

ALIMENTAZIONE E ATTIVITÀ FISICA

Bambini troppo sedentari e in eccesso ponderale ma il trend è in leggero miglioramento

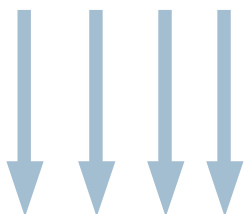
22,2%  percentuale di bambini di 8-9 anni **SOVRAPPESO**



Nel 2012 **persistono, nei bambini di 8-9 anni, abitudini alimentari scorrette**, confermando i livelli preoccupanti di eccesso ponderale, anche se si evidenzia un trend in leggera diminuzione. Tra i bambini di 8-9 anni, il 22,2% è in sovrappeso e il 10,6% in condizioni di obesità

10,6%  percentuale di bambini di 8-9 anni **OBESI**

Inoltre, secondo una indagine del 2012, **il 17% dei bambini non ha praticato movimento** (attività sportiva strutturata a scuola o all'esterno o semplice gioco all'aperto) il giorno precedente l'indagine, e **permangono elevate le abitudini sedentarie**



Nel 2012, in Italia, **il consumo di 5 porzioni di frutta e/o verdura al giorno resta basso** e sostanzialmente stabile dal 2008 al 2012 tra i 18-69 anni, mentre **tra gli ultra64enni il 45% consuma appena una o due porzioni giornaliere**

Nel 2012 **il 31% degli adulti di 18-69 anni è completamente sedentario**: la percentuale di adulti sedentari aumenta con l'età, è maggiore fra le donne, fra i più svantaggiati economicamente, fra i meno istruiti e fra i residenti nelle Regioni del Sud Italia

31%
gli adulti **completamente sedentari**

