

Sistema di sorveglianza PASSI

Rapporto aziendale 2008-2010 ASL Milano: stato nutrizionale e abitudini alimentari



Hanno contribuito alla realizzazione dello studio PASSI

nella ASL Milano: Anna Silvestri (Coordinatore), Luisella Poli (Vice-Coordinatore); Danila Cecile (Organizzazione e informatizzazione); Giulia Barbier, Anurada Bresciani, Carlangela Cappellini, Anna Carusi, Loredana Fiumanò, Lucia Grassi, Maurizio Vicari (Conduzione interviste); Annalisa Bodina, Marcello Tirani, Walter Toigo, Jessica Sciuto, Laura Galessi (predisposizione report)

a livello regionale: Carlo Zocchetti, Maria Elena Pirola (Regione Lombardia); Giuliana Rocca (ASL Bergamo); Raffaella Salaroli (ASL Lecco); Anna Silvestri (ASL Milano); Luigi Camana, Cesare Fratti (ASL Pavia); Roberto Bardelli, Salvatore Pisani (ASL Varese);

a livello nazionale: Sandro Baldissera, Nancy Binkin, Paolo D'Argenio, Barbara De Mei, Gianluigi Ferrante, Valentina Minardi, Giada Minelli, Alberto Perra, Valentina Possenti, Stefania Salmaso (CNESPS, Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute - Istituto Superiore di Sanità, Roma);

Nicoletta Bertozzi (Dipartimento di sanità pubblica - AUSL Cesena); Stefano Campostrini (Dipartimento di Statistica - Università degli studi Ca' Foscari, Venezia); Giuliano Carrozzini (Dipartimento di Sanità Pubblica - AUSL Modena); Angelo D'Argenio (Dipartimento di Prevenzione - ASL Caserta 2); Pirous Fateh-Moghadam (Servizio Educazione alla Salute - Azienda provinciale per i servizi sanitari, Trento); Massimo O. Trinito (Dipartimento di Prevenzione - AUSL Roma C); Stefania Vasselli (Direzione Generale della Prevenzione Sanitaria - Ministero della salute, Roma); Eva Benelli, Stefano Menna (Agenzia Zadiroma, Roma).

Stato nutrizionale e abitudini alimentari

Lo stato nutrizionale è un determinante importante delle condizioni di salute di una popolazione; l'eccesso di peso rappresenta un fattore di rischio rilevante per le principali patologie croniche (cardiopatie ischemiche, alcuni tipi di neoplasia, ictus, ipertensione, diabete mellito) ed è correlato con una riduzione di aspettativa e qualità di vita nei paesi industrializzati.

Le persone vengono classificate in 4 categorie in base al valore dell'indice di massa corporea (IMC), calcolato dividendo il peso in kg per la statura in metri elevata al quadrato: sottopeso (IMC <18,5), normopeso (IMC 18,5-24,9), sovrappeso (IMC 25,0-29,9), obeso (IMC ≥ 30).

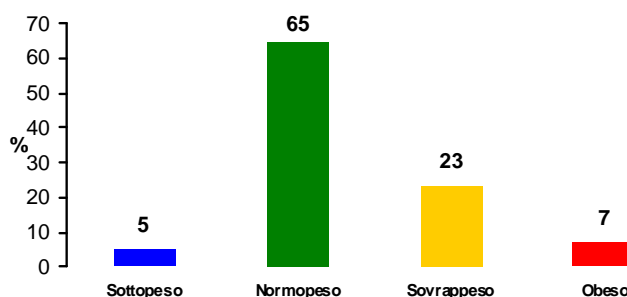
Ad alcuni alimenti è riconosciuto un ruolo protettivo: è ormai evidente per esempio la protezione rispetto alle neoplasie associata all'elevato consumo di frutta e verdura. Per questo motivo ne viene consigliato il consumo tutti i giorni: l'adesione alle raccomandazioni internazionali prevede il consumo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

Qual è lo stato nutrizionale della popolazione?

Nella ASL di Milano, il 5% delle persone intervistate risulta sottopeso, il 65% normopeso, il 23% sovrappeso e il 7% obeso.

Complessivamente si stima che il 30% della popolazione presenti un eccesso ponderale.

Situazione nutrizionale della popolazione
ASL Milano - PASSI 2008-2010 (n=957)



Quante e quali persone sono in eccesso ponderale ?

L'eccesso ponderale è significativamente più frequente:

- col crescere dell'età
- negli uomini (37% vs 22%)
- nelle persone con basso livello di istruzione

Non si sono rilevate differenze rispetto alle condizioni economiche.

