.

L'**11%** dei bambini dorme meno di nove ore per notte.

Sedentarietà



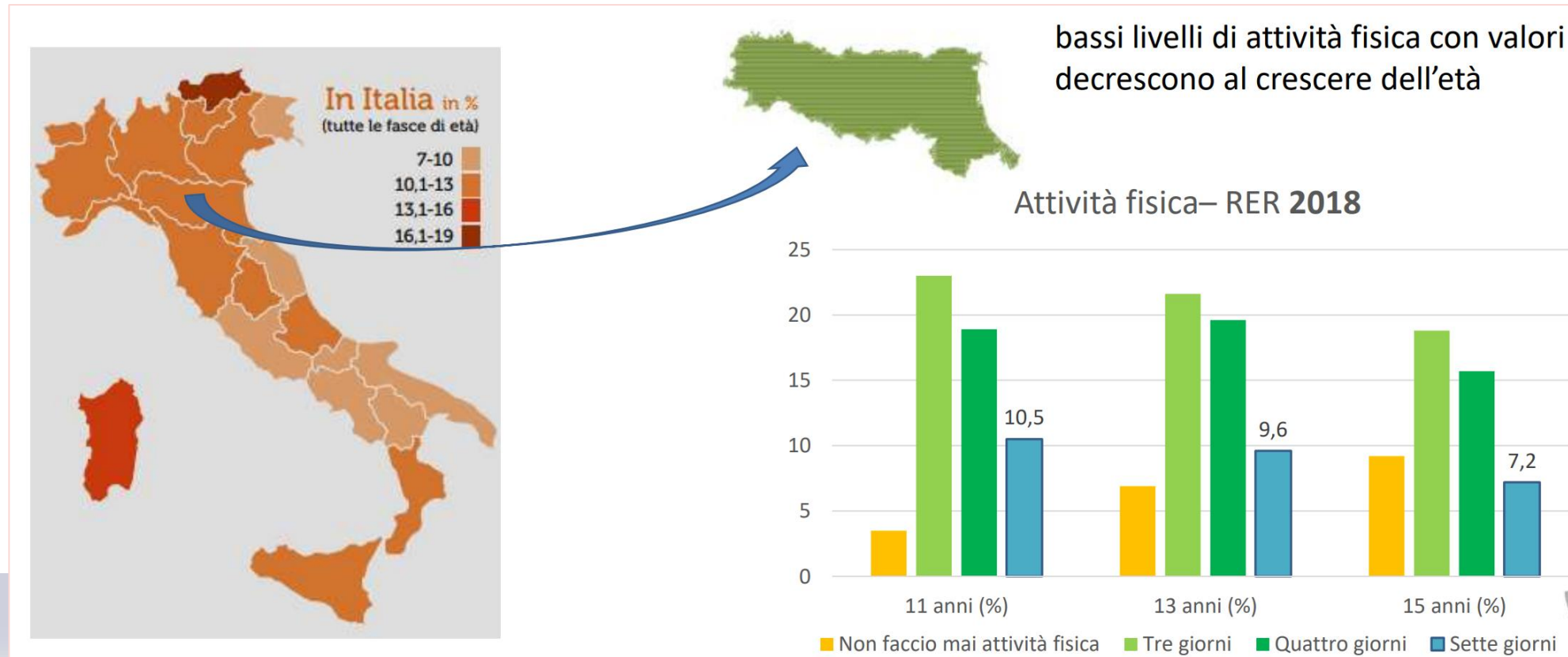
Il **31%** dei bambini ha la TV nella propria camera da letto.

Il **40%** dei bambini trascorre più di 2 ore al giorno davanti a TV e/o videogiochi/tablet/cellulare.



Gli adolescenti non praticano sufficiente attività fisica

Secondo l'OMS, i giovani in età compresa tra i 5 e i 17 anni di età dovrebbero svolgere quotidianamente almeno 60 minuti di attività motoria moderata-intensa.



Quasi il 30% dei ragazzi supera le 2 ore di utilizzo di strumenti elettronici al giorno

Tabella 4.3 “Di solito nel tuo tempo libero quante ore al giorno guardi la TV, dei video, dei DVD e altre forme di intrattenimento su schermo?” nei **giorni di scuola**, per età (%)

