



Il Sistema di Sorveglianza HBSC

Health Behaviour in School-aged Children

Risultati della rilevazione 2022

hbcs

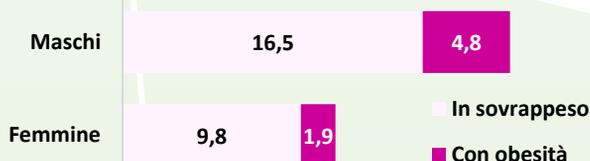
REGIONE TOSCANA



I ragazzi e le ragazze di 17 anni

STATO NUTRIZIONALE E ABITUDINI ALIMENTARI

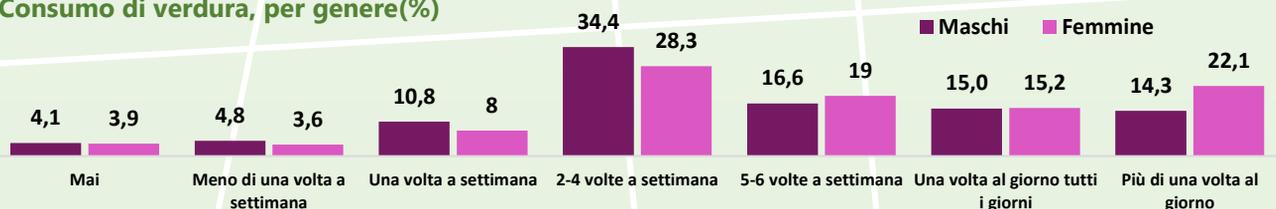
Con il peso e la statura, autodichiarati dai ragazzi, è stato calcolato l'Indice di Massa Corporea e le prevalenze di sottopeso, normopeso, sovrappeso e obesità (valori soglia IOTF). A livello regionale il 12,8% dei 17enni è in sovrappeso e il 3,2% è obeso. L'eccesso ponderale è superiore nei maschi rispetto alle femmine.



Frequenza del consumo della colazione durante la settimana

Poco più della metà dei giovani dichiara di fare colazione ogni giorno prima di andare a scuola (57,2%). Alta rispetto a quanto si potrebbe desiderare è la quota di coloro che dichiarano di non fare mai colazione (25,6%).

Consumo di verdura, per genere (%)



Solo il 29,3% dei maschi e il 37,3% delle femmine consuma verdura almeno una volta al giorno. Sarebbe consigliato il consumo di 5 porzioni di frutta e/o verdura al giorno

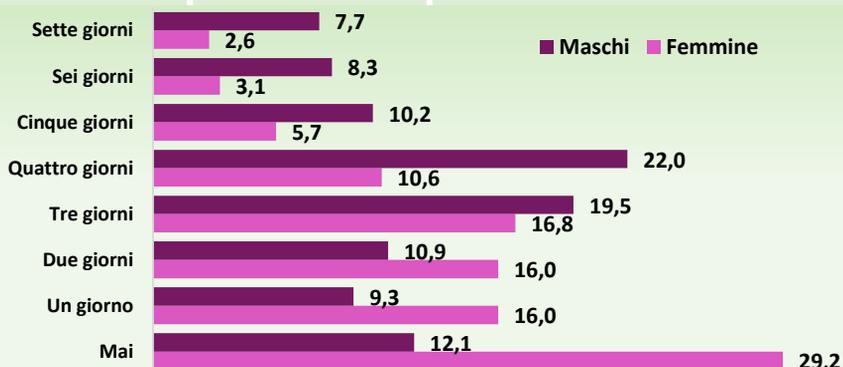
Indicatori sintetici di consumo di alimenti, per genere (%)	Maschi	Femmine
Frutta (almeno una volta al dì)	39,5	32,6
Legumi (almeno 2 volte a settimana)	54,3	56,2
Cola o altre bibite zuccherate/gassate (almeno una volta al dì)	10,2	6,9
Snack salati (almeno una volta al dì)	13,7	13,7
Cereali (come corn flakes, muesli, ecc.) (almeno una volta al dì)	67,3	54,9
Dolci (almeno una volta al dì)	23,9	24,7

La frutta almeno una volta al giorno viene consumata solo da un terzo dei 17enni. Alta la frequenza di ragazzi e ragazze che consumano quotidianamente prodotti ricchi di zuccheri, come bibite zuccherate o dolci.

ATTIVITÀ FISICA

L'OMS raccomanda per i ragazzi almeno 60' di attività motoria moderata-intensa tutti i giorni, tale raccomandazione viene rispettata solo dal 4,9% dei 17enni. Il 21,6% non svolge mai attività fisica, con percentuali elevate tra le femmine rispetto ai maschi (29,2% vs. 12,1%). La maggior parte dei ragazzi pratica almeno 60' di attività fisica dai 3 ai 4 giorni la settimana. I maschi sono in generale più attivi delle femmine.

