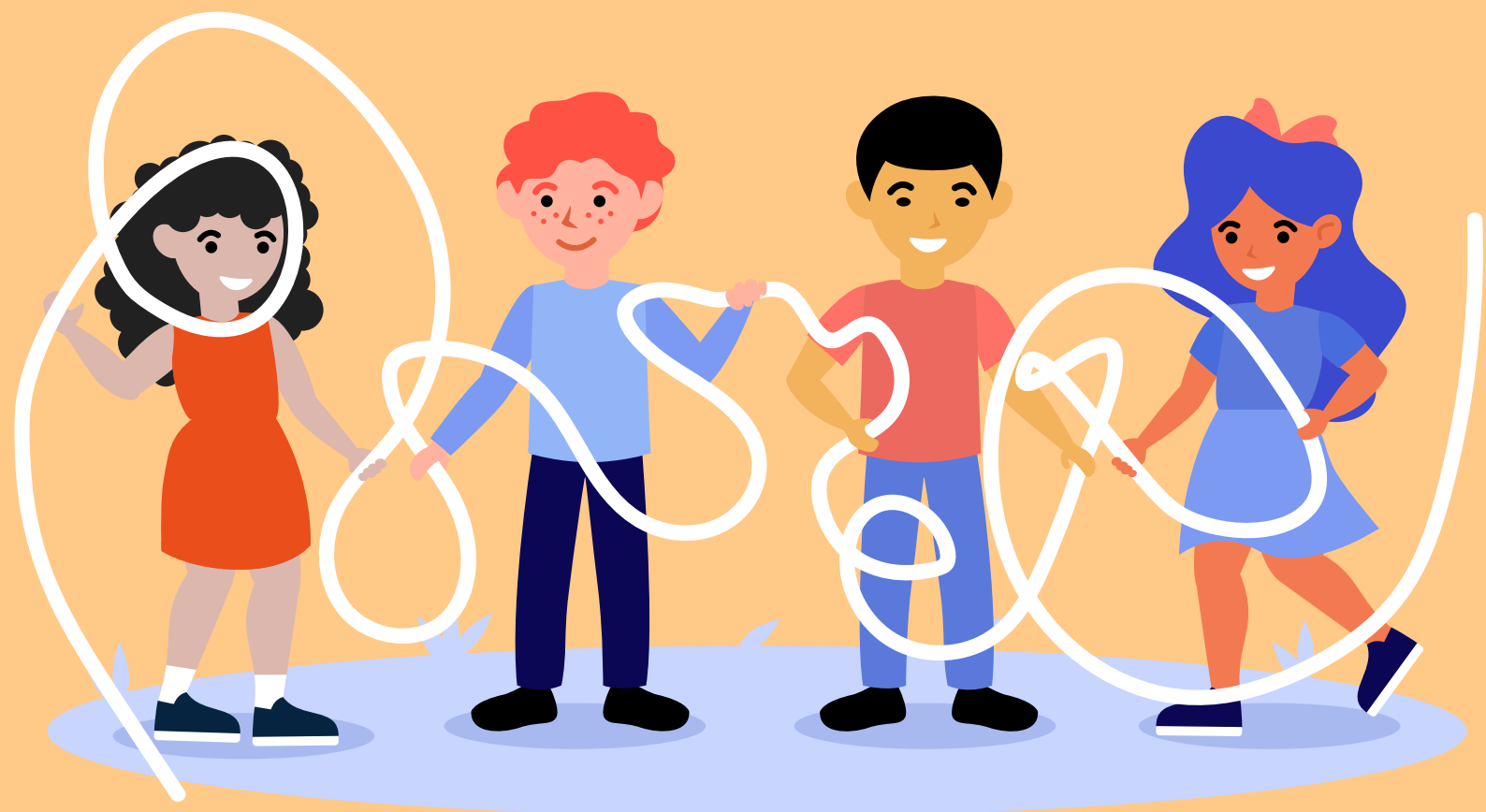
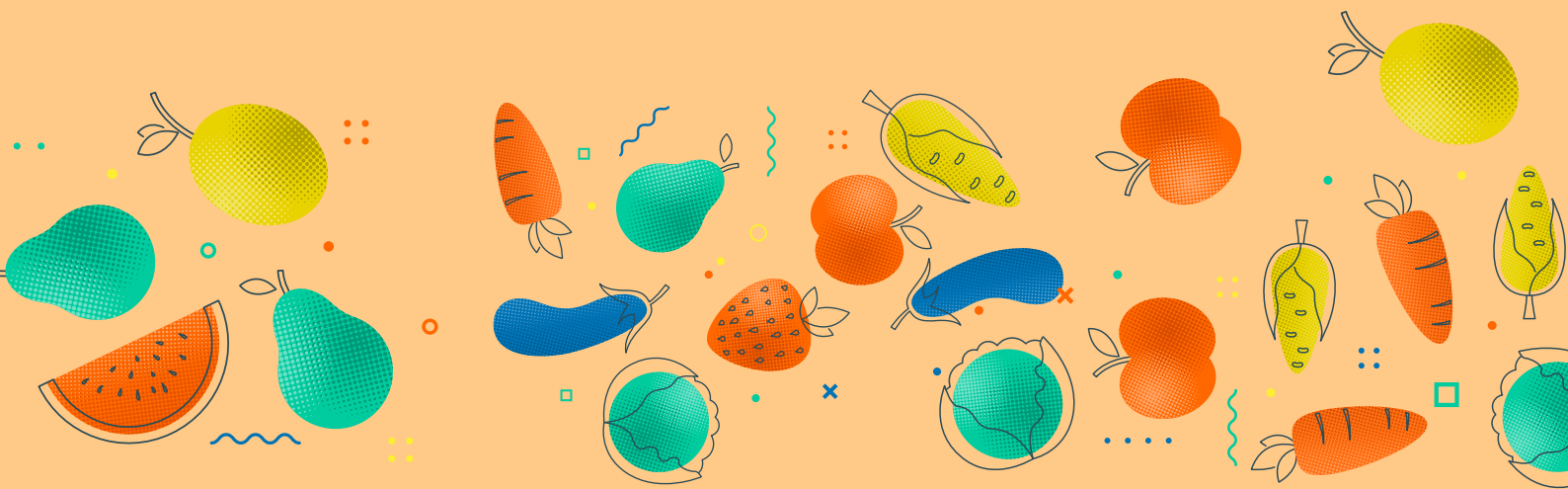
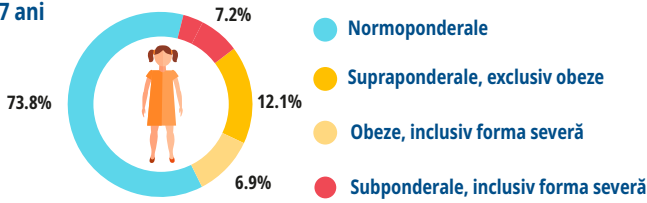