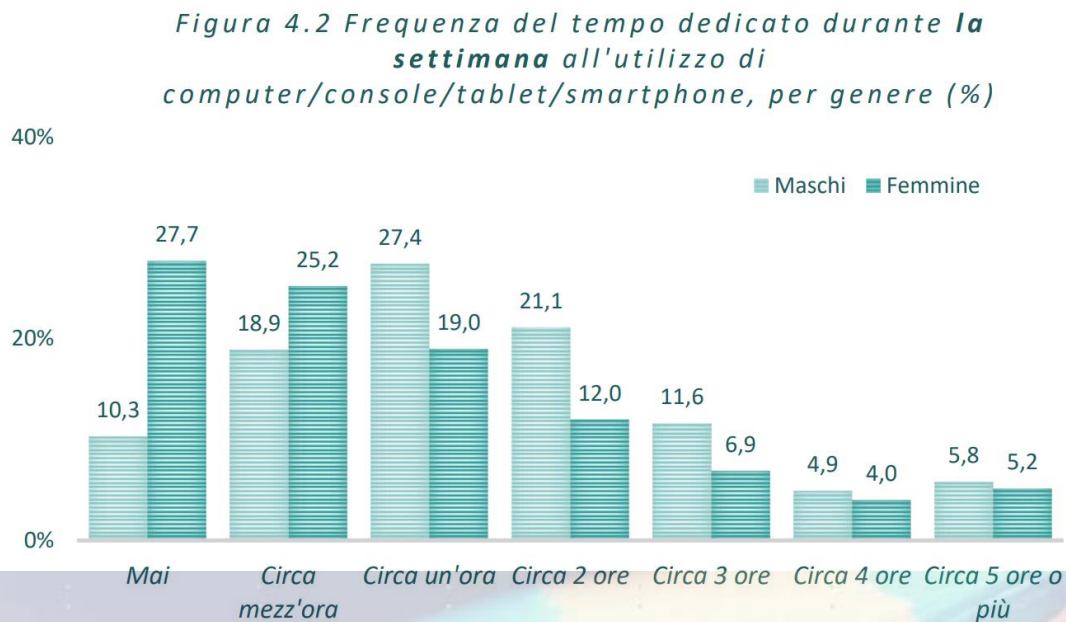
	11 anni (%)	13 anni (%)	15 anni (%)
Mai	6,9	4,3	4,3
Circa mezz'ora	20,4	12,0	11,1
Circa un'ora	29,5	26,9	25,5
Circa 2 ore	22,8	27,8	30,5
Circa 3 ore	11,5	16,8	14,6
Circa 4 ore	4,0	5,8	8,2
Circa 5 ore o più	4,9	6,4	5,8

Raccomandazioni suggeriscono di non eccedere 2h/die

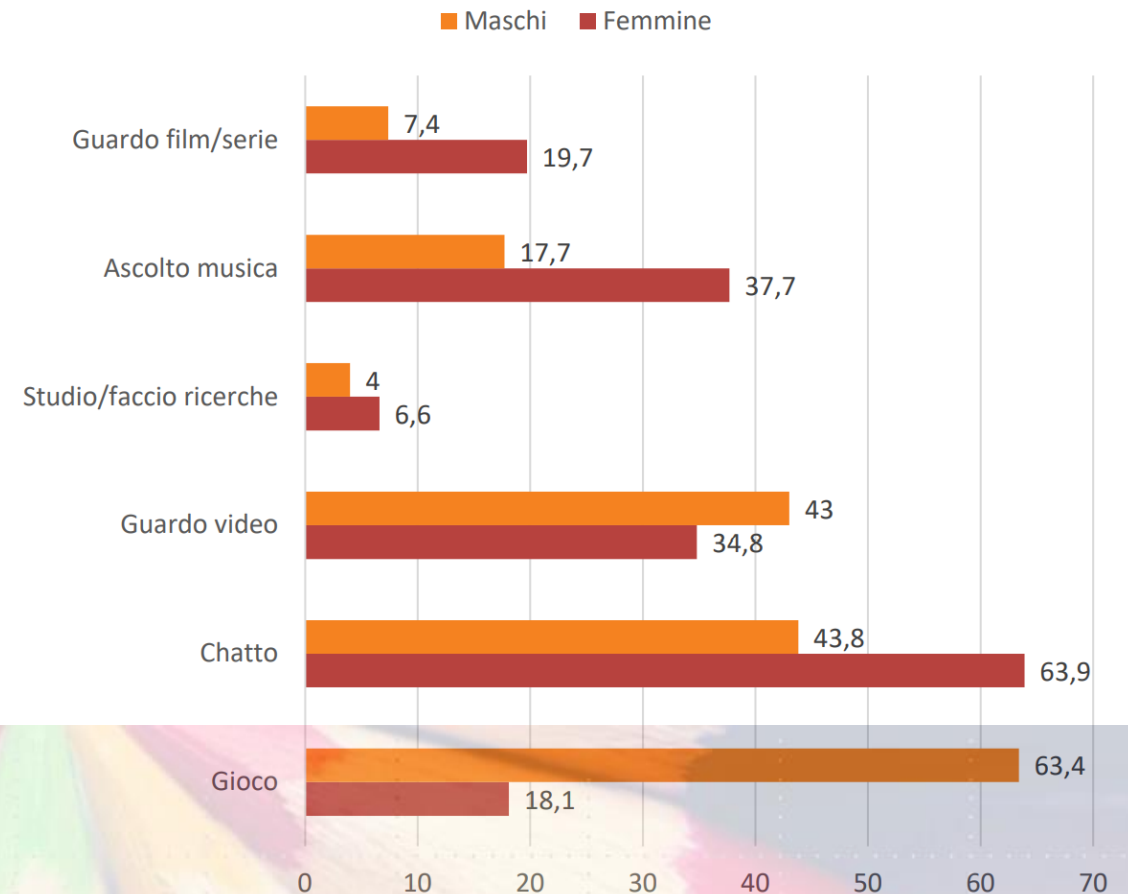


Online gioco e guardo video (M), online chatto e ascolto musica (F)

