Save the Children: Stili di vita dei bambini in Italia, un minore su 4 non fa moto e sport

Data: Invalid Date | Autore: Elisa Signoretti

CAMPOBASSO, 15 GENNAIO 2014- Stili di vita dei bambini in Italia: 1 minore su 4 non fa moto e sport nel tempo libero, nel 28% dei casi (+13%) per difficoltà economiche; 4 ragazzi su 10 si muovono in auto, pochi (24%) a piedi, ancora meno (9%) in bici; il 73% sta in casa nel tempo libero; diffuso - riguarda 7 minori su 10 - ma in flessione il consumo quotidiano di frutta e verdura e il 9% non fa colazione mentre l'abitudine di sedersi a tavola è ancora di 9 famiglie su 10 con figli 3 anni fa l'avvio in zone periferiche di 10 città italiane del progetto "Pronti, Partenza, Via!", per la pratica motoria e l'educazione alimentare di bambini e adolescenti, promosso da Save the Children e Mondelez International Foundation e in partnership con Centro Sportivo Italiano (CSI) e Unione Italiana Sport Per tutti (UISP).
Il progetto proseguirà per tutto il 2014: finora 70.000 minori e adulti beneficiari, 10 aree sportive e verdi recuperate. A raccontarlo una mostra fotografica a Roma alle Scuderie di Palazzo Ruspoli il 15 al 16 gennaio

Se delle sane abitudini di vita continuano a riguardare una quota ampia di bambini e adolescenti in Italia, tuttavia – complice anche la crisi – i dati segnalano come una fetta crescente di minori si ritrova esclusa dalla possibilità di fare per esempio sport e movimento con regolarità, di avere un'alimentazione completa e di godere dei positivi effetti fisici ed emotivi di corretti stili di vita.

A documentarlo è la ricerca su “Lo stile di vita dei bambini e dei ragazzi” realizzata da Ipsos per Save the Children e Mondelez in Italia e presentata oggi, in occasione dei 3 anni di attività di “Pronti, Partenza, Via!”, progetto promosso da Save the Children insieme a Mondelez International Foundation nelle aree periferiche di 10 città italiane (Milano, Torino, Genova, Napoli, Catania, Sassari, Palermo, Bari, Ancona, Aprilia) a favore della pratica motoria e sportiva e dell’educazione alimentare dei bambini.

L’intervento è realizzato in partnership con Centro Sportivo Italiano (CSI) e Unione Italiana Sport Per tutti (UISP) e – l’annuncio ufficiale è stato dato stamani da Save the Children insieme a Mondelez in Italia – il progetto “Pronti, Partenza, Via!” proseguirà per tutto il 2014.
Un quarto circa dei bambini e adolescenti italiani - pari al 23% (+2% rispetto al 2012) - non fa alcuna attività motoria nel tempo libero a fronte del 77% di minori che invece fa sport e movimento, si legge nella ricerca.
Tra le cause dell’inattività - secondo il 35% di genitori intervistati - la mancanza di voglia e di interesse da parte dei bambini e ragazzi, quindi il costo eccessivo delle strutture, per il 28% di madri e padri, con un aumento del 13% rispetto al 2012, l’incompatibilità degli orari - per il 13% del campione.

A conferma dell’impatto crescente delle difficoltà economiche sugli stili di vita di minori e famiglie anche il dato su cosa fanno gli stessi genitori nel tempo libero: fra le attività che registrano un ridimensionamento (non lo praticano mai o raramente) vi è infatti lo sport a cui rinuncia il 44% dei genitori (a fronte del 37% nel 2012).
Analizzando l’opinione dei ragazzi, colpisce l’incremento di coloro che assegnano scarsa rilevanza e valore all’attività fisica: alla domanda “tra i tuoi amici e compagni come viene considerato uno che pratica sport, fa attività fisica”, il 39% (+7% rispetto al 2012) risponde “in nessun modo particolare, non se ne parla quasi” a fronte invece di un 40% (-6% in confronto al 2012) di under 18 che dichiara un’opinione positiva del fare sport e moto.
Rilevante si conferma, secondo la ricerca, il ruolo della scuola nella promozione delle attività sportive anche se si registra una maggiore indisponibilità di spazi a ciò destinati: il 91% dei ragazzi pratica attività nel contesto del programma scolastico, prevalentemente con la classica frequenza bi-settimanale, riferiscono i genitori intervistati

