



## STUDIO OSSERVAZIONALE "OKkio ALLA SALUTE", 2008

### BAMBINI SOVRAESPOSTI ALLA TELEVISIONE E FATTORI CORRELATI

Amedeo Baldi<sup>1</sup>, Maria Di Fabio<sup>1</sup>, Nancy Binkin<sup>2</sup>, Alberto Perra<sup>2</sup>, Gruppo di coordinamento nazionale "OKkio alla SALUTE"<sup>\*\*</sup>

<sup>1</sup>VI coorte Profea<sup>\*\*</sup>

<sup>2</sup>Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute, Istituto Superiore di Sanità, Roma

**A**nche in Italia la prevalenza di sovrappeso e obesità infantile sta assumendo dimensioni preoccupanti. Il sistema di sorveglianza sullo stato nutrizionale dei bambini delle classi terze primarie denominato "OKkio alla SALUTE", avviato a livello nazionale nel 2008, ha evidenziato che il 12% dei bambini italiani è obeso e il 24% sovrappeso.

Tra i fattori chiamati in causa come i principali determinanti di questo importante problema di sanità pubblica, assume particolare rilevanza la diffusione di comportamenti alimentari errati e di stili di vita sedentari (1).

Fra questi comportamenti, viene riportato in letteratura il tempo trascorso davanti alla televisione: i bambini che guardano per molte ore la TV presentano un rischio maggiore di eccesso ponderale e, inoltre, possono sviluppare disturbi dell'apprendimento e della concentrazione (2).

Per quanto i meccanismi causali non siano ancora del tutto conosciuti, recentemente è stato ipotizzato che a favorire l'incremento ponderale nei bambini non sia tanto il periodo di inattività fisica

di fronte allo schermo televisivo, quanto l'aumentato apporto calorico che interviene durante questi momenti di inattività (3).

In questo lavoro, sono stati utilizzati i dati di "OKkio alla SALUTE" 2008 per descrivere la distribuzione del numero di ore di esposizione alla televisione e alcune caratteristiche o abitudini dei bambini esposti alla televisione per 3 o più ore al giorno.

La metodologia di OKkio è stata presentata in dettaglio altrove (4). In breve, la raccolta dati è stata realizzata mediante uno studio trasversale di prevalenza su di un campione di popolazione selezionato con il metodo "a grappolo", in linea con quanto indicato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità. Il campione ha incluso 45.590 bambini di 2.610 classi scolastiche di 18 regioni. I dati sulle abitudini dei bambini sono stati raccolti utilizzando due questionari standardizzati, somministrati ai bambini e ai genitori. L'informazione sul tempo dedicato alla televisione è stata richiesta ai genitori, con risposte codificabili in intervalli di 30 minuti.

Per ciò che riguarda l'esposizione alla TV 3 o più ore al giorno, sono stati considerati nell'analisi bivariata e multivariata i seguenti fattori di rischio: sesso, zona geografica, titolo di studio e stato occupazionale della madre, presenza di TV nella camera del bambino, attività fisica del bambino, consumo giornaliero di bibite gassate e/o zuccherate. Sono stati considerati attivi i bambini che nelle 24 ore precedenti avevano praticato almeno una delle seguenti attività motorie: gioco all'aperto, attività fisica strutturata o educazione motoria.

L'analisi è stata limitata al gruppo dei 37.906 bambini partecipanti per i quali il questionario per i genitori è stato compilato dalla madre, che è il familiare che ha fornito più frequentemente le informazioni (88%).

Considerato il disegno dello studio ("a grappolo" o *cluster survey design*) abbiamo calcolato i valori delle prevalenze, gli *odds ratio* (OR) grezzi e aggiustati, gli intervalli di confidenza, IC (95%) con il modulo C-SAMPLE di Epi-Info 3.5.1 e con STATA versione 9. ▶