Fig. 5.1 - Cosa faccio più frequentemente on line (disaggregazione per genere)



HBSC, 2018



Essere adolescenti in Emilia-Romagna, 2020

Fumo, alcool e gioco d'azzardo a 15 anni

27,5% dei maschi e il 26,9% delle femmine hanno fumato una sigaretta nell'ultimo mese

↓ La % è diminuita rispetto al 2014 (29,3%)

24,5% dichiara di essersi ubriacato/a una volta o più nel corso della vita

↓ La % è diminuita rispetto al 2014 (33,7%)

20% ha avuto un contatto con la cannabis almeno una volta nella vita

↓ La % è diminuita rispetto al 2014 (25,2%)

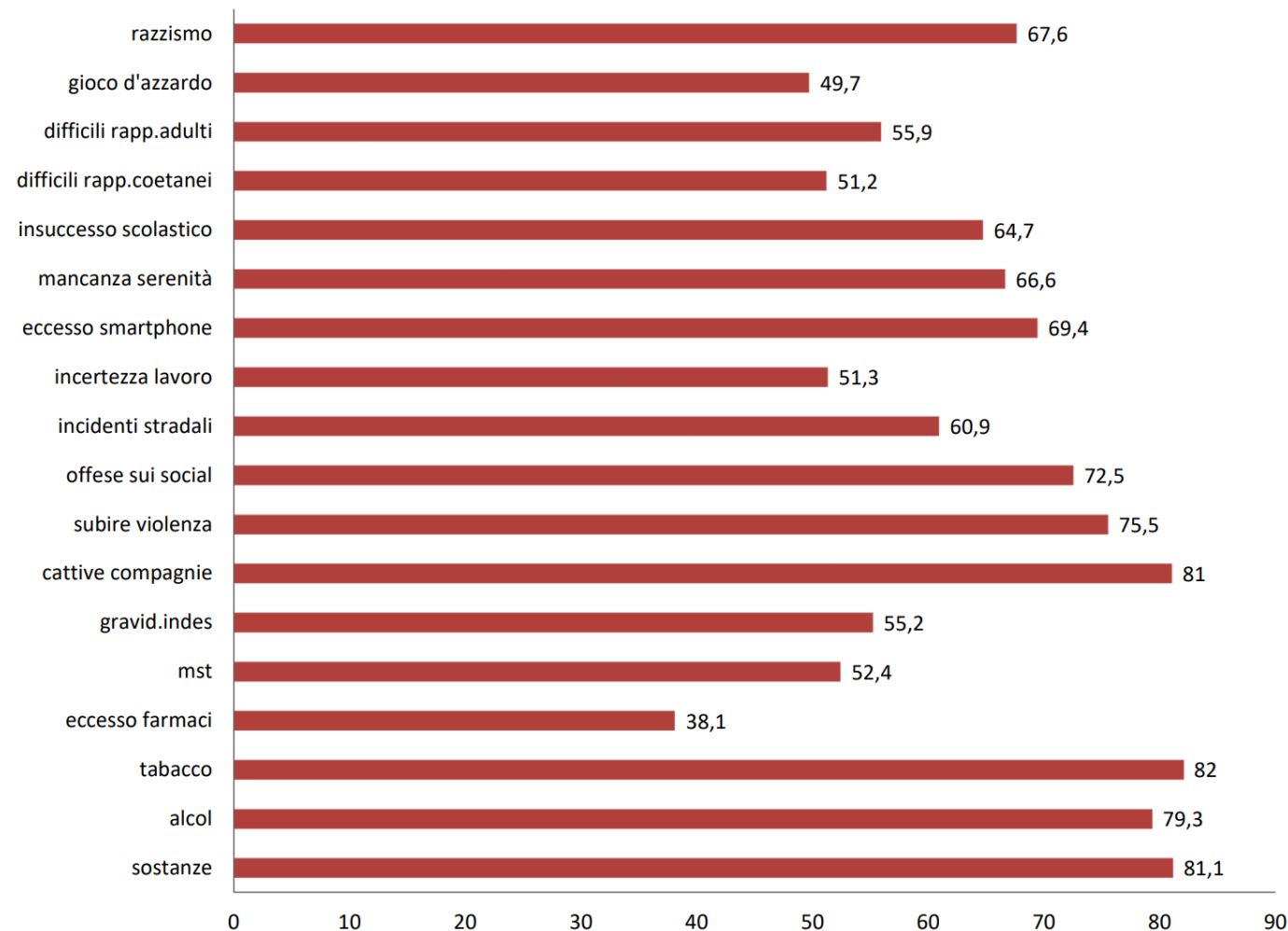
33% (50,6% M) ha dichiarato di avere giocato denaro almeno una volta nella vita. Il fenomeno è soprattutto maschile.

