

Bambini e adolescenti tra nutrizione e malnutrizione

Problemi vecchi e nuovi in Italia e nel mondo in via di sviluppo

SCHEDA DATI

ITALIA – dati Istat

L'analisi è stata condotta prendendo in considerazione le caratteristiche sociali e territoriali dei bambini e ragazzi fino a 17 anni e delle loro famiglie, in modo da restituire un'immagine di questo gruppo di popolazione nella sua complessità.

Allattamento al seno

- In Italia l'81,4% delle donne che hanno avuto figli nei cinque anni precedenti la rilevazione ha allattato al seno, secondo i dati dell'Indagine Istat su "Condizioni di salute e ricorso ai servizi sanitari" realizzata nel 2005.
- Tra il 2000 e il 2005 la durata media del periodo di allattamento al seno è aumentata da 6,2 mesi a 7,3 mesi.
- Le percentuali più basse di allattamento materno si sono riscontrate nell'Italia insulare, dove nel 2005 solo il 74,5% delle donne allattava al seno (rispetto alla media di 81,4%), e per un periodo più breve (6,8 mesi). In particolare il valore minimo era quello raggiunto dalla Sicilia (71,4%), mentre la Sardegna (86,2%) si attestava al di sopra della media nazionale.
- Le madri con titolo di studio elevato hanno allattato di più (84,3% nel 2005) e per un periodo più lungo (7,6 mesi).

Colazione non adeguata

(Per colazione non adeguata si intende una colazione in cui si assumono soltanto bevande come tè, caffè ma non si beve latte né si mangia qualcosa)

- Nel 2012 la quota di bambini e ragazzi di 3-17 anni che fa una colazione non adeguata è pari al 9,9%. Il valore più alto caratterizza la fascia tra gli 11 e i 17 anni (16,7%), mentre tra i più piccoli, 3-10 anni, la percentuale scende al 3,9%.
- Il livello di istruzione della madre sembra influenzare l'adeguatezza della colazione per i figli; infatti se si guarda il totale dei bambini tra i 3 e i 17 anni che non fa una colazione adeguata, il livello più basso (5,6%) è tra i bambini con madre laureata, questo valore sale al 7,9% nel caso in cui la madre abbia conseguito solo il diploma di scuola superiore e al 12,2% se la madre ha solo completato la scuola dell'obbligo.
- Tra le famiglie che considerano le proprie risorse economiche ottime o adeguate, la quota di bambini e ragazzi che fa una colazione non adeguata è pari al 9,0%, mentre è di poco superiore (10,7%) la percentuale di famiglie che considerano scarse o insufficienti le proprie risorse economiche.

Consumo di snack

(Per snack si intendono alimenti salati come patatine, noccioline, olive, ecc.)

- Nel 2012 il consumo di snack, cioè di prodotti poveri di nutrienti salutari ma di cui spesso si abusa, riguarda il 14,2% dei 3-17enni, con quote più elevate al crescere dell'età (11,4% tra i ragazzi di 3-10 anni contro 17,4% nella fascia 11-17 anni).
- Anche per il consumo giornaliero di snack si ripropone la stessa associazione inversa con il titolo di studio delle madri. La percentuale aumenta man mano che si abbassa il livello di istruzione: 7,3% (laurea), 12,2% (diploma scuola superiore) e 17,4% (scuola dell'obbligo).
- A livello territoriale il Sud presenta i dati più critici nel consumo almeno una volta al giorno di snack, con il 19,4%, rispetto al 16,3% del Nord-Ovest, all'11,4% nel Nord-Est, all'8,9% del Centro e all'11,7% delle Isole.
- Nell'arco temporale 2005-2012 il titolo di studio della madre non sembra influenzare il consumo quotidiano di snack dei figli, che risente invece del titolo di studio paterno. Si riscontra infatti una netta riduzione del consumo tra i bambini e i ragazzi figli di laureati, che passa dall'11% nel 2005 al 4,6% nel 2012.

Consumo di frutta e verdura

- Nel 2012 la quota di bambini e ragazzi che consuma 4 o più porzioni di frutta e verdura al giorno è pari al 12%, mentre il 63,2% si caratterizza per un consumo più basso, cioè fino a 3 porzioni.
- Anche per questa abitudine si ripropone la corrispondenza virtuosa tra titolo di studio elevato dei genitori e comportamento alimentare più sano dei bambini e dei ragazzi. Nel 2012 è infatti il 24,1% dei bambini e dei ragazzi, tra i 3 e i 17 anni con una mamma laureata, a consumare 4 o più porzioni di frutta o verdura al giorno, mentre lo fa solo il 14,5% di coloro con mamma con diploma di scuola superiore o di scuola dell'obbligo.
- Se si considerano le ripartizioni territoriali, i valori più critici sono quelli del Sud, con il 6,8%, cui seguono quelli delle Isole, con il 9,1%. Più alti ed omogenei i valori delle rimanenti ripartizioni: 14,2% nel Nord-Ovest, il 14,9 nel Nord-Est e il 15,1% nel Centro. Esaminando il consumo giornaliero di verdura, ortaggi e frutta "fino a 3 porzioni al giorno" le differenze si mantengono evidenti: al Sud si registra il 68%, e nelle Isole il 64,6% mentre al Nord e al Centro si osservano prevalenze più contenute (Nord-Ovest 62,2%, Nord-Est 59,5%, Centro 60,9%).