Analizzando con una opportuna tecnica statistica (*regressione logistica*) l'effetto di ogni singolo fattore in presenza di tutti gli altri, le significatività rilevate si mantengono.

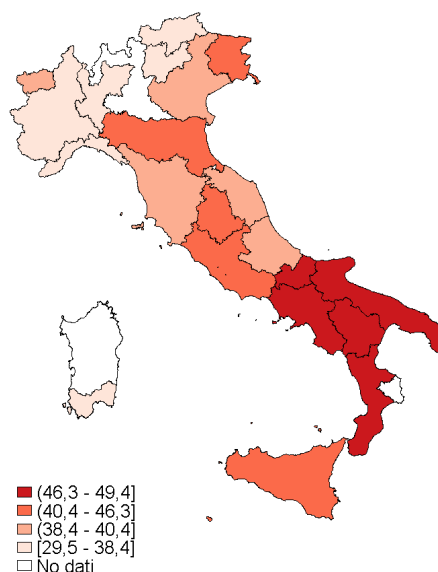
Popolazione in eccesso ponderale
ASL Milano - PASSI 2008-2010 (n=957)

Caratteristiche	Sovrappeso % (IC95%)	Obesi % (IC95%)
Totale	22,8 20,2-25,6	6,6 5,2-8,4
Classi di età		
18 - 34	11,4	2,0
35 - 49	23,9	4,3
50 - 69	31,7	12,9
Sesso		
uomini	30,6	6,0
donne	15,3	7,2
Istruzione		
nessuna/elementare	32,6	28,3
media inferiore	35,5	7,8
media superiore	23,8	5,7
laurea	13,6	4,1
Difficoltà economiche		
molte	19,1	17,6
qualche	25,8	8,7
nessuna	22,0	4,6

% persone in eccesso ponderale Pool PASSI 2010

Nelle ASL aderenti allo studio PASSI, le persone in eccesso ponderale sono:

- in ambito lombardo, il 33% dei residenti (25% per sovrappeso e 8% per obesità);
- a livello nazionale, il 42% dei residenti (32% per sovrappeso ed il 10% per obesità) con maggiore concentrazione nelle regioni del Sud.



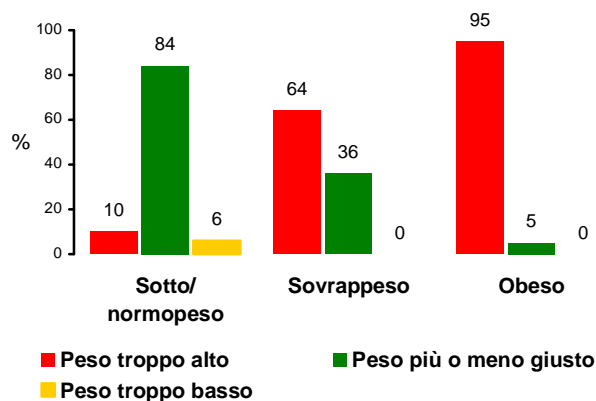
Come considerano il proprio peso le persone intervistate?

La percezione che la persona ha del proprio peso è un aspetto importante da considerare in quanto condiziona un eventuale cambiamento nel proprio stile di vita.

La percezione del proprio peso non sempre coincide con il IMC calcolato sulla base di peso ed altezza riferiti dagli stessi intervistati: nella ASL di Milano si osserva una alta coincidenza tra percezione del proprio peso e IMC negli obesi (95%) e nei normopeso (84%); tra le persone in sovrappeso invece il 36% ritiene il proprio peso giusto.

Emerge una diversa percezione del proprio peso per sesso: tra le donne normopeso il 83% considera il proprio peso più o meno giusto così come il 84% degli uomini, mentre tra quelle sovrappeso il 24% considera il proprio peso più o meno giusto rispetto al 42% degli uomini.

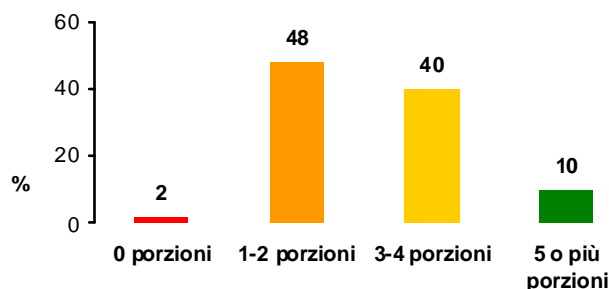
Percezione del proprio peso per stato nutrizionale ASL Milano - PASSI 2008-2010 (n=957)



Quante persone mangiano almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno (í five a day)?