↑ La % è aumentata rispetto al 2014 per i maschi (46% M, 20% F)

Fumo alcool e sostanze sono problemi ampiamente riconosciuti dai ragazzi e le ragazze, meno il gioco d'azzardo.

Non sono riconosciuti tra i problemi riferiti le cattive abitudini alimentari e la sedentarietà, benchè il 70% dei ragazzi e delle ragazze riferisca come problematico l'eccessivo uso degli smartphone

Fig. 11 - I maggiori problemi giovanili



Il dialogo con i genitori, in particolare con il padre, peggiora crescendo.

Figura 2.1 Frequenza di coloro che dichiarano essere facile o molto facile parlare con il padre, per genere ed età (%)

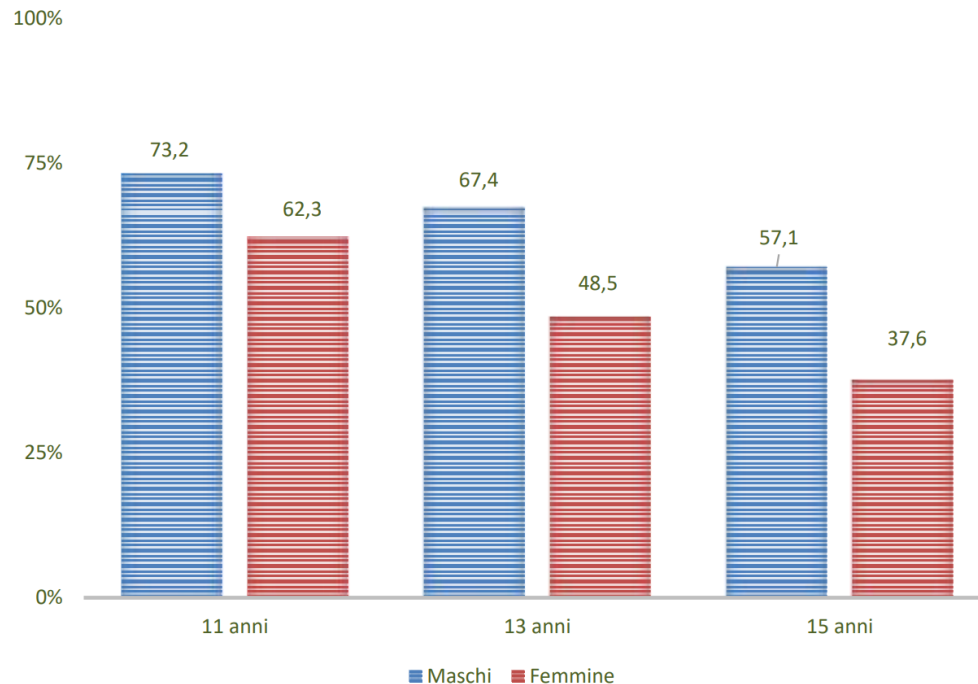
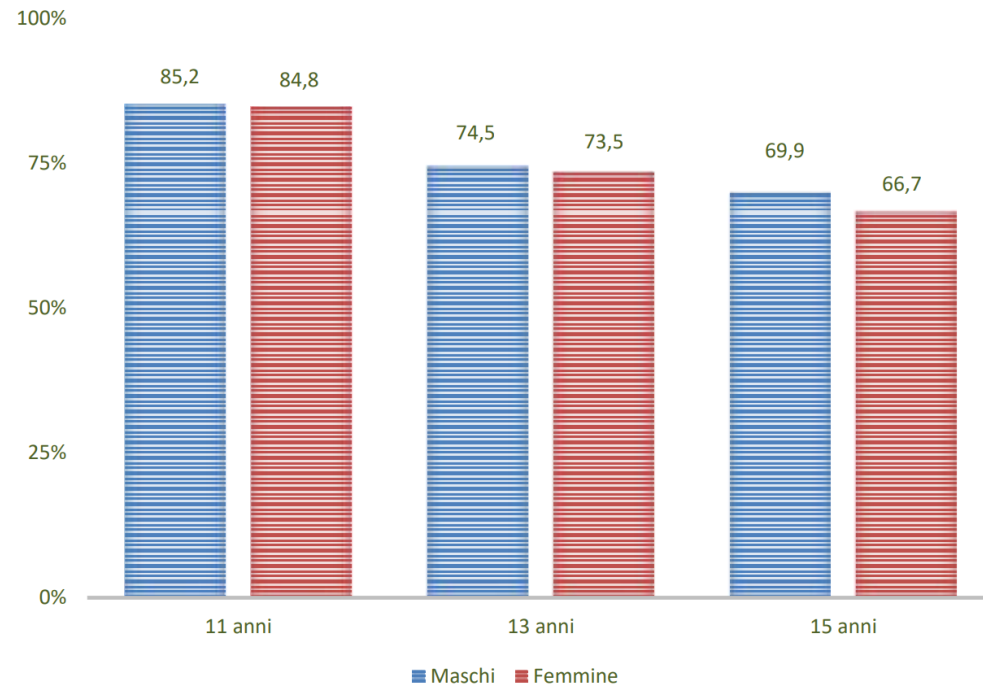