(\*) Gruppo "OKkio alla SALUTE": Angela Spinelli, Giovanni Baglio, Nancy Binkin, Mauro Bucciarelli, Chiara Cattaneo, Gabriele Fontana, Anna Lamberti, Alberto Perra (coordinamento, Istituto Superiore di Sanità), Daniela Galeone (Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali), Maria Teresa Silani, Edvige Mastantuono, Silvana Teti (Ufficio Scolastico Regionale per il Lazio), Laura Censi, Dina D'Addesa, Amleto D'Amicis (IN-RAN), Antonio Ciglia e Manuela Di Giacomo (Regione Abruzzo), Gabriella Cauzillo e Gerardina Sorrentino (Regione Basilicata), Giuseppina Fersini e Giuseppe Perri (Regione Calabria), Giuseppina De Lorenzo (Regione Campania), Paola Angelini e Emanuela Di Martino (Regione Emilia-Romagna), Claudia Carletti e Rossana Rincorosi (Regione Friuli-Venezia Giulia), Giulia Cairella e Esmeralda Castronuovo (Regione Lazio), Federica Pascali e Paola Oreste (Regione Liguria), Giordano Giostra e Giuliano Tagliavento (Regione Marche), Teresa Manfredi Selvaggi (Regione Molise), Marcello Caputo (Regione Piemonte), Savino Anelli e Vincenzo Pomo (Regione Puglia), Pina Arras e Grazia Cattina (Regione Sardegna), Achille Cernigliaro e Simonetta Rizzo (Regione Sicilia), Mariano Giacchi e Giacomo Lazzeri (Regione Toscana), Marco Cristofori e Mariadonata Giaimo (Regione Umbria), Anna Maria Covarino e Giovanni D'Alessandro (Regione Valle D'Aosta), Galessio Riccardo e Mary Elizabeth Tamang (Regione Veneto), Silvano Piffer (Provincia Autonoma di Trento)

(\*\*) VI Coorte Profea: Amedeo Baldi, Maria Teresa Balducci, Stefano Bilei, Olivia Callipari, Amalia De Luca, Maria Di Fabio, Antonio Marrone, Gianfranco Mazzarella, Annarita Silvestri

La partecipazione delle famiglie all'indagine è stata molto elevata (3% di rifiuti). L'età media dei bambini è risultata di 8 anni e 9 mesi, con una lieve prevalenza maschile (52%). Tra le madri che hanno risposto al questionario, il 14% aveva conseguito la laurea, il 45% un diploma di scuola superiore, mentre il 41% era in possesso di un'istruzione di grado inferiore. Il 29% di loro lavorava a tempo pieno, il 31% part-time e il 40% non aveva un'occupazione. In base alle dichiarazioni delle madri, il 22% dei bambini del campione guardava la TV per 3 o più ore/giorno.

Rispetto al bambino e ai fattori socio-demografici materni, la sovraesposizione alla TV è stata più frequente tra i bambini di madri con bassi livelli di istruzione e tra i bambini con le mamme che non lavorano, sebbene controllando per altri fattori l'occupazione materna non costituiva più un fattore associato alla sovraesposizione alla televisione.

I bambini nel Sud del Paese avevano una probabilità significativamente superiore di guardare la televisione 3 o più ore al giorno e questo fattore permaneva un importante fattore predittivo nel-

l'analisi multivariata (OR aggiustato = 2,3; IC95%: 2,1-2,5).

Per ciò che riguarda i fattori di rischio comportamentali, l'eccesso di visione della televisione era associato con la presenza dell'apparecchio televisivo in camera del bambino (OR aggiustato = 1,3). I bambini meno attivi avevano più probabilità di vedere 3 o più ore di televisione, sebbene le differenze non siano molto ampie. Infine si è constatata un'associazione fra la sovraesposizione alla televisione e il consumo di bibite zuccherate una o più volte al giorno, fattore che permane significativo nell'analisi multivariata (OR aggiustato = 1,5).

Questa analisi, considerato il disegno dello studio, non ci permette di provare eventuali relazioni causali tra guardare la TV e i fattori di rischio evidenziati. Nonostante ciò, i nostri dati suggeriscono che l'ambiente familiare influenza notevolmente le abitudini dei bambini e ci fornisce importanti suggerimenti sui potenziali gruppi a rischio, in particolare madri con bassi livelli di scolarità e persone residenti nel Sud del Paese.

