

I Questionari per la Sorveglianza Nutrizionale degli Adolescenti

Abstract

Nell'adolescenza abitudini alimentari scorrette e sedentarietà si associano a problematiche di vario genere tra cui l'aumento di sovrappeso e di obesità ed altri fattori di rischio per malattie croniche non trasmissibili, carenze nutrizionali, disturbi del comportamento alimentare. Anche nell'ultimo Piano Nazionale di Prevenzione (PNP) 2014 - 2019 è ben evidente l'importanza delle problematiche legate alla corretta alimentazione per la prevenzione di sovrappeso ed obesità, in contrasto all'attuale tendenza che vede invece un notevole incremento di sovrappeso ed obesità durante l'adolescenza ed il diffondersi di un ambiente obesogeno.

Obiettivi della presente ricerca sono i seguenti:

- descrivere i modelli alimentari correnti in età adolescenziale;
- svolgere un'analisi critica delle metodologie e procedure per la valutazione dello stato nutrizionale in età evolutiva;
- realizzare una revisione dei questionari di sorveglianza ed altri sistemi di raccolta dati su dieta, ambiente obesogeno e stili di vita negli adolescenti;
- selezionare i questionari per l'alimentazione e l'ambiente obesogeno, svolgendo una revisione critica e un'analisi comparativa rispetto alla loro applicabilità in Italia ed alla coerenza con gli obiettivi del PNP 2014-2019.

La ricerca si è articolata secondo le seguenti direttrici: a) revisione sistematica della letteratura relativa a modelli alimentari (consumo di frutta, verdura e legumi, consumo di sale e aderenza alla Dieta Mediterranea); b) selezione ed analisi critica di metodologie e procedure per definire lo stato nutrizionale nei sistemi di sorveglianza nutrizionale; c) revisione sistematica della letteratura su questionari, interviste ed altri sistemi di raccolta dati su: dieta totale ed aspetti parziali della dieta, apporti di sale, ambiente obesogeno e dipendenza da internet; d) ricerca sui nutrienti di criticità negli adolescenti; e) focus group ed esperienza della compilazione del questionario SINU sul consumo di sale da parte di 1700 adolescenti della regione Campania.

I risultati della ricerca sono raccolti nel documento *I Questionari per la Sorveglianza Nutrizionale degli Adolescenti*, suddivisi per le diverse aree di indagine.

Le revisioni sistematiche relative ai modelli alimentari negli adolescenti ed ai sistemi di sorveglianza nutrizionale hanno portato i seguenti risultati:

- gli apporti di frutta e verdura, così come stimati per USA, Canada, Australia ed Europa, risultano essere al di sotto delle raccomandazioni nutrizionali per gli adolescenti.
- i livelli di assunzione di sodio anche in età evolutiva sono oltre il limite imposto dalla WHO;
- la nazione con la più bassa aderenza (più dell'80% degli adolescenti) alla Dieta Mediterranea sono gli USA; in Italia, gli adolescenti del nord Italia presentano una minore aderenza alla Dieta Mediterranea rispetto ai coetanei che vivono nelle regioni meridionali; nel complesso l'aderenza non è particolarmente elevata;
- si evince la necessità di uniformare le modalità di raccolta dei dati alimentari tra i vari studi e tra i vari Paesi, per ottenere una banca dati ampia e confrontabile, che possa essere utilizzata a livello epidemiologico per la ricerca e la definizione di strategie di intervento generali e mirate a specifici gruppi target
- i sistemi di sorveglianza nutrizionale e di raccolta dati per l'età evolutiva sono presenti in diversi Paesi europei ed extraeuropei; anche in Italia, HBSC e altri sistemi di raccolta dati secondari forniscono alcune informazioni utili per la sorveglianza nutrizionale degli adolescenti;
- i sistemi di sorveglianza nutrizionale differiscono tra loro per obiettivi, misure, indicatori, questionari e strumenti utilizzati, nonché per i tempi di realizzazione delle varie indagini;

- selezione di 45 questionari utilizzati in età evolutiva, inerenti la dieta e le abitudini alimentari (26 questionari), l'assunzione di sodio (sale) (5 questionari), l'ambiente obesogeno e la dipendenza da internet (14 questionari);
- non è stato possibile identificare un questionario che abbia avuto una diffusione consistente in differenti realtà geografiche e sociali, e che sia identificabile come uno standard di riferimento per programmi di prevenzione e di sorveglianza nutrizionale.

L'analisi della letteratura ha portato all'identificazione di 45 questionari utilizzati in età evolutiva, inerenti la dieta e le abitudini alimentari (26 questionari), l'assunzione di sodio (sale) (5 questionari), l'ambiente obesogeno e la dipendenza da internet (14 questionari). I 45 questionari selezionati sono stati raccolti in un catalogo ragionato in cui, per ogni questionario, sono prodotti: una Check list contenente le caratteristiche del questionario (*aspetti generali, aspetti metodologici, aspetti nutrizionali, aspetti per la standardizzazione*) unitamente alle parole chiave e ad uno o più abstract di riferimento, una scheda descrittiva - contenente la descrizione delle caratteristiche principali del questionario e i principali aspetti positivi e di criticità - il questionario tradotto in lingua italiana, previa autorizzazione da parte dagli Autori e/o Enti o Gruppi di ricerca di riferimento.

La lettura documento I Questionari per la Sorveglianza Nutrizionale degli Adolescenti, consente di:
a) conoscere le priorità nutrizionali per l'età evolutiva ed i sistemi di sorveglianza in uso nel panorama internazionale e italiano; b) avere la disponibilità per gli operatori sanitari di un catalogo di questionari validati (estratti dalla letteratura internazionale con processo di revisione) per la misura della dieta, di specifici aspetti dell'alimentazione e dell'ambiente obesogeno; c) acquisire strumenti per valutare i programmi di prevenzione nutrizionale.