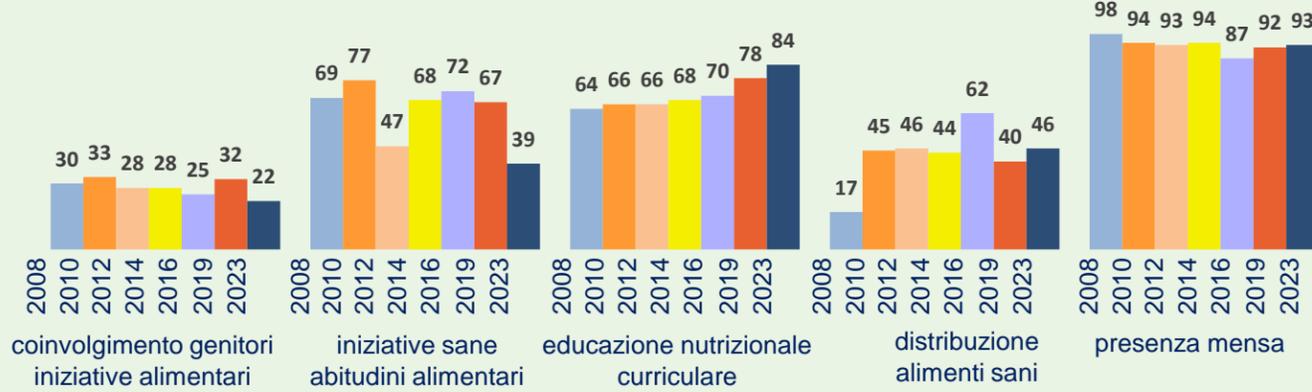


# LA SCUOLA

OKkio alla SALUTE 2023 Toscana ha coinvolto 84 scuole e 87 classi III della scuola primaria. Tra le attività promosse l'educazione nutrizionale curriculare evidenzia un progressivo aumento. Alti e stabili nel tempo i valori della presenza della mensa scolastica e delle iniziative di rafforzamento dell'attività motoria.

## Promozione delle buone abitudini alimentari nella scuola (%)



## Promozione dell'attività motoria nella scuola (%)



## Elenco delle scuole :

**MASSA:** Viale Stazione (IC Staffetti), Ortola (Alfieri/Bertagnini);  
**Aulla - Aulla Albiano;** Villafranca in Lunigiana - Villafranca.  
**LUCCA:** Montecarlo - Giacomo Puccini; Capannori - Don Bosco/Don Bigongiari; Altopascio - Spianate, Giovanni Pascoli.  
**PISA:** Livia Gereschi, O. Lorenzini, F. Filzi, Giovanni Parmini; San Giuliano Terme - V. Morroni, M. Verdigi; Pontedera - Madonna dei Braccini; Palaia - Don Milani. **VIAREGGIO:** Giacomo Puccini; Ripa - Seravezza; Massarosa - Piano di Conca G. Giusti. **LIVORNO:** Villa Corridi, Antignano, B. Brin; Rosignano Marittimo - S. Lega; Piombino - Loc. Diaccioni. **PISTOIA:** Galileo Galilei, Bonelle; Montecatini terme - Giovanni Pascoli; Pescia - A. Mussino, Castellare; Serravalle Pistoiese - Ilaria Alpi; Pieve a Nievole - De Amicis. **PRATO:** Borgonuovo Boccherini, Agostino Ammannati, Don Bosco, Ciliani, Ivana Marocci, Cuore Immacolato di Maria; Cantagallo - Teresa Meroni; Montemurlo - Alberto Manzi. **EMPOLI:** Pontorme Jacopo Carrucci, Michelangelo; Fucecchio - Capoluogo Carducci; Certaldo - Iqbal Masih; Castelfiorentino - S. Verdiana/Tilli; Vinci - Sibilla Aleramo; Montopoli in Val d'Arno (PI) - Angelica; San Miniato (PI) - L. Cardì. **FIRENZE:** Calvino, Andrea del Sarto, Niccolini, Martin Luther King, Bargellini, Giorgio Ambrosoli; Campi Bisenzio - La Villa/P. Neruda, Don Milani, Aurora Gelli; Bagno a Ripoli - Guglielmo Marconi, A.M. Enriques Agnoletti, Luigi Michelet; Greve in Chianti - G. Bucciolini in Chianti; Barberino di Mugello - Capoluogo G. Mazzini; Figline e Incisa V.no - Incisa Capoluogo F. Petrarca; Calenzano - Anna Frank. **AREZZO:** Pitagora, Pratantico; Montevarchi - I. del Lungo, Leonardo da Vinci; San Sepolcro - Collodi; Ponte a Poppi - Poppi; Pratovecchio - Paolo Uccello; Monte San Savino - Anni verdi/Alberoro; Fratta Cortona - G.B. Madagli. **GROSSETO:** M. Vergari, Via Einaudi GR4; Follonica - Gianni Rodari 1; Cinigiano - Capoluogo G. Alfieri; Monte Argentario - Porto Santo Stefano. **SIENA:** San Girolamo; Poggibonsi - P. Calamandrei, Vittorio Veneto; Chiusi - Scalo; Montepulciano - Acquaviva; Sovicille - B. Peruzzi.