Figura 2.2 Frequenza di coloro che dichiarano essere facile o molto facile parlare con la madre, per genere ed età (%)



Contesto scolastico: insegnanti e compagni

Figura 3.5 Frequenza di ragazzi che dichiarano di essere “d’accordo” o “molto d’accordo” con le tre affermazioni sul modo con cui interagiscono con gli insegnanti, per età (%)

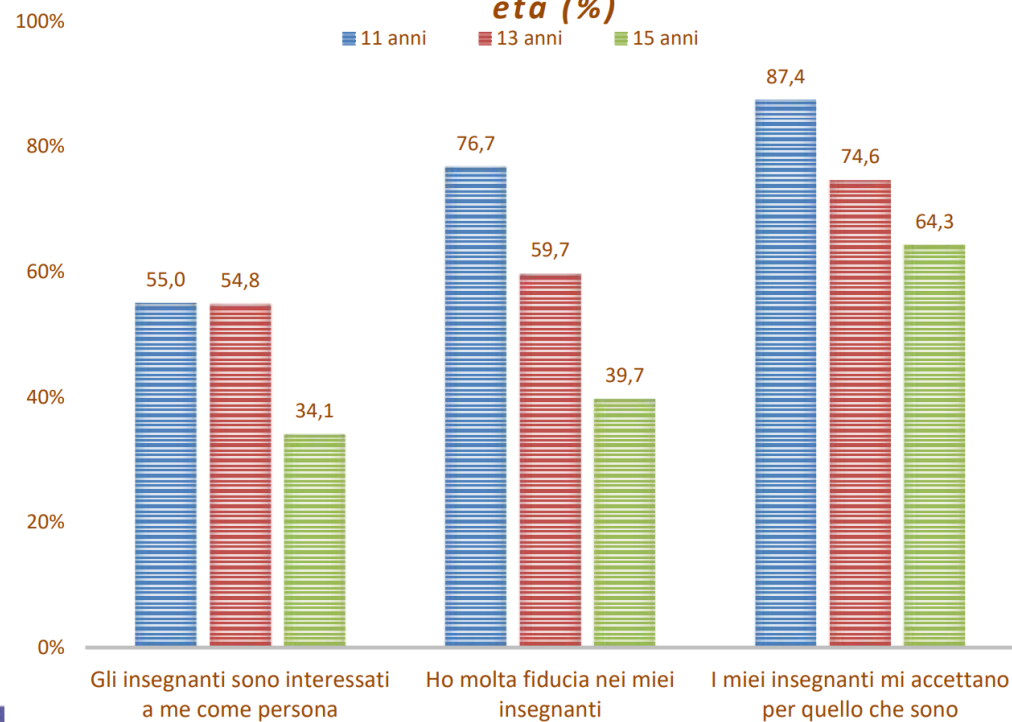
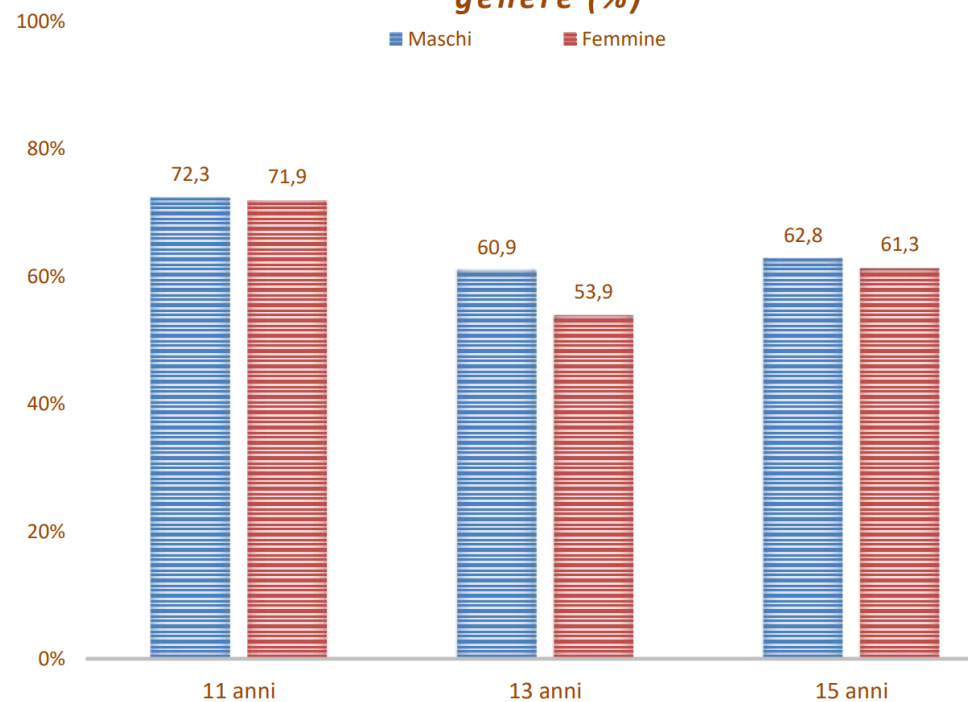
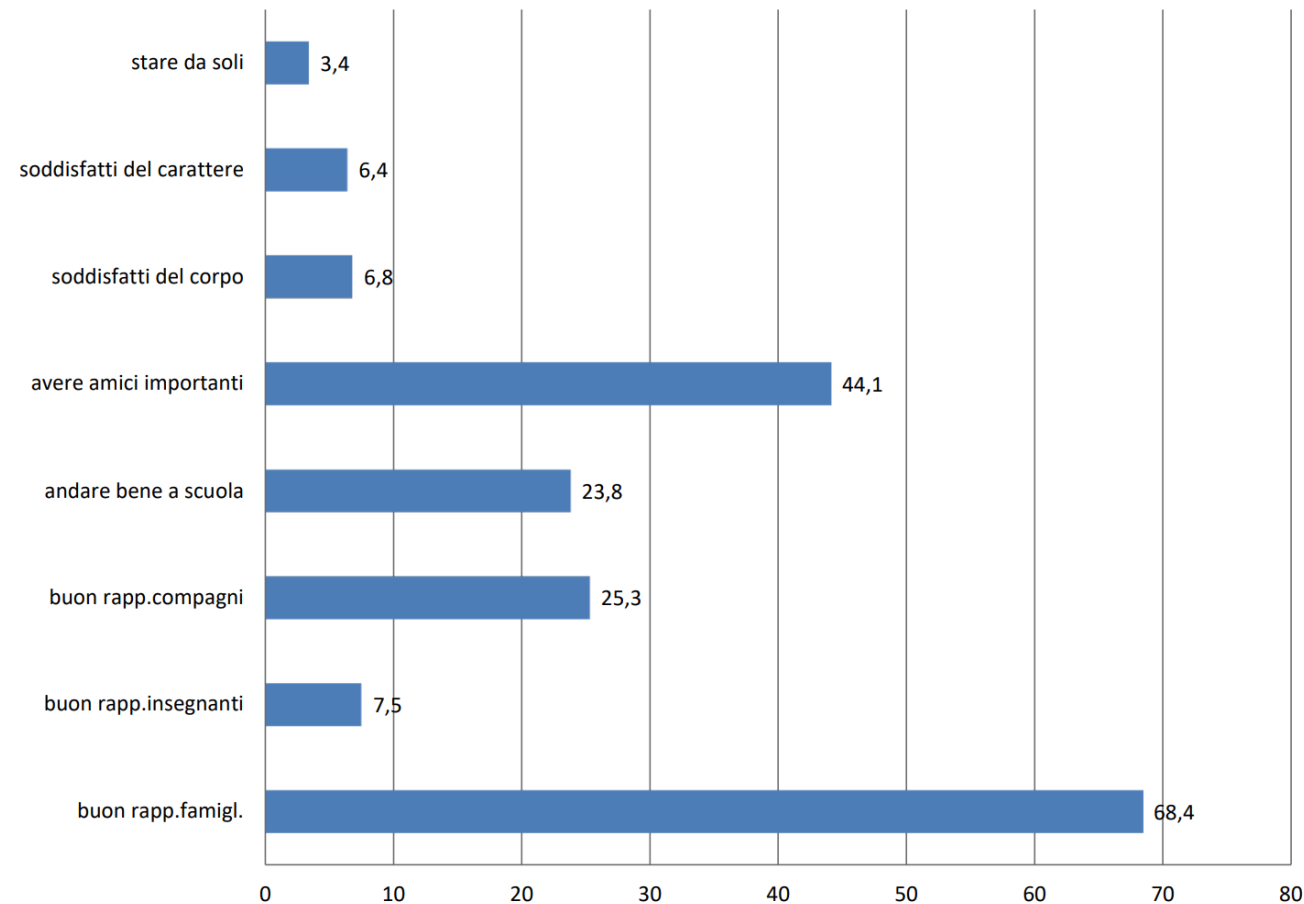


