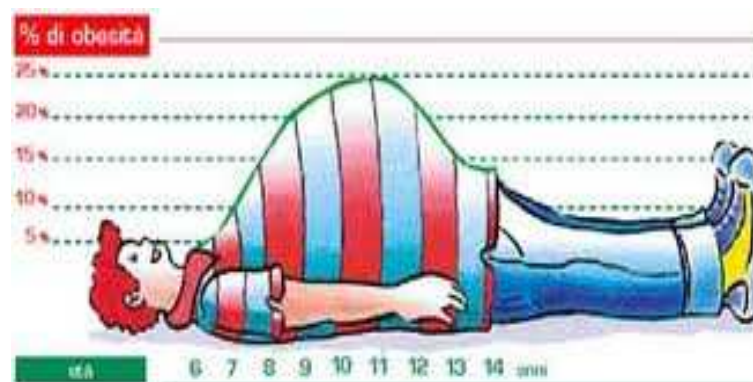


Comportamenti salutari e Adiposità addominale in adolescenti del Sud Italia



P.Iaccarino Idelson*, C.Buongiovanni*

L.Scalfi°, V.Vaino°, S.Mobilia*, M.Lista*

A.Franzese*, G.Valerio°

*Dip. Ped. Univ. Federico II Napoli, °Dip. Studi Istit. e dei Sistemi Terr. Univ. Partenope Napoli, °°Dip. Scienza degli Alimenti Univ. Federico II Napoli

Scopo dello Studio

- Valutare **la Prevalenza di Comportamenti salutari** (aderenza alle linee guida sulla corretta alimentazione e sano stile di vita)
- Valutare **l'associazione tra comportamenti salutari e adiposità addominale**, indice di rischio metabolico e cardiovascolare.





Metodi

- **478 ragazzi** di età compresa tra **14** e **17** anni
- In 3 scuole secondarie di Napoli
- **Dati antropometrici** raccolti da operatori formati
- Gli altri dati raccolti tramite interviste strutturate da nutrizionisti
- **Dati antropometrici** (P, H, BMI, CV, CV/H)
- **Stile di vita** (attività fisica, sedentarietà)
- **Abitudini alimentari** (consumo: della prima colazione, latte/yogurth, frutta, verdura, cibo spazzatura)



Dati antropometrici

- Peso
- Altezza
- BMI (percentili di Cole)
- CV (compresa tra il margine costale e la cresta iliaca)
- CV/H (per identificare soggetti con elevata adiposità addominale)



Abitudini alimentari

- Fare la **prima colazione** al mattino (g./sett.) ≥ 6 g./sett.
- Bere **latte o yogurth** (porz./die) ≥ 3 porz./g.
- Mangiare **frutta e verdura** (porz./die) ≥ 5 porz./g.
- Consumare cibo "spazzatura" (**snack** ricchi di grassi o di zuccheri) (porz./die)



Attività fisica e sedentarietà

- Moderata/Intensa se \geq a 60 min./die
- Scolastica (durante le ore di educazione fisica) o extra- scolastica (in casa, in giardino, modalità di recarsi a scuola)
- Guardare la TV $>$ o $<$ di 2 ore /giorno



Risultati

- BMI = tra maschi e femmine
- OW > nei ragazzi (29,9 % vs. 19,7 %)
- OB 9,8 % nei ragazzi e il 6,5 % nelle ragazze
- CV/H \geq a 0,5 nel 23,8 % dei ragazzi e nel 10,3 % delle ragazze.



... risultati



- 55,4 % facevano la prima colazione
- 1,9 % consumava almeno 3 porz. di latte/yogurth al g.
- 2,9 % consumava almeno 5 porz. di frutta /verdura al g.
- 65 % consumava almeno 1 porz./g. di cibo spazzatura



... risultati

- 46,3 % guardava la TV > di 2 ore/g.
- 13,6 % praticava >60 min./g. di attività fisica
- Solo il 5 % della popolazione studiata rispettava contemporaneamente 3 linee guida.



Discussione



- Col diminuire del numero di comportamenti salutari maggiore è il numero di adolescenti con adiposità addominale
- Il sesso maschile e guardare più di 2 ore al g. la TV erano le condizioni maggiormente associate ad un più alto rapporto CV/H
- I maschi fanno più spesso colazione rispetto alle femmine, come al Nord e in Europa

... discussione

- I dati sull'attività fisica sono migliori rispetto a quelli regionali (13,6 % vs. 8,1 %)
- La sedentarietà, valutata attraverso il numero di ore passate davanti alla TV, è sovrapponibile ai dati regionali





Conclusioni

- Gli adolescenti aderiscono molto poco alle linee guida raccomandate, come già rilevato in precedenti studi
- Forte necessità di strategie atte a promuovere stili di vita salutari
- Il rapporto CV/H va incluso nei sistemi di sorveglianza della salute poichè (più del BMI) è un indice di un cattivo stile di vita negli adolescenti e quindi di maggiore rischio cardiovascolare e metabolico



Grazie...



...dal nostro gruppo