COSI: Starea nutrițională a copiilor din clasa întâi - Republica Moldova



Statusul ponderal în funcție de vârstă și sex

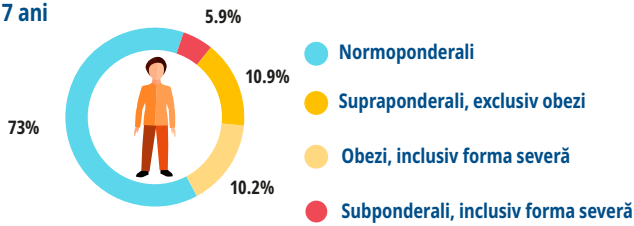
Fete, 7 ani



Fete, toate vârstele



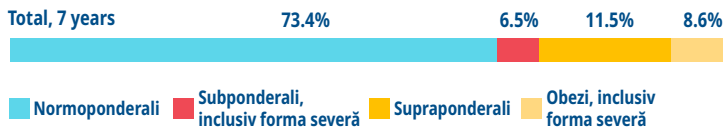
Băieți, 7 ani



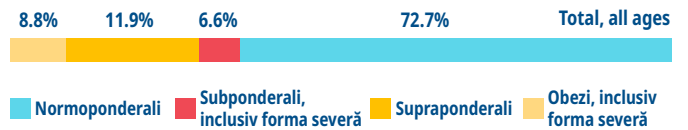
Băieți, toate vârstele



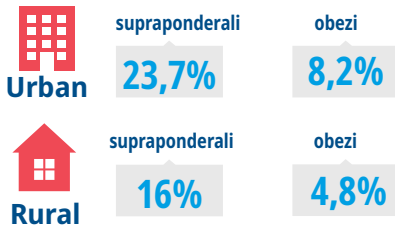
Total, 7 years



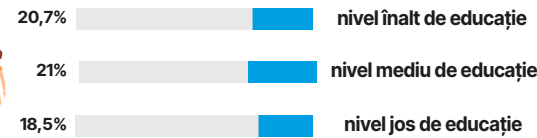
Total, all ages



Diferențe urban/rural



Supraponderabilitate la copii

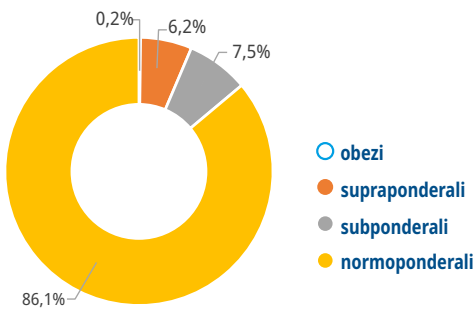


Obezitate la copii



Percepția părinților

Percepția părinților asupra statusului ponderal al copiilor



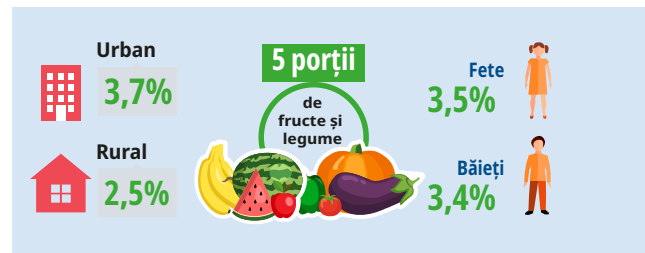
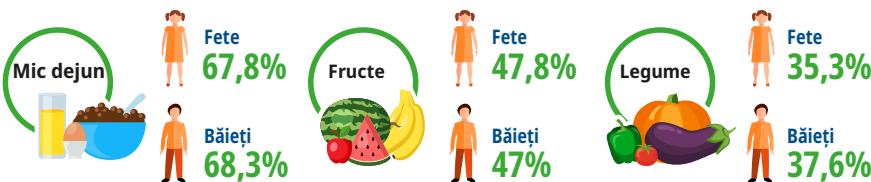
Copii supraponderali:



Copii cu obezitate:



