

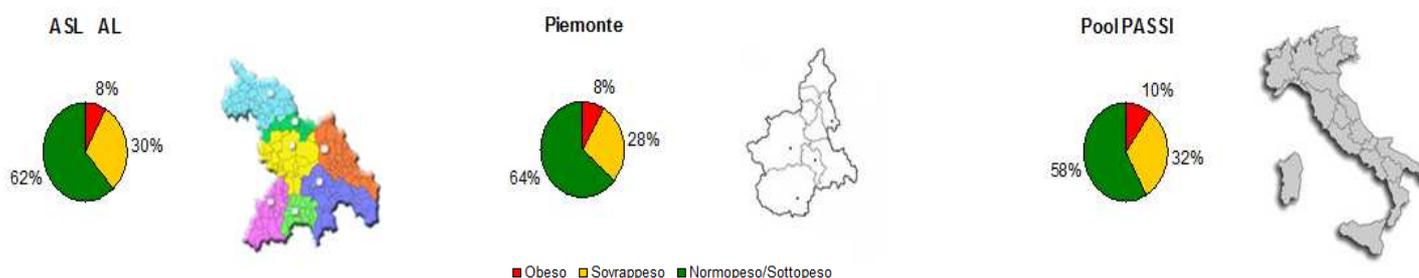
L'obesità rappresenta uno dei principali problemi di Salute Pubblica a livello mondiale: la sua prevalenza è in costante aumento non solo nei Paesi occidentali, ma anche in quelli a basso-medio reddito. Nella maggior parte dei casi, stili di vita scorretti che determinano un eccessivo introito calorico e un ridotto dispendio energetico, sono alla base dell'eccesso ponderale.

L'eccesso ponderale costituisce un importante fattore di rischio per malattie croniche non trasmissibili, quali diabete mellito di tipo 2, malattie cardiovascolari e tumori. Ogni anno, nel Mondo, circa 3,4 milioni di adulti muoiono per cause correlate all'eccesso ponderale: si stima che una persona gravemente obesa perda in media 8-10 anni di vita.

Il 44% dei casi di diabete, il 23% delle cardiopatie ischemiche e fino al 41% di alcune forme di cancro sono attribuibili all'eccesso ponderale. Il World Cancer Research Fund International (WCRF) documenta la relazione causale tra eccesso ponderale e 7 forme di tumore: esofago, pancreas, colecisti, colon-retto, mammella (post-menopausa), endometrio e rene ¹.

Nell'ASL AL nel quadriennio 2011-2014 quasi **quattro persone su dieci** si presentano in **eccesso ponderale**, infatti tra gli adulti di 18-69 anni il **30%** risulta in **sovrappeso** e l'**8%** **obeso**. Il confronto con il dato regionale e con il pool di ASL non mostra differenze statisticamente significative.

Situazione nutrizionale (%)
ASL AL - Regione Piemonte - Pool ASL 2011-14

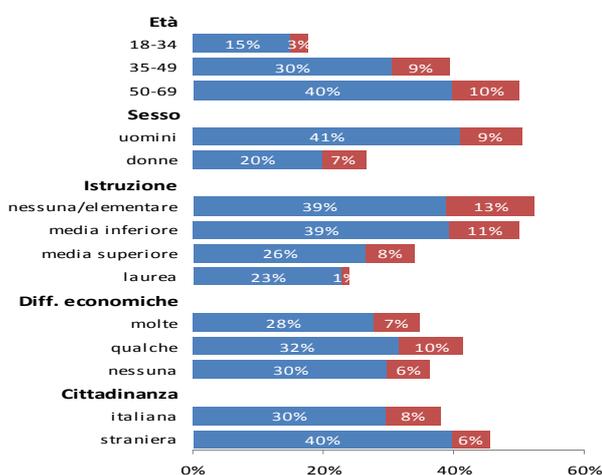


L'eccesso ponderale **cresce al crescere dell'età**, è più frequente negli **uomini** e tra le persone con **bassi livelli d'istruzione**.

Eccesso ponderale

Prevalenze per caratteristiche socio-demografiche
ASL AL – PASSI 2011-14 (n=1190)

Sovrappeso: 30,4% (IC 95%: 27,9-32,9)
Obesi: 8,0% (IC 95%: 6,6-9,8)



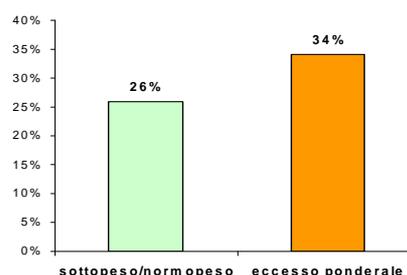
Eccesso ponderale e attività fisica

Nel territorio della ASL AL, tra i soggetti in eccesso ponderale **uno su tre**, ha dichiarato di essere sedentario (pratica meno di 10 minuti di attività moderata o intensa per almeno 1 giorno a settimana; non svolge lavoro pesante dal punto di vista fisico).

Solo il 37% degli intervistati in eccesso ponderale ha riferito di aver ricevuto il consiglio di praticare regolarmente l'attività fisica da parte di un medico.

Sedentarietà per stato ponderale

ASL AL – PASSI 2011-14 (n=1190)



Attenzione degli operatori sanitari

Il consiglio del sanitario è efficace nel motivare gli assistiti a prestare maggiore attenzione al proprio peso: infatti la percentuale dei soggetti in eccesso ponderale che dichiarano di seguire una dieta, aumenta notevolmente tra chi ha ricevuto il consiglio di perdere peso da parte del proprio medico (**82% vs. 18%**); tuttavia **poco più della metà (59%)** delle persone in eccesso ponderale dichiara di aver ricevuto tale consiglio dal medico.

Dai dati PASSI emerge che l'attenzione degli operatori sanitari appare essenzialmente rivolta agli assistiti obesi: 84% vs. 51% dichiara di aver ricevuto il consiglio di ridurre il proprio peso e 53% vs. 33% ha ricevuto il consiglio di praticare attività fisica.

Conclusioni

Il **counseling individuale da parte del Medico di Medicina Generale è importante per promuovere stili di vita salutari e contrastare sovrappeso e obesità.**

A cura del gruppo tecnico PASSI:

E. Bagna, S. Baiardi, A. Bellasio, I. Bevilacqua, M. A. Brezzi, F. Casalone, M. D'Angelo, M. De Angeli, C. Fiori, F. Fossati, P. Gamalero, E. Guerci, D. Lomolino, T. Marengo, D. Novelli, R. Oleandro, O. Panizza, R. Prosperi, A. Rizzo, B. Rondano, E. Simonelli, G. Solia, D. Tiberti, E. Trani.

1 <http://www.wcrf.org/>