Un 9% di minori, tuttavia, non fa pratica motoria a scuola e ciò si deve, nel 39% dei casi, alla assenza di uno spazio attrezzato (+10% rispetto al 2012).
Per quanto riguarda altre occasioni di sport o movimento, la ricerca rileva come la crisi non abbia scalfito il grande utilizzo dell’automobile, anche per percorsi brevi come l’andare a scuola: in media 4 minori su 10 si muovono in auto (6 su 10 tra gli alunni della primaria) mentre solo il 24% a piedi (-6% rispetto al 2012) e il 9% (a fronte dell’11% del 2012) in bici.

Gli adolescenti, più autonomi nello spostamento e non ancora “motorizzati”, impiegano i mezzi pubblici in misura superiore agli studenti degli altri gradi di scuola (59% versus 16% della secondaria inferiore) ma anche presso questo gruppo di età l’uso della bicicletta è limitato al 12%, come del resto presso i pre-adolescenti (11-13 anni) che tuttavia si muovono a piedi in un terzo delle occasioni.
Gli spostamenti a piedi, sebbene decisamente più limitati per i 14-17enni (11%), tendono ad esser un po’ più lunghi, ma permane l’abitudine a camminare poco, massimo mezz’ora per due ragazzi su tre (66%) e più di un’ora solo per un segmento limitatissimo di giovani (4%), senza mutamenti d’abitudini rispetto agli anni passati. L’ascensore per raggiungere i piani alti si conferma la scelta di un terzo dei ragazzi (32%).
A incentivare alcune abitudini sedentarie dei bambini e adolescenti italiani c’è poi la fruizione dei

media: il tempo trascorso davanti alla TV si conferma significativo : sulla totalità dei minori che la vedono quasi la metà (47%) la vede per un tempo compreso fra 1 e 3 ore al giorno.

E aumenta, anche se di poco, il tempo dedicato dai ragazzi ai video-game: dell'85% che vi gioca (il 15% no), il 57% lo fa mediamente per un tempo compreso fra 1 e le 3 ore. Internet è legato all'età: lo utilizza il 100% degli over 14 anni e il 30% vi passa anche più di tre ore, contro un 80% degli 11-13 enni e il 59% dei minori di 10 anni, che ne fanno un uso più morigerato: rispettivamente in media un'ora e mezz'ora.

Tempo libero al chiuso

In generale i minori italiani stanno moltissimo a casa: il 73% passa qui (a casa propria o di amici) il proprio tempo libero, a fronte di un 27% che lo trascorre fuori casa all'aperto con gli amici. Il 36% dei genitori, a fronte del 26% nel 2012, motiva lo stare a casa dei figli con la mancanza di "spazi all'aperto dove incontrarsi con gli amici", e questo sembrerebbe legato ad un leggero calo della disponibilità di campi sportivi (-6% secondo i genitori, -3% secondo i figli). In generale, comunque, gli spazi pubblici permangono a disposizione di bambini e adolescenti essenzialmente nelle proporzioni indicate in passato (cioè in 9 casi su 10, è disponibile uno spazio di ritrovo o aggregazione) e sono giudicati in condizioni accettabili o più che accettabili da 3 intervistati su 4.

"La pratica sportiva e motoria dovrebbe essere una parte fondamentale nel processo di crescita di ogni bambino e adolescente. Al contrario, i dati rilevano un numero crescente di minori esclusi da attività così importanti non solo per lo sviluppo fisico, ma anche cognitivo, relazionale, in una parola per il benessere generale di un bambino o un ragazzo", commenta Valerio Neri Direttore Generale Save the Children Italia. "Le difficoltà economiche che attanagliano sempre più famiglie sicuramente sono una delle cause del minor numero di bambini che ha la possibilità di fare sport e attività fisica, in aggiunta alle poche ore di pratica motoria in orario scolastico e alla scarsa educazione al movimento. Bambini più sedentari, disabituati all'incontro e confronto con i pari, che passano molto tempo a casa, rischiano più di altri non solo di sviluppare patologie ma anche di essere più tristi, depressi, soli".

