

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

BAMBINI PIÙ SEDENTARI SE I GENITORI GUADAGNANO MENO

Uno studio ha scoperto che i bambini di famiglie a reddito più basso hanno livelli inferiori di attività fisica. Inoltre, le bambine sono più sedentarie rispetto ai loro compagni maschi. Lo studio è stato condotto tra 238 bambine e 248 bambini finlandesi, di età tra i sei e gli otto anni. Le bambine spendevano in media 1,7 ore al giorno in attività fisica, contro le 2,0 dei bambini. Inoltre, il 66% delle bambine era attivo per meno di due ore al giorno, contro il 54% dei bambini. Le bambine avevano livelli inferiori di attività fisica non supervisionata, supervisionata e nelle pause a scuola.

Riguardo alla sedentarietà, le bambine avevano livelli più alti, 3,8 ore contro le 3,4 dei bambini. Tuttavia, il tempo davanti allo schermo era inferiore rispetto ai maschi. Un reddito inferiore della famiglia e un livello di istruzione più basso era legato a livelli di attività fisica più bassi in entrambi i sessi. I bambini di queste famiglie, ma non le bambine, stavano anche più a lungo davanti allo schermo.

Fonte: Lampinen, Eeva-Kaarina, et al. "Physical activity, sedentary behaviour, and socioeconomic status among Finnish girls and boys aged 6–8 years." European Journal of Sport Science (2017): 1-11