## Coordinamento Regione Toscana 2023

**Regione Toscana:** Laura Aramini, Emanuela Balocchini;  
**Università di Siena:** Giacomo Lazzeri, Rita Simi, Dario Lipari, Ilaria Manini, Maria Claudia Trombetta, Andrea Pammolli;  
**Ufficio Scolastico Regionale:** Ernesto Pellecchia, Roberto Curtolo, Maria Teresa Tronfi, Daniele Leporatti; **ASL: Massa Carrara** - Mauro Vannucci, Sonia Manuguerra, Sergio Vivaldi, Monica Menegalli, Raffaella Tempesti; **Lucca** - Gregorio Loprieno, Valeria Massei, Alice Canale, Elisabetta Della Maggiora; **Pisa** - Antonio Gallo, Elena Griesi, Elisa Musetti, Giulia Favoriti, Antonio Cerniglia, Thomas Longobucco; **Livorno** - Alessandro Barbieri, Luigi Franchini, Monica Benvenuti, Stefania Malloggi, Andrea Nazzari, Guglielmo Arzilli; **Viareggio** - Franco Barghini, Gioia Farioli, Beatrice Bruni, Angelica Francini; **Firenze, Empoli, Pistoia, Prato** - Gianna Ciampi, Guendalina Allodi, Nadia Olimpi, Alda Isola, Alessandra Petrolo, Francesca Bardi, Giovanna Mereu, Marinella Chiti, Elisabetta Alfarioli, Cristiana Nigro, Fabiola Belli, Domenico Blatti, Chiara Cinotti, Giovanni Duma, Marina Gherardelli, Daniela Ghinassi, Roberta Greci, Angela Lombardi, Benedetta Scionti, Sonia Borselli, Daniela Caselli, Paola Bambi, Tommaso Pirina, Gigliola Villani, Letizia Baldi, Alessandra Bolognesi, Angela Fischietti, Bianca Giusti, Federica Grisolini, Linda Laino, Cristina Lippi, Maria Ausilia Salerno, Sara Lapi, Sara Lauri, Rosa Perna, Elisa Sereno, Maria Letizia Vinattieri, Daniela Zocchi, Giulia Bizzarri, Doina Caliniuc, Rachele Cattano, Tania Vadini, Sabrina Bonechi, Francesca Matarazzo, Maria Chiara Aglieri Rinella, Elena Furi, Paola Nicolardi, Ciro Parisi, Maria Russo, Veronica Tinalli, Delia Trotta; **Siena** - Chiara Cinughi de Pazzi, Katia Moretti, Cinzia Massini, Bianca Maria Bocci, Valentina Molinari, Andrea Salvadori, Valentina Bucciarelli, Richard Nidiaci; **Arezzo** - Elena de Sanctis, Anna Lisa Filomena, Aniello Buccino, Ilaria Bartoli, Marta Bigazzi, Sara Chiatti, Silvia Cioni, Giulia Gennari, Livio Polchi; **Grosseto** - Giovanna Liberati, Irene Del Ciondolo, Vittorio Falcione, Lucia Ceccarelli.



OKkio alla SALUTE è un sistema di sorveglianza nazionale promosso e finanziato dal Ministero della Salute/CCM e coordinato dal CNaPPS – Istituto Superiore di Sanità in collaborazione con tutte le Regioni e il Ministero dell'Istruzione. Raccoglie informazioni sugli stili di vita delle bambine e dei bambini della scuola primaria, sul loro stato ponderale e sulle iniziative scolastiche riguardanti la nutrizione e il movimento.

OKkio alla SALUTE oggi è giunto alla sua settima raccolta dati, ognuna delle quali è parte dell'iniziativa della regione europea dell'OMS "Childhood Obesity Surveillance Initiative-COSI"

**Grazie ai dirigenti scolastici e agli insegnanti, ai bambini e ai loro genitori per aver contribuito alla realizzazione del sistema di Sorveglianza OKkio alla SALUTE 2023**

