

# Stato nutrizionale nella provincia di Viterbo I dati del sistema di sorveglianza PASSI 2012-15

La situazione nutrizionale di una popolazione è un determinante importante delle sue condizioni di salute. In particolare l'eccesso di peso, favorendo l'insorgenza o l'aggravamento di patologie preesistenti, riduce la durata della vita e ne peggiora la qualità. In Italia, come nella gran parte dei Paesi a medio e alto reddito, l'eccesso ponderale è uno dei principali fattori di rischio per le malattie croniche non trasmissibili; per questo, si compiono molti sforzi per monitorare l'andamento dell'eccesso ponderale nei bambini, negli adulti e nella terza età. In base al valore dell'Indice di massa corporea (IMC), le persone vengono classificate in 4 categorie: sottopeso, normopeso, sovrappeso e obeso.

Ad alcuni alimenti è riconosciuto un ruolo protettivo: è ormai evidente, per esempio, la protezione rispetto alle neoplasie associata all'elevato consumo di frutta e verdura; per questo motivo ne viene consigliato il consumo di almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno (*five-a-day*).

La promozione di una corretta alimentazione è un obiettivo di sanità pubblica perseguito con progetti e interventi specifici sia a livello europeo sia a livello italiano. In Italia è una delle quattro tematiche del programma Guadagnare Salute, che rappresenta una strategia intersettoriale e multicomponente per promuovere scelte salutari a livello di popolazione e individuale. Nel Lazio il Programma è inserito nel Piano Regionale della Prevenzione 2014-2018.

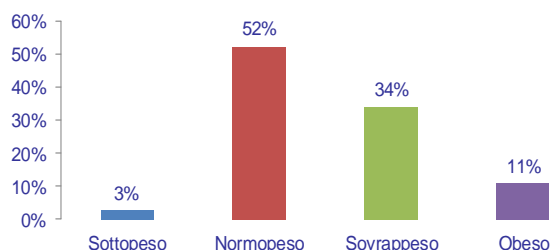
In Italia, sulla base dei dati PASSI del periodo 2012-2015, si stima che il 42% dei 18-69enni sia in eccesso ponderale.

## Stato nutrizionale nell'ASL di Viterbo

Nella Provincia di Viterbo, si stima che il 45% delle persone tra i 18 e i 69 anni siano in eccesso ponderale (34% in sovrappeso e 11% obesi).

L'eccesso di peso è una condizione frequente che aumenta con l'età, colpisce di più gli uomini, le persone con un basso livello d'istruzione e socialmente svantaggiate.

Stato nutrizionale  
ASL Viterbo PASSI 2012-2015 (n=1407)

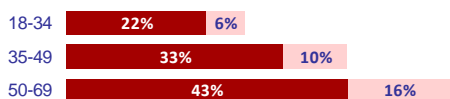


### Eccesso ponderale

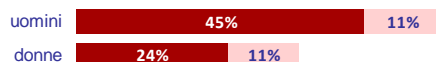
ASL Viterbo PASSI 2012-2015 (n = 1407)

Totale: 44,9% (IC 95%: 42,52%-47,4%)