Figura 3.6 Frequenza di coloro che sono molto d’accordo o d’accordo con l’affermazione: “la maggior parte dei miei compagni è gentile e disponibile”, per età e genere (%)



Cioè che fa stare meglio i ragazzi e le ragazze è una buon rapporto con la famiglia e «avere amici importanti»

Fig. 6 - Ciò che mi fa stare meglio



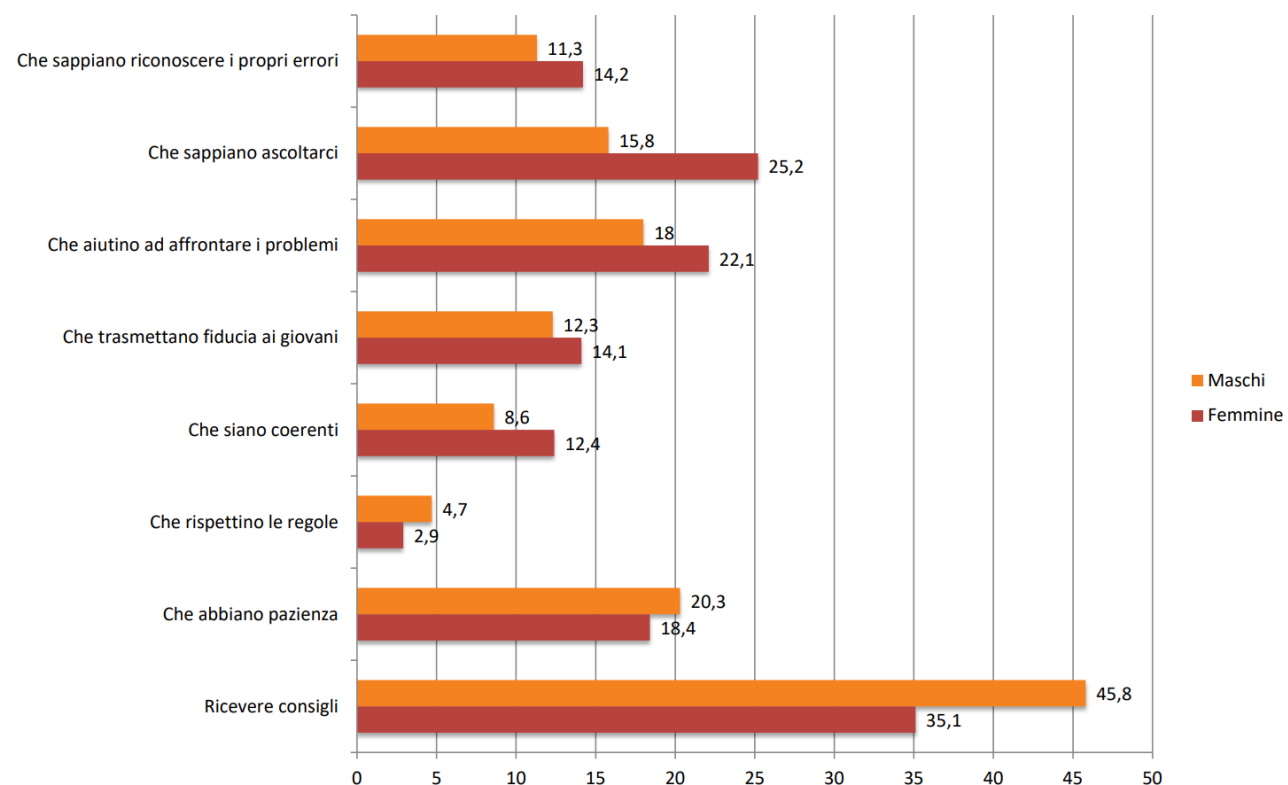
Essere adolescenti in Emilia-Romagna, 2020

Gli adulti che vorrei

Le adolescenti femmine sono più orientate a chiedere al mondo adulto di assumersi responsabilità che comprende il riconoscimento dei propri errori e in misura ancora maggiore esigono di essere ascoltate.

I maschi invece sembrano accettare più di buon grado la tendenza all'iperprotezione da parte dei genitori o degli adulti in generale, chiedendo loro di poter essere consigliati (45,8% rispetto al 35,1% delle femmine).