## CAMPIONE della VII raccolta dati della Regione Toscana

**ITALIA: 46.559 bambini**    **TOSCANA: 1.708 bambini - 87 classi - 1.533 genitori**

■ sovrappeso    ■ obesità

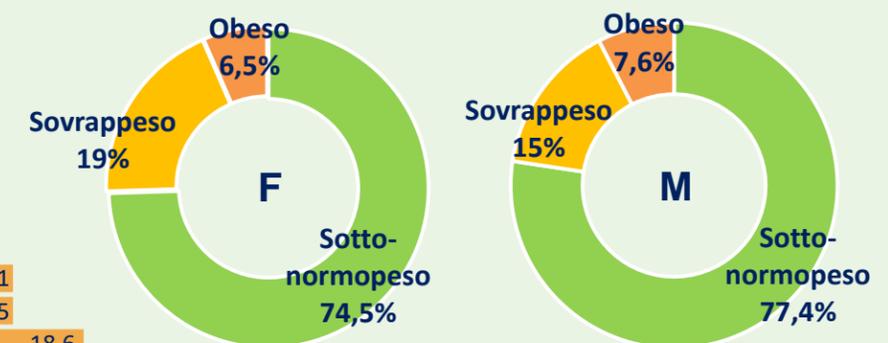
Bolzano	12,0	3,3
Trento	12,6	3,9
Val d'Aosta	13,5	5,9
Lombardia	16,8	6,1
<b>Toscana</b>	<b>17,0</b>	<b>7,0</b>
Sardegna	17,4	6,7
Veneto	17,3	6,9
Piemonte	16,9	7,8
Friuli V. G.	18,2	7,0
Emilia Romagna	18,6	7,1
Umbria	18,4	8,2
Marche	18,9	8,3
Liguria	18,2	9,1
<b>ITALIA</b>	<b>19,0</b>	<b>9,8</b>
Lazio	19,7	9,2
Sicilia	20,5	13,3
Abruzzo	21,6	13,8
Puglia	21,1	14,8
Basilicata	22,5	14,0
Molise	21,7	16,1
Calabria	22,3	15,5
Campania	24,6	18,6

## Sovrappeso e obesità nelle bambine e nei bambini

Per la definizione dello stato ponderale, OKkio alla SALUTE utilizza i valori soglia dell'International Obesity Task Force (IOTF).

In Toscana le bambine e i bambini di 9 anni in sovrappeso sono il **17%** e il **7%** è obeso, questo dato comprende l'obesità grave che rappresenta l'**1,3%**.

Le femmine in sovrappeso e con obesità sono rispettivamente il **19%** e il **6,5%**, mentre i maschi sono il **15%** e il **7,6%**.



## LE BUONE ABITUDINI

**Il 77,3%** ha giocato all'aperto il giorno precedente all'indagine

**Il 6,4%** assume 5 porzioni di frutta e/o verdura al giorno come raccomandato dalle linee guida

**Il 47,7%** consuma la frutta almeno una volta al giorno

**Il 58,4%** consuma una colazione adeguata

**Il 43,1%** fa almeno un'ora di attività sportiva strutturata 2 volte alla settimana

**Il 38,3%** consuma bibite dolci/gassate meno di una volta a settimana. **Il 24,5%** non le consuma mai

**Il 35,4%** dei bambini e delle bambine, in Toscana, consuma la verdura almeno una volta al giorno. **Il 14,6%** di loro la consuma da 2 a 3 volte al giorno

**Il 36,2%** consuma una merenda di metà mattina adeguata

## CATTIVE ABITUDINI ALIMENTARI DEI BAMBINI E DELLE BAMBINE

### Colazione

Il **9%** non fa colazione quotidianamente e il **32,6%** fa una colazione non adeguata, ossia sbilanciata in termini di carboidrati e proteine.



### Merenda abbondante

Il **63,3%** consuma una merenda di metà mattina abbondante, quindi non adeguata.

### Consumo quotidiano di bevande zuccherate/gassate

**20,2%** consuma quotidianamente bibite zuccherate/gassate.

### Consumo di frutta e/o verdura

Il **22,1%** consuma frutta e/o verdura meno di una volta al giorno.

### Snack dolci e salati

Il **49,9%** consuma snack dolci più di 3 giorni a settimana.

Il **10,5%** consuma snack salati più di 3 giorni a settimana.

## CONFRONTI CON GLI ANNI PRECEDENTI (2008-2023)

Nel corso degli anni il **sovrappeso** è diminuito, passando dal 22,5% nel 2008 al **17%** nell'ultima rilevazione (2023).



La prevalenza dell'obesità in linea generale è stazionaria con lievi oscillazioni non significative.

Solo nel 2016 si è assistito ad un decremento modesto (5,6%).



### Consumo di legumi

Il **24,6%** consuma legumi meno di una volta a settimana e il **17,9%** non li consuma mai.

## ATTIVITÀ FISICA

Il **12,2%** delle bambine e dei bambini non ha svolto attività fisica il giorno precedente l'indagine a scuola.

Solo il **24,9%** si reca a scuola a piedi o in bicicletta.