Le abitudini alimentari

Due genitori su tre (64%) dichiarano di conoscere le regole alimentari di base tuttavia, per quanto riguarda il consumo di frutta e verdura, la ricerca evidenzia una flessione nel numero dei bambini e adolescenti che ne mangia ad ogni pasto (35% a fronte del 37% nel 2012) o una volta al giorno (35% contro il 39% dell'anno precedente) e un aumento di coloro che non l' assumono o lo fanno un massimo di 2 volte a settimana (31% contro il 24% del 2012).

Per quanto riguarda il numero e regolarità dei pasti, dalla ricerca emerge un dato particolarmente critico circa la prima colazione che ben un quarto dei ragazzi non consuma regolarmente: in particolare il 9% mai e il 16% a volte sì, a volte no; inoltre con il crescere dell'età questo pasto perde il suo fondamentale ruolo e ben il 14% dei 14-17enni non lo consuma mai a casa ma al bar.[MORE]

Per ciò che concerne il pranzo, circa metà dei ragazzi ha l'opportunità di consumarlo con almeno un genitore (49%) o comunque a casa in compagnia di qualcuno (14%). La mensa scolastica serve solo un quarto dei ragazzi intervistati, che sale a metà circa (48%) tra i 6-10enni.

La presenza della famiglia intorno al tavolo a cena risulta invece una costante nel tempo per quasi il 90% delle famiglie con bambini e ragazzi, anche se un convitato che risulta spesso presente è la TV, accesa sempre in 4 famiglie su 10, occasionalmente nel 35% dei casi e assente soltanto in un quarto dei casi. La presenza della TV non è certo legata all'assenza di vigilanza genitoriale, ma è anzi una presenza bene accetta nella metà dei casi o comunque tollerata (41%)

Il fuori pasto è un'abitudine che riguarda il 70% circa dei giovani intervistati, con maggiore occasionalità al crescere dell'età. Pomeriggio e metà mattina risultano alternativi per circa il 40% dei ragazzi intervistati, mentre solo 1 ragazzo sui 5 fa due break al giorno.

Il sovrappeso: percezioni e opinioni
L'obesità minorile in Italia appare per i genitori un problema visibile e consueto: i genitori continuano a ritenere - in linea con il passato - che più di un terzo di bambini italiani sia sovrappeso od obesi ed un altro terzo che questa percentuale stia comunque tra il 20% e il 30%. I bambini più piccoli sono, secondo la percezione dei nostri intervistati, colpiti in misura quasi doppia rispetto agli adolescenti.
Tuttavia, quando si tratta di valutare lo stato di salute del proprio figlio, solo un genitore circa su 10 ammette un sovrappeso, mentre per l'80% delle famiglie i propri figli sono assolutamente nella norma.
"Anche per quanto riguarda l'alimentazione, accanto a delle buone abitudini, sembrano consolidarsi delle tendenze poco sane, come non mangiare la frutta e verdura, saltare la colazione, concentrare i pasti piuttosto che fare i 5 consigliati al giorno, o mangiare con la tv accesa", spiega ancora Valerio Neri. "Se a delle cattive abitudini alimentari si associa, come spesso, accade, l'assenza di un'adeguata pratica sportiva e motoria, le conseguenze sul benessere di un bambino o un adolescente, sia sul piano fisico che emotivo, possono diventare rilevanti".

Per tali ragioni Save the Children ha deciso di intervenire e nel 2011 insieme a Mondelez International Foundation e in partnership con il Centro Sportivo Italiano (CSI) e l'Unione Italiana Sport Per tutti (UISP) ha avviato il progetto Pronti, Partenza, Via!". L'intervento ha inteso sensibilizzare, informare e coinvolgere bambini, genitori, insegnanti e operatori del settore per promuovere stili di vita più salutari in aree particolarmente disagiate di 10 città italiane distribuite su tutto il territorio nazionale: Torino, Genova, Milano, Aprilia, Ancona, Sassari, Napoli, Bari, Palermo e Catania.