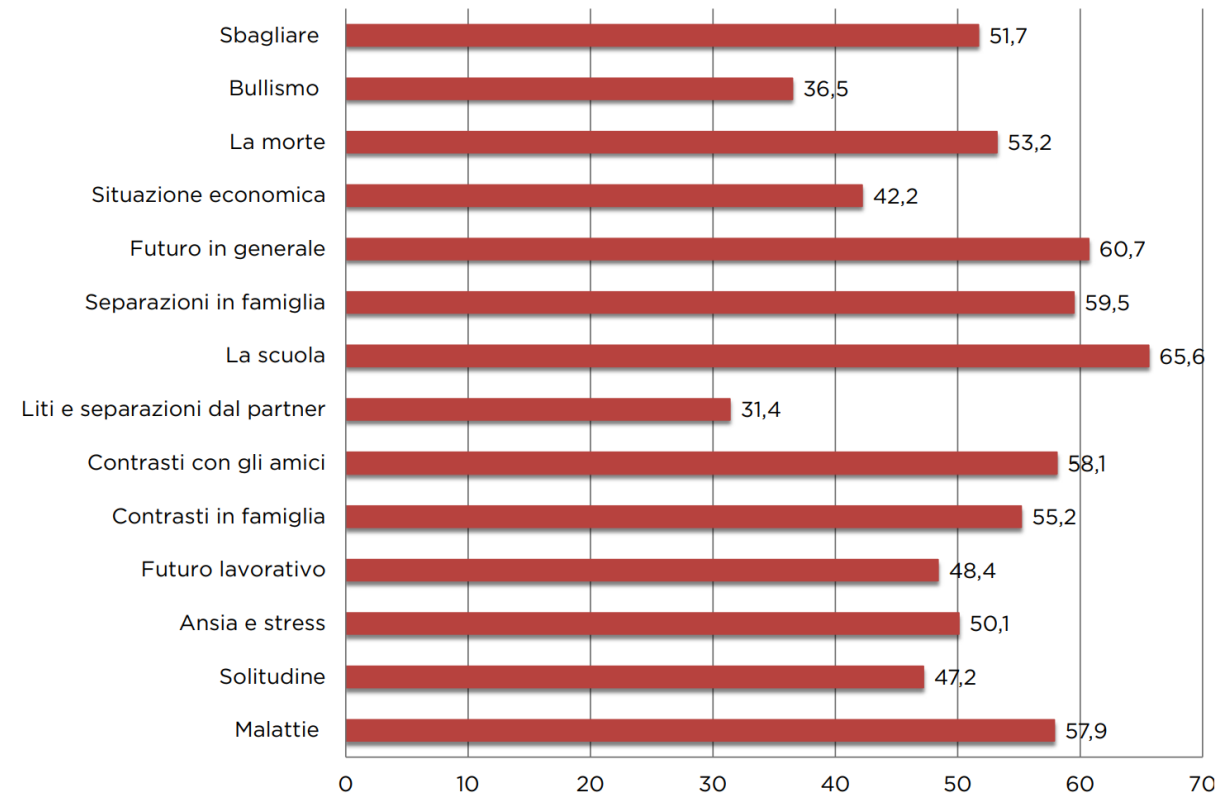
Fig. 8.1 - Che cosa mi aspetto dagli adulti (disaggregazione per genere)



Le paure..

- Paure collegate al vissuto quotidiano – scuola, contrasti con gli amici, conflitti familiari
- Paure collegate a quello che potrebbe avvenire - futuro, malattie.
- Preoccupazioni di tipo “prestazionale”, legate alla “performance”: paura di sbagliare, dichiarando una dose notevole di ansia e stress.
- È interessante notare che la paura più diffusa riguarda la scuola.
- Le adolescenti femmine sono più preoccupate, con scostamenti a volte molto significativi, dei coetanei maschi.

Fig. 7 - Le mie maggiori paure





Grazie per l'attenzione

[La salute e gli stili di vita delle ragazze e dei ragazzi in Emilia-Romagna — Salute \(regione.emilia-romagna.it\)](https://salute.regione.emilia-romagna.it/agenda/regione/2022/la-salute-e-gli-stili-di-vita-delle-ragazze-e-dei-ragazzi-in-emilia-romagna)

<https://salute.regione.emilia-romagna.it/agenda/regione/2022/la-salute-e-gli-stili-di-vita-delle-ragazze-e-dei-ragazzi-in-emilia-romagna>

[Indagine 2019: dati regionali \(iss.it\)](https://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/indagine-2019-report-regionali)

<https://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/indagine-2019-report-regionali>

[Essere adolescenti in Emilia-Romagna. Gli esiti di una ricerca su vita, opinioni, atteggiamenti, relazioni, timori e speranze delle nostre giovani generazioni. Anno 2020 — Sociale \(regione.emilia-romagna.it\)](https://sociale.regione.emilia-romagna.it/documentazione/pubblicazioni/prodotti-editoriali/2020/essere-adolescenti-in-emilia-romagna-gli-esiti-di-una-ricerca-su-vita-opinioni-atteggiamenti-relazioni-timori-e-speranze-delle-nostre-giovani-generazioni-anno-2020)

<https://sociale.regione.emilia-romagna.it/documentazione/pubblicazioni/prodotti-editoriali/2020/essere-adolescenti-in-emilia-romagna-gli-esiti-di-una-ricerca-su-vita-opinioni-atteggiamenti-relazioni-timori-e-speranze-delle-nostre-giovani-generazioni-anno-2020>