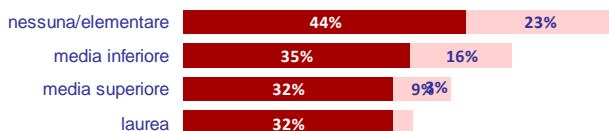
#### Età



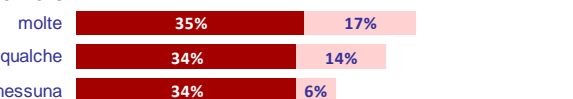
#### Sesso



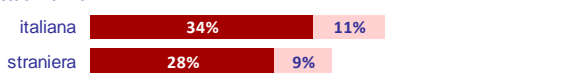
#### Istruzione



#### Diff. economiche



#### Cittadinanza



0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70%

■ Sovrappeso ■ Obesi

### Eccesso ponderale per regione di residenza

Passi 2012-2015



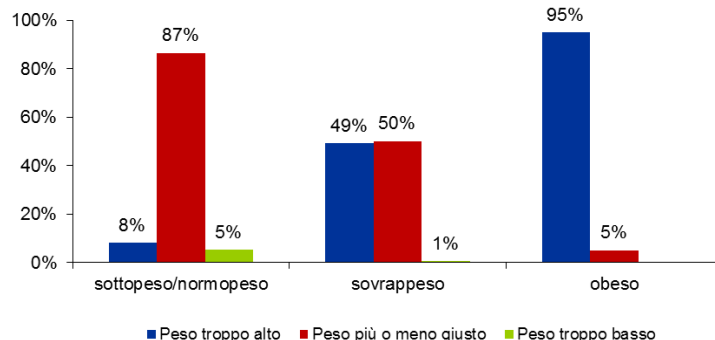
● peggiore del valore nazionale  
● simile al valore nazionale  
● migliore del valore nazionale

## Autopercezione del proprio peso corporeo

Le persone in sovrappeso o obese sembrano essere poco consapevoli del loro stato di eccesso ponderale e non si percepiscono tali: nella provincia di Viterbo fra le persone in sovrappeso solo la metà ritiene troppo alto il proprio peso corporeo; fra le persone obese c'è maggiore consapevolezza.

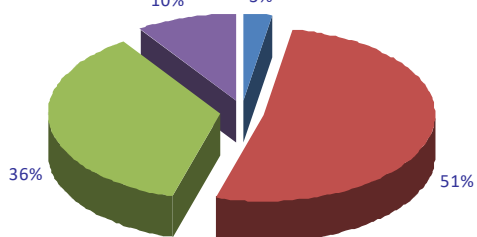
La percezione del proprio stato nutrizionale risulta più corretta nelle donne rispetto agli uomini: il 66% delle donne in sovrappeso considera troppo alto il proprio peso contro il 41% degli uomini.

Autopercezione del proprio peso corporeo (%)  
ASL Viterbo PASSI 2012-2015 (n = 1407)



Numero di porzioni di frutta e verdura consumate al giorno

ASL Viterbo PASSI 2012-2015 (n = 1407)



■ 0 porzioni ■ 1-2 porzioni ■ 3-4 porzioni ■ 5 o più porzioni

## Consumo di frutta e verdura

La quasi totalità degli intervistati (97%) mangia frutta e verdura almeno una volta al giorno, ma solo il 10% consuma le 5 o più porzioni al giorno raccomandate.

## L'attenzione degli operatori sanitari

Bassa sembra essere l'attenzione degli operatori sanitari al problema: solo la metà degli intervistati in eccesso ponderale riferisce di aver ricevuto il consiglio di seguire una dieta per perdere peso, minore è la percentuale di coloro che hanno ricevuto il consiglio di praticare attività fisica (39%). L'attenzione è essenzialmente rivolta alle persone obese, mentre minore è la percentuale di pazienti in sovrappeso che ricevono consigli.

### L'attenzione degli operatori sanitari

ASL Viterbo PASSI 2012-2015

|                                                                                           |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| persone in eccesso ponderale consigliate dagli operatori sanitari di perdere peso         | 50% |
| persone in eccesso ponderale consigliate dagli operatori sanitari di fare attività fisica | 39% |

## Conclusioni

In letteratura è ampiamente documentata una sottostima nel rilevare la prevalenza dell'eccesso ponderale attraverso indagini telefoniche analoghe a quelle condotte nel sistema di Sorveglianza PASSI; nonostante questa verosimile sottostima, nell'ASL di Viterbo quasi una persona adulta su due presenta un eccesso ponderale.

Una particolare attenzione nei programmi preventivi va posta, oltre alle persone obese, alle persone in sovrappeso; infatti, in questa fascia di popolazione emerge una sottostima del rischio per la salute legato al proprio peso: solo una persona su due percepisce il proprio peso come "troppo alto".

La maggior parte delle persone consuma giornalmente frutta e verdura: circa la metà ne assume oltre 3 porzioni, ma solo una piccola quota assume le 5 porzioni al giorno raccomandate per un'efficace prevenzione delle neoplasie.

I risultati indicano la necessità di interventi multisettoriali per promuovere un'alimentazione corretta accompagnata da un'attività fisica svolta in maniera costante e regolare; per aumentare l'efficacia degli interventi appare fondamentale l'approccio multidisciplinare, nel quale la Sanità Pubblica gioca un ruolo importante nel promuovere alleanze e integrazioni.