Consumo di bevande gassate

- Anche per il consumo di bevande gassate, di cui spesso i ragazzi abusano, i dati del 2012 rilevano la relazione con il titolo di studio delle madri; la quota di consumatori quotidiani di più di mezzo litro di bevande gassate tra i ragazzi di 11-17 anni è pari al 4,7% se le madri sono laureate, al 10,4% se hanno il diploma di scuola superiore e all'8,6% se hanno completato solo la scuola dell'obbligo.

Sovrappeso e obesità

- Il fenomeno dell'eccesso di peso (sovrappeso e obesità) tra i bambini e i ragazzi è più diffuso tra i maschi (30,1% contro il 23,6% delle femmine), tra coloro che vivono al Sud (34,6% rispetto al 22,7% del Nord-Ovest, al 21,1% del Nord-Est, al 24,6% del Centro e al 31,1% delle Isole) e tra chi svolge poca attività fisico-motoria, nonché tra chi vive in famiglie con risorse economiche scarse o insufficienti e soprattutto con livelli di istruzione dei genitori più bassi.
- Anche il peso dei genitori influenza il fenomeno; infatti se entrambi sono in sovrappeso si registra la percentuale più alta di bambini e adolescenti dai 6 ai 17 anni in sovrappeso, pari al 38,1%. Questo valore scende al 28,1% se è sovrappeso solo la madre, e al 26,5% se lo è solo il padre. La quota di bambini in sovrappeso con entrambi i genitori normopeso scende al 20,4%.

MONDO – dati UNICEF

Eliminare la povertà estrema e la fame è il primo degli otto Obiettivi di sviluppo del millennio che stabilisce di dimezzare entro il 2015 la percentuale della popolazione che soffre la fame rispetto ai livelli del 1990.

Allattamento al seno

- Nel 2012 a livello mondiale solo il 39% dei bambini di età inferiore ai 6 mesi è stato allattato esclusivamente al seno.
- I bambini che vengono allattati esclusivamente al seno hanno una probabilità di sopravvivere durante i primi sei mesi di vita 14 volte più alta rispetto agli altri bambini. L'allattamento al seno dal primo giorno di vita riduce il rischio di morti neonatali fino al 45%.

Eccesso di peso e obesità

- In tutte le regioni del mondo i tassi di sovrappeso continuano ad aumentare: nel 2011, per esempio, il 69% del numero totale di bambini sotto i 5 anni in sovrappeso è stato registrato nelle nazioni a basso e medio reddito. A livello globale si stima che 43 milioni di bambini sotto i 5 anni sono sovrappeso, vale a dire il 7% di tutti i bambini in quella fascia di età.
- Rispetto a due decenni fa, oggi ci sono un 54% in più di bambini in sovrappeso a livello globale e un 35% in meno di bambini cronicamente malnutriti (rachitici).
- Ad esempio, in Indonesia, un bambino su tre sotto i 5 anni ha un ritardo della crescita moderato o grave (36%), mentre contemporaneamente un bambino su sette è sovrappeso (14%).

Malnutrizione

- Circa 200 milioni di bambini tra 0-5 anni nei paesi in via di sviluppo soffrono di qualche forma di malnutrizione, di cui 165 milioni sono cronicamente malnutriti, presentano quindi un ritardo della crescita.
- I primi 1.000 giorni di vita di un bambino sono fondamentali e un'alimentazione adeguata in questa fase può avere conseguenze irreversibili.
- La malnutrizione contribuisce a oltre 3 milioni (45%) di tutte le morti dei bambini sotto i 5 anni nel mondo che nel 2012 sono stati 6,6 milioni.
- I bambini affetti da malnutrizione hanno 9 volte più probabilità di morire rispetto a quelli ben nutriti.
- Solo negli ultimi 20 anni il numero di bambini con ritardo della crescita nel mondo è diminuito di 88 milioni – una riduzione di un terzo.
- Nell'Africa subsahariana e in Asia meridionale vivono i tre quarti dei bambini sono cronicamente malnutriti.
- Tra i cibi terapeutici più efficaci per combattere la malnutrizione dei bambini ci sono gli alimenti terapeutici pronti all'uso (RUTF) che sono altamente nutritivi: una confezione costa solo 27 centesimi di euro; una terapia di tre bustine al giorno per otto settimane salvano dalla morte un bambino gravemente malnutrito.

Nel 2012, l'UNICEF ha fornito complessivamente:

- 29.140 tonnellate di alimenti terapeutici pronti all'uso
- 447 milioni di capsule di vitamina A
- 113 milioni di compresse di zinco
- 271 milioni di bustine multi-micronutrienti in polvere

Per ulteriori informazioni: Ufficio Stampa UNICEF Italia, tel.: 06/47809233-346; 335/7275877; e-mail: press@unicef.it, sito-web: www.unicef.it.

Ufficio Stampa Istat: tel.: 06 46732243-2244; e-mail: ufficiostampa@istat.it