Attività fisica per almeno 60 minuti al giorno, nell'ultima settimana, per genere (%)



ABITUDINI SEDENTARIE

Le linee guida internazionali raccomandano di non superare 2 ore al giorno in attività dedicate a guardare lo schermo (videogiochi/computer/ internet). Dai dati HBSC emerge che in Toscana, in questa fascia d'età, il 42% dei maschi e il 63,7% delle femmine supera questi tempi solo per stare sui social networks

SALUTE E BENESSERE

La salute, sia fisica che mentale, rappresenta una risorsa per tutta la vita, un capitale che permette agli individui di raggiungere i propri obiettivi ed il proprio benessere. Lo studio HBSC indaga variabili molto importanti basandosi sull'auto-percezione dei ragazzi del proprio stato di salute e del proprio benessere nei diversi ambiti della loro vita, più che sulla frequenza di malattia. Il 78,2% dei diciassetenni considera il proprio stato di salute eccellente o buono.

Benessere percepito: soddisfazione per la propria vita

Tra gli adolescenti un alto livello di soddisfazione per la propria vita si è dimostrato associato al mancato uso di sostanze e a più alti livelli di attività fisica. Ai ragazzi è stato chiesto di dichiarare in quale posizione, su una scala tra 0 e 10, porrebbero il loro grado di soddisfazione per la vita. Il 74,8% dei ragazzi dichiara livelli medio-alti di soddisfazione (≥ 6), le femmine hanno espresso un giudizio più critico rispetto ai maschi.

Percezione della propria soddisfazione di vita (%)	Maschi	Femmine	Totale
0-5	15,5	32,9	25,2
≥ 6	84,5	67,1	74,8

È stata chiesta la frequenza dei sintomi legati ai disturbi fisici, umorali e comportamentali avuti negli ultimi sei mesi (mal di testa o di stomaco ecc., sentirsi giù, irritabili, di cattivo umore, nervosi, insonnia e vertigini).

Frequenza sintomi riportati (%)	Maschi	Femmine	Totale
Circa ogni giorno	22,3	59,1	42,7
Più di una volta a settimana	31,2	27,8	29,3
Circa una volta a settimana	28,3	9,8	18,1
Circa una volta al mese	14,6	3,3	8,4
Raramente o mai	3,5	0	1,6

Le percentuali riscontrate nell'utilizzo di farmaci nell'ultimo mese evidenziano che il 64,8% dei 17enni ne ha fatto uso per almeno un sintomo, tra quelli sopracitati; le femmine con frequenze superiori ai maschi (75,1% vs. 52,3%).

La metà dei giovani (50,5%) dichiara un basso livello di benessere psicologico; il giudizio decisamente più critico è stato espresso dalle femmine rispetto ai maschi (64,7% vs. 32,7%).

Abitudini sessuali

Il questionario HBSC contiene una breve sezione riguardante le abitudini sessuali e il tipo di contraccettivo utilizzato durante il rapporto sessuale. Il 48,9% dei diciassetenni dichiara di aver avuto rapporti sessuali completi; i maschi in percentuale minore rispetto alle femmine (45,2% vs. 51,8%).

frequenze percentuali del tipo di metodo contraccettivo utilizzato nell'ultimo rapporto sessuale	Maschi	Femmine	Totale
Preservativo	62,9	48,7	54,6
Pillola	23,4	27,4	25,7
Coito interrotto	59,1	55,6	57
Contracezione di emergenza	6,6	12,2	9,9
Giorni fertili	18,4	14,3	16
Altri metodi	1,2	4,1	3,3

GRUPPO DI RICERCA HBSC 2022 REGIONE TOSCANA

Referenti Regionali

Emanuela Balocchini, Laura Aramini, Giacomo Lazzeri, Rita Simi

Ufficio Scolastico Regionale

Ernesto Pellicchia, Roberto Curtolo, Pierpaolo Infante, Maria Teresa Tronfi

Gruppo di Ricerca CREPS

Giacomo Lazzeri (Responsabile scientifico), Rita Simi, Dario Lipari, Claudia Maria Trombetta, Ilaria Manini, Andrea Pammolli

Operatori sanitari Azienda USL NordOvest

Massa Carrara - Mauro Vannucci, Sonia Manuguerra

Lucca - Giovanna Camarlinghi, Valeria Massei

Pisa - Elena Griesi, Elisa Musetti

Livorno - Luigi Franchini, Alessandro Barbieri, Nicoletta Cioli, Rita Ferrini, Anna Maria Franci, Federica Pracchia

Versilia - Franco Barghini, Gioia Farioli

Operatori sanitari Azienda USL Centro

(Pistoia, Prato, Firenze, Empoli) Gianna Ciampi, Guendalina Allodi, Alda Isola, Francesca Bardi

Operatori sanitari Azienda USL SudEst

Arezzo - Anna Lisa Filomena, Aniello Buccino, Silvia Cioni, Livio Polchi

Siena - Katia Moretti, Valentina Bucciarelli, Silvia Cappelli, Maria Luisa La Gamma, Cinzia Massini, Angelina Zampone

Grosseto - Chiara Guidoni, Irene Del Ciondolo, Vittorio Falcone

QR code Report HBSC 2022



per maggiori informazioni:
www.creps-si.weebly.com