Recenti esperienze dimostrano che limitare i tempi di esposizione dei bambini al-

la TV favorisce la riduzione del loro indice di massa corporea e che questo si correla al diminuito apporto di calorie; sperimentazioni condotte negli Stati Uniti evidenziano che coinvolgendo attivamente le famiglie è possibile limitare alle due ore raccomandate il tempo trascorso dai propri figli a guardare la televisione (5).

Appare pertanto opportuno avviare azioni finalizzate a sensibilizzare e sostenere le famiglie a educare i bambini al consumo della TV, scoraggiandone l'uso abituale e limitando le occasioni per vederla. Si possono attuare alcuni accorgimenti semplici, come ad esempio limitare il numero di televisori presenti in casa, non metterne uno nella camera da letto dei figli, evitare di accendere la TV al mattino, durante i pasti o appena si rientra a casa. Inoltre, i genitori, quando è possibile, dovrebbero guardare la TV insieme ai figli e agire da mediatori rispetto ai programmi trasmessi e alla pubblicità e dovrebbero promuovere le occasioni tra i bambini per socializzare e per fare attività fisica (6). ■

#### Riferimenti bibliografici

1. Johnson-Taylor WL, Everhart JE. Modifiable environmental and behavioral determinants of overweight among children and adolescents: report of a workshop. *Obesity* (Silver Spring) 2006;14(6):929-66.
2. Johnson JG, Cohen P, Kasen S, et al. Extensive television viewing and the development of attention and learning difficulties during adolescence. *Arch Pediatr Adolesc Med* 2007;161:480-6.
3. Hancox R, Milne B, Poulton R. Association between child and adolescent television viewing and adult health: a longitudinal birth cohort study. *Lancet* 2004;364:257-62.
4. Spinelli A, Baglio G, Cattaneo C, et al. Promotion of healthy life style and growth in primary school children. *Ann Ig* 2008;20(4):337-44.
5. Epstein LH, Roemmich JN, Robinson JL, et al. A Randomized trial of the effects of reducing television viewing and computer use on body mass index in young children. *Arch Pediatr Adolesc Med* 2008;162(3):239-45.
6. Hersey JC, Jordan A. Reducing children's TV time to reduce the risk of childhood overweight: the children's media use study. Highlights Report CDC;2007 ([http://www.cdc.gov/NCCDPHP/dnpa/obesity/pdf/TV\\_Time\\_Highlights.pdf](http://www.cdc.gov/NCCDPHP/dnpa/obesity/pdf/TV_Time_Highlights.pdf)).

**Tabella** - Caratteristiche e abitudini dei bambini che guardano la TV 3 o più ore al giorno - Indagine "OKkio alla SALUTE", 2008 (n. 37.906)

Caratteristica/abitudine	TV ≥ 3 ore/die (%)	OR grezzo	IC 95%	OR aggiustato	IC 95%
<b>Sesso</b>					
F	21,6	1,0	0,9-1,0	1,0	0,9-1,1
M	21,9	rif.		rif.	
<b>Area di residenza</b>					
Nord	14,0	rif.		rif.	
Centro	16,6	1,2	1,1-1,4	1,2	1,0-1,3
Sud	30,0	2,6	2,4-2,9	2,3	2,1-2,5
<b>Titolo di studio della madre</b>					
Nessuno/elementare/media inferiore	28,9	3,1	2,7-3,5	2,4	2,1-2,8
Superiore	18,4	1,7	1,5-2,0	1,6	1,4-1,8
Laurea	11,6	rif.		rif.	
<b>Occupazione della madre</b>					
Lavoro a tempo pieno	18,2	rif.		rif.	
Lavoro part-time	19,1	1,1	1,0-1,2	0,9	0,9-1,0
Non lavora	26,6	1,6	1,5-1,8	1,0	1,0-1,1
<b>TV in camera bambino</b>					
sì	26,5	1,7	1,6-1,9	1,3	1,2-1,4
no	17,1	rif.		rif.	
<b>Bambino attivo</b>					
sì	20,8	0,8	0,8-0,9	0,9	0,8-0,9
no	24,2	rif.		rif.	
<b>Consumo di bibite gassate/zuccherate giornaliero</b>					
sì	26,9	1,6	1,5-1,8	1,5	1,4-1,6
no	18,3	rif.		rif.	