Nella ASL di Milano il 48% degli intervistati ha dichiarato di mangiare frutta e verdura almeno una volta al giorno: il 40% ha riferito di mangiare 3-4 porzioni al giorno e solo il 10% le 5 porzioni raccomandate.

Numero di porzioni di frutta e verdura consumate al giorno
ASL Milano - PASSI 2008-2010 (n=957)



L'abitudine a consumare 5 o più porzioni di frutta e verdura al giorno è più diffusa:

- nelle persone sopra ai 50 anni
- nelle donne (13%)
- nelle persone con medio-alto livello di istruzione (22%)
- nelle persone sovrappeso (13,8%)
- nelle persone senza difficoltà economiche (11%).

Analizzando con una opportuna tecnica statistica (*regressione logistica*) l'effetto di ogni singolo fattore in presenza di tutti gli altri, l'adesione al *five a day*+ rimane significativamente associata con età maggiore e sesso femminile.

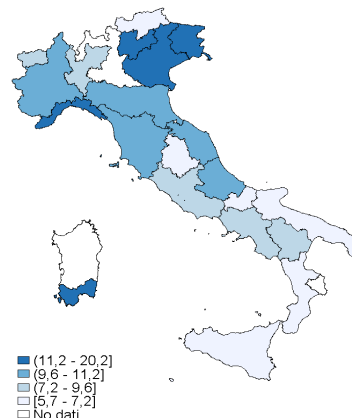
Consumo di frutta e verdura

ASL Milano - PASSI 2008-2010 (n=957)

Caratteristiche	Adesione al <i>five-a-day</i> ° % (IC95%)
Totale	10,4
Classi di età	8,6-12,6
18 - 34	9,0
35 - 49	5,6
50 - 69	16,4
Sesso	
uomini	7,7
donne	13,1
Istruzione	
nessuna/elementare	6,5
media inferiore	9,1
media superiore	11,0
laurea	10,8
Difficoltà economiche	
Molte	7,4
Qualche	9,5
Nessuna	11,2
Stato nutrizionale	
sotto/normopeso	9,4
Soprappeso	13,8
Obeso	11,1

° Consumo di almeno 5 porzioni al giorno di frutta e verdura

% persone che aderiscono al *five-a-day*
Pool PASSI 2010



Nelle ASL partecipanti allo studio PASSI in ambito lombardo e nazionale le persone che aderiscono al *five a day*+ sono il 10% dei residenti. Maggiore è la concentrazione nelle regioni del Nord.

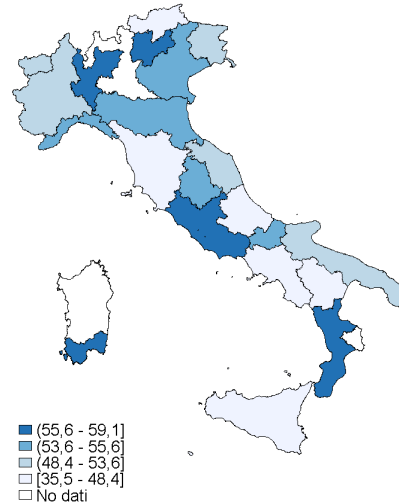
Quante persone sovrappeso/obese ricevono consigli di perdere peso dagli operatori sanitari e con quale effetto?

Nella ASL di Milano il 65% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di aver ricevuto il consiglio di perdere peso da parte di un medico o di un altro operatore sanitario; in particolare hanno riferito questo consiglio il 58% delle persone in sovrappeso e l'89% delle persone obese.

Nelle ASL aderenti allo studio PASSI, le persone in eccesso ponderale che hanno riferito di aver ricevuto il consiglio di perdere peso, sono:

- in ambito lombardo, il 56% (48% dei sovrappeso e 81% degli obesi);
- a livello nazionale, il 52% (44% dei sovrappeso e 77% degli obesi).

% di persone in sovrappeso/obese che hanno ricevuto il consiglio di perdere peso da un operatore sanitario
Pool PASSI 2010

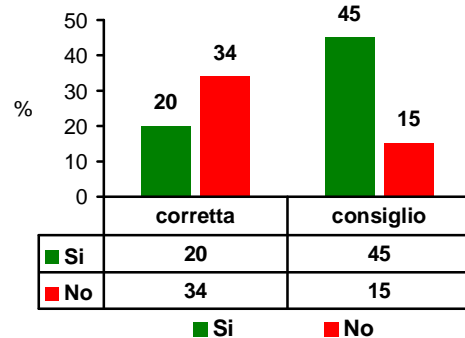


Il 34% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di seguire una dieta per perdere o mantenere il proprio peso (30% nei sovrappeso e 48% negli obesi).