Obiceiuri alimentare sănătoase



Porții de fructe și legume



Consumul de fructe



Consumul de legume



Consumul micului dejun



Obiceiuri alimentare nesănătoase

4 > zile pe săptămână



Gustări sărate

Fete **3,2%**

Băieți **3,2%**

Băuturi dulci



Alimente dulci

Fete **19%**

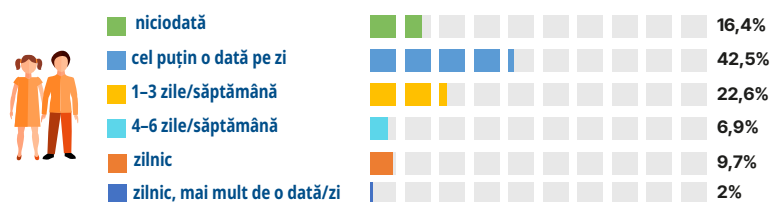
Băieți **21,7%**



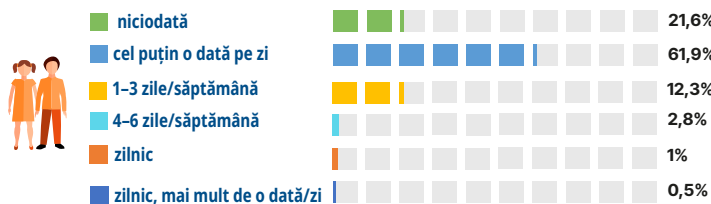
Băuturi dulci

Fete **12%**

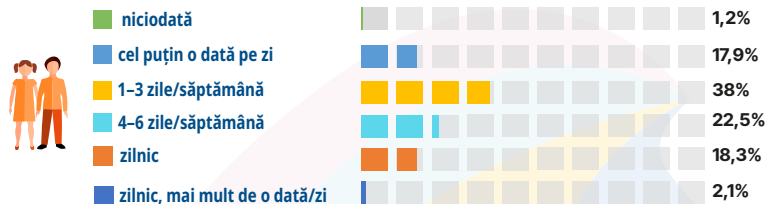
Băieți **11,5%**



Gustări sărate



Alimente dulci



Activitatea fizică



9 din 10 copii sunt activi fizic pentru cel puțin o oră/zi



Activități sportive active la o intensitate moderată sau viguroasă:

2 ore/zi în timpul săptămânii

3,6 ore/zi în weekend



Mersul pe jos sau cu bicicleta la și de la școală **53,6%**

Țimp petrecut în fața ecranelor



Privit TV sau utilizarea dispozitivelor electronice mai mult de 2 ore/zi:

43,6% în timpul săptămânii

81,2% în weekend



Somn cel puțin 9 ore pe noapte **86,1%**

Impactul pandemiei COVID-19 asupra obiceiurilor copiilor



Alimentație



Activitate fizică



Privit TV sau utilizarea dispozitivelor electronice mai mult de 2 ore/zi:



Somn

+11,4% consum de fructe
+9,4% consum de legume
-16% consum de gustări sărate
-9,1% consum de alimente dulci
-15,5% consum de băuturi dulci

+18% timp petrecut practicând activități fizice de intensitate moderată sau viguroasă în timpul săptămânii
+17,3% timp petrecut practicând activități fizice de intensitate moderată sau viguroasă în weekend

+18% în timpul săptămânii
+17% în weekend

+13,3% în timpul săptămânii
+10,5% în weekend

REZULTATE PRINCIPALE

În 2023, studiul COSI a arătat că unul din cinci elevi de clasa întâi din Republica Moldova (20,7%) avea supraponderabilitate, inclusiv 8,8% trăiau cu obezitate, iar 6,6% aveau subponderabilitate. La copiii de 7 ani, prevalența s-a menținut la un nivel similar: 20,1% aveau supraponderabilitate, 8,6% obezitate și 6,5% subponderabilitate. Băieții aveau o probabilitate mai mică decât fetele de a fi normoponderali.

Obiceiurile alimentare rămân o provocare semnificativă. Deși 68,1% dintre copii luau micul dejun zilnic, mai puțin de jumătate consumau fructe proaspete (47,3%) sau legume (36,6%) în fiecare zi. Doar 3,5% dintre copii atingeau recomandarea Organizația Mondială a Sănătății (OMS) de cinci porții zilnice de fructe și legume. În schimb, 20,4% consumau zilnic gustări dulci, iar unul din zece (11,7%) consuma zilnic băuturi dulci. Gustările sărate erau consumate zilnic de mai puțin de 1% dintre copii.