Il gioco libero di movimento è svolto due giorni a settimana dal **22,2%** delle bambine e dei bambini, mentre solo il **32,2%** svolge queste attività da 5 a 7 giorni a settimana come raccomandato per la loro età.

Solo il **2,6%** dei bambini e delle bambine svolge 5/7 giorni di attività fisica strutturata (sport) a settimana.

*i bambini devono fare attività fisica moderata o intensa almeno 1 ora ogni giorno*



## SEDENTARIETÀ

*Il tempo trascorso davanti agli schermi non dovrebbe superare le 2 ore giornaliere*



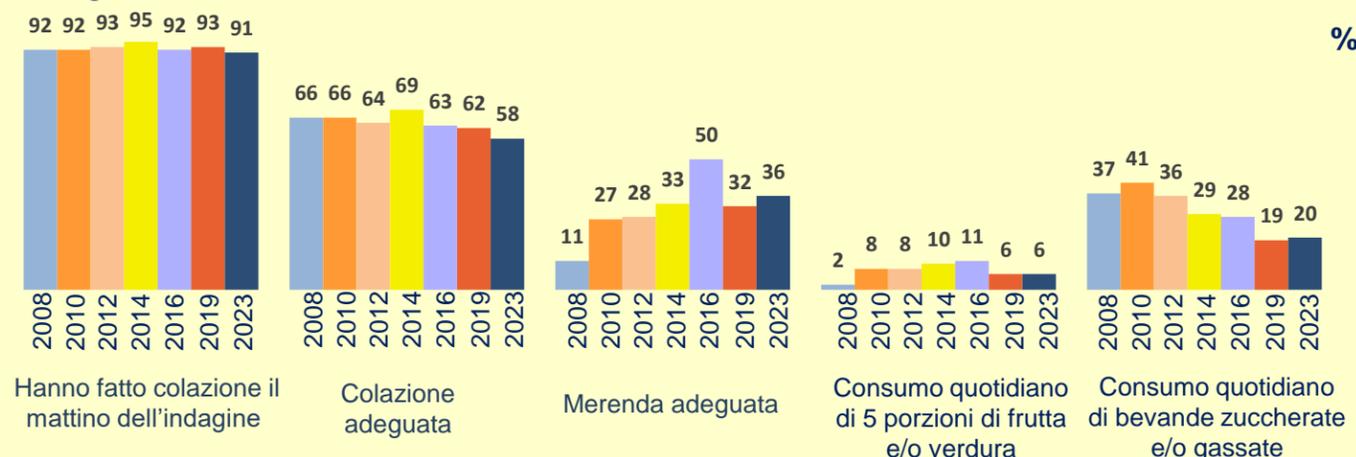
Il **41%** delle bambine e dei bambini trascorre più di 2 ore al giorno davanti a TV e/o videogiochi/tablet/cellulare.

La TV nella propria camera da letto è considerata un fattore predisponente alle attività sedentarie, il **38,2%** delle bambine e dei bambini toscani ne ha una in camera.



## Abitudini alimentari (confronto 2008-2023)

L'abitudine a non consumare la prima colazione o a consumarla in maniera inadeguata, così come la fruizione di una merenda abbondante di metà mattina possono contribuire all'aumento di peso. In Toscana la maggior parte dei bambini e delle bambine consuma la colazione ma poco più della metà la consuma in maniera adeguata. La merenda spesso non è adeguata, troppo scarsa o troppo pesante. Il consumo di 5 porzioni di frutta e/o verdura ogni giorno, che garantiscono fibre e sali minerali, è veramente scarso. Diminuisce dal 2008 l'assunzione giornaliera di bevande zuccherate e/o gassate che sono fortemente sconsigliate.



## PERCEZIONE DELLE MADRI

### Eccesso ponderale

Il **65,9%** di bambine e di bambini in sovrappeso o con obesità è percepito dalla madre come sotto-normopeso.

### Quantità di cibo

Tra le madri di bambine e di bambini in sovrappeso o con obesità, il **71,2%** pensa che la quantità di cibo assunta dal proprio figlio o dalla propria figlia non sia eccessiva.

### Attività motoria

Il **69,1%** delle madri di bambine e di bambini fisicamente poco attivi ritiene che la propria figlia o il proprio figlio svolga attività fisica adeguata.

## IL SONNO

In un normale giorno feriale, i dati 2023 evidenziano che il **16%** di bambine e bambini, secondo quanto riportato dai genitori, dorme meno di nove ore quando, invece, sarebbe raccomandato per la loro età un periodo di sonno superiore alle 9 ore.

## Attività fisica e sedentarietà (confronto 2008-2023)

Negli anni gli indicatori di OKkio alla SALUTE riferiti all'attività fisica e alla sedentarietà sono risultati tendenzialmente stabili. In leggero calo nel 2023 la presenza della TV nella camera da letto dei bambini. In generale i bambini e le bambine toscane risultano sedentari.