"A distanza di 3 anni sono 70.000 i bambini e gli adulti raggiunti, 10 le aree sportive e verdi anche pubbliche riqualificate e utilizzate per attività motorie, ricreative ed educative, 1.400 i professionisti coinvolti, fra operatori, insegnanti, pediatri, nutrizionisti e cruciale è stato il contributo dei due partner che sin dall'inizio hanno partecipato alla definizione del progetto e ne hanno curato l'implementazione: il Centro Sportivo Italiano e l'Unione Italiana Sport Per tutti ", spiega Raffaela Milano, Direttore Programmi Italia-Europa di Save the Children Italia. "'L'intervento è consistito nel recupero e messa in opera di spazi come campi da gioco, percorsi sportivi, spazi verdi, campi polivalenti, skate e roller park, piste podistiche e ciclabili, con l'obiettivo di farne dei luoghi aperti a tutto il quartiere, contribuendo così a contrastare fenomeni di emarginazione ed esclusione sociale. Inoltre sono state organizzate sessioni informative su alimentazione e stili di vita salutari, all'interno delle scuole primarie e sono stati aperti 10 punti informativi dove le famiglie possono incontrare professionisti, quali nutrizionisti e pediatri", spiega ancora Raffaela Milano.
"Il progetto ha ricevuto anche una valutazione da un ente esterno e indipendente, coadiuvato dall'Università La Sapienza di Roma. Attraverso la somministrazione di questionari ai genitori dei bambini e agli operatori, sono state valutate le ricadute delle varie azioni portate avanti ed è emerso, tra l'altro, come nei bambini coinvolti sia aumentata la propensione a fare quotidianamente attività che implichino movimento e ci sia stato un aumento nella consapevolezza delle scelte alimentari".

"Mondelez International ha tra le proprie priorità la sicurezza alimentare, la salute e il benessere dei consumatori, il rispetto dell'ambiente e la sua sostenibilità. In quest'ottica è fondamentale la promozione di stili di vita salutari, dell'attività fisica, dell'equilibrio e del benessere psicologico e dell'attenzione all'alimentazione. È proprio su quest'ultimo aspetto che possiamo fare la differenza: in qualità di Gruppo leader globale nel mercato dello snacking abbiamo il compito di contribuire a

migliorare la vita delle persone attraverso i nostri prodotti, attraverso il modo in cui li produciamo e indirizzandole a seguire stili di vita più sani grazie a progetti della portata di Pronti, Partenza, Via!

Questa responsabilità si traduce in impegno costante nelle comunità in cui operiamo e, in questa logica, si inquadra questa nostra iniziativa al fianco di Save the Children. Sono stati raggiunti risultati importanti in questo triennio; i bambini sono senza dubbio il bene più prezioso, rappresentano il nostro futuro! Per questo siamo davvero lieti di annunciare che la nostra Fondazione continuerà anche per tutto il 2014 a sostenere e proseguire in questo eccezionale Progetto" ha dichiarato Stefano Robba Direttore Corporate Affairs Mondelez Southern Europe.
"Il progetto Pronti, Partenza, Via! ha un approccio olistico e coinvolge non solo i singoli bambini ma i genitori e l'intero quartiere e comunità – ha proseguito Robba. Come la stessa ricerca Ipsos conferma, lo 'stare bene' ha una forte connotazione sociale, per noi molto importante".

Oggi e domani (ingresso gratuito, dalle 10.00 alle 18.00) sarà anche possibile visitare la Mostra fotografica ""Pronti, Partenza, Via!". Le foto sono state scattate da Francesco Alesi in varie città italiane e rappresentano "I luoghi restituiti ai bambini" - con foto delle strutture sportive, educative o degli spazi cittadini recuperati o riqualificati -, ritratti dei bambini - nella sezione "I protagonisti del progetto"; l'ultima parte della mostra accoglie le foto scattate dai dipendenti di Mondelez in Italia.

(notizia segnalata da **Ufficio Stampa - Save the Children**)

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/save-the-children-stili-di-vita-dei-bambini-in-italia-un-minore-su-4-non-fa-moto-e-sport/58084