Datele privind activitatea fizică indică faptul că majoritatea copiilor desfășurau zilnic cel puțin 60 de minute de activitate fizică de intensitate moderată până la viguroasă, conform recomandărilor OMS pentru grupa de vârstă 5–17 ani. Aproximativ 90% dintre copii erau activi fizic cel puțin o oră pe zi, iar durata medie a activităților fizice zilnice era estimată la circa 2,4 ore. Totodată, 43,4% dintre copii participau la activități sportive organizate cel puțin două ore pe săptămână. Deplasarea activă către școală a fost raportată de 53,6% dintre copii, care mergeau pe jos la și de la instituția de învățământ. Siguranța traseului a fost evaluată de părinți ca fiind moderată (scor mediu: 5/10).

Analiza comportamentelor sedentare arată că 43,6% dintre copii petreceau mai mult de două ore pe zi în fața ecranelor în timpul săptămânii, și proporția creștea la 81,2% în weekend. Rezultatele referitoare la durata somnului indică faptul că majoritatea copiilor (86,1%) aveau un somn de cel puțin 9 ore pe noapte.

IMPORTANȚA PENTRU POLITICI

Guvernul are un rol esențial în crearea unor medii sănătoase pentru alimentație și activitate fizică. Acest lucru necesită o abordare cuprinzătoare, care să includă promovarea alimentației sănătoase și a activității fizice pentru copiii de toate vârstele, îngrijirea în perioada de concepție și sarcină, precum și furnizarea serviciilor de gestionare a greutateii, ca parte a acoperirii universale cu servicii de sănătate.

Acțiunile de politici publice pentru reducerea poverii malnutriției în toate formele sale pot include:

- intervenții fiscale (taxarea băuturilor îndulcite cu zahăr);
- încurajarea reformulării produselor cu conținut ridicat de grăsimi, zahăr și sare;
- implementarea restricțiilor privind marketingul produselor nesănătoase (în special pentru copii);
- introducerea schemelor de etichetare pe partea din față a ambalajului;
- inițiative pentru crearea de oportunități de activitate fizică și deplasare activă (inclusiv prin planificare urbană).

Școlile au un rol cheie în abordarea dublei poveri a malnutriției, prin oferirea de mese sănătoase, educație privind nutriția și activitatea fizică (inclusiv acces la facilități sportive), dar și prin consolidarea legăturilor cu comunitatea.

DESPRE COSI

Inițiativa europeană de supraveghere a obezității infantile (COSI), lansată în 2007 de OMS, monitorizează tendințele privind supraponderalitatea și obezitatea în rândul copiilor de vârstă școlară primară de peste 15 ani. Pe baza unui protocol comun, sunt colectate date reprezentative la nivel național de la copiii cu vârste între 6 și 9 ani, prin măsurători standardizate ale greutateii și înălțimii, precum și informații suplimentare despre alimentație, activitate fizică, comportamente sedentare, context familial și mediu școlar.

Participarea la COSI a crescut de la 13 țări în 2007 la 47 de țări în 2024, ceea ce face din această inițiativă cea mai amplă rețea globală de supraveghere a obezității infantile. Cea de-a șasea rundă, desfășurată între 2022 și 2024, a inclus aproximativ 470 000 de copii din 37 de țări ale Regiunii Europene a OMS. În Republica Moldova, studiul a implicat 90 de școli primare și circa 3 600 de elevi din clasele întâi, alături de peste 3 170 de familii care au completat chestionare privind alimentația, activitatea fizică și comportamentele sedentare ale copiilor.

Datele COSI au un rol esențial în definirea dimensiunii problemei obezității, orientarea acțiunilor, realizarea de comparații internaționale și monitorizarea progresului în timp.

Diviziunea pentru Prevenire și Promovarea Sănătății a OMS Regiunea Europeană și Biroul OMS din Republica Moldova își reafirmă angajamentul de a sprijini țările să adopte acțiuni cuprinzătoare și multisectoriale pentru a stopa creșterea obezității infantile în Regiunea Europeană a OMS.

Obiectivul național 2030

Ținta stabilită în Programul Național BNT: **zero creștere a ratei obezității până în 2030.**