La proporzione di persone con eccesso ponderale che seguono una dieta è significativamente più alta:

- nelle donne (44% vs 27% negli uomini)
- negli obesi (48% vs 30% nei sovrappeso)
- nelle persone sovrappeso (esclusi gli obesi) che ritengono il proprio peso troppo alto+ (34%) rispetto a quelle che ritengono il proprio peso giusto+(20%)
- in coloro che hanno ricevuto il consiglio da parte di un operatore sanitario (45% vs 15%).

Attuazione della dieta in rapporto a percezione del proprio peso e ai consigli degli operatori sanitari tra le persone in eccesso ponderale
ASL Milano - PASSI 2008-2010 (n=957)



* Questo confronto riguarda solo i sovrappeso senza gli obesi (n=217)

Quante persone sovrappeso/obese ricevono consigli di fare attività fisica dagli operatori sanitari e con quale effetto?

Nella ASL di Milano il 28% delle persone in eccesso ponderale è sedentario (25% nei sovrappeso e 37% negli obesi). Il 51% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di aver ricevuto il consiglio di fare attività fisica da parte di un medico o di un altro operatore sanitario; in particolare hanno ricevuto questo consiglio il 46% delle persone in sovrappeso e il 67% di quelle obese.

Tra le persone in eccesso ponderale che hanno riferito il consiglio, il 74% pratica una attività fisica almeno moderata, rispetto al 69% di chi non l'ha ricevuto.

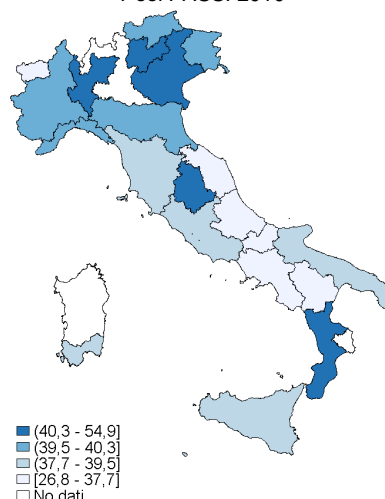
Nelle ASL aderenti allo studio PASSI, la percentuale di persone in eccesso ponderale che riferisce di aver ricevuto il consiglio di fare attività fisica è:

- in ambito lombardo, il 42% (36% dei sovrappeso e 61% degli obesi);
- a livello nazionale, il 39% (36% dei sovrappeso e 49% degli obesi).

Nelle ASL lombarde il 74% di coloro che dichiarano di aver ricevuto il consiglio, lo mettono in pratica, facendo attività motoria.

% di persone in eccesso ponderale che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica

Pool PASSI 2010



Quante persone hanno cambiato peso nell'ultimo anno?

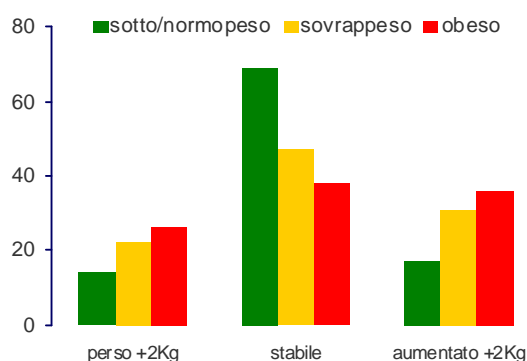
Nella ASL di Milano il 21% degli intervistati ha riferito di essere aumentato di almeno 2 kg di peso nell'ultimo anno.

La proporzione di persone aumentate di peso nell'ultimo anno è più elevata:

- nelle persone già in eccesso ponderale (36% obesi e il 31% sovrappeso vs 17% normopeso)
- nelle donne (25% vs 17% negli uomini)

Cambiamenti ponderali negli ultimi 12 mesi

ASL Milano - PASSI 2008-2010 (n=957)



Conclusioni e raccomandazioni

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, nella ASL Milano quasi una persona adulta su tre presenta un eccesso ponderale.

Una particolare attenzione nei programmi preventivi va posta, oltre alle persone obese, alle persone in sovrappeso. In questa fascia di popolazione emerge infatti una sottostima del rischio per la salute legato al proprio peso: più di una persona su due percepisce il proprio peso come troppo alto e quasi una persona su tre è aumentata di peso nell'ultimo anno.

La dieta per ridurre o controllare il peso è praticata solo dal 34% delle persone in eccesso ponderale, mentre è più diffusa la pratica di un'attività fisica moderata (72%).

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.

Rilevante risulta inoltre il consiglio ed il sostegno del Medico di Medicina Generale, spesso il primo operatore a confrontarsi con il problema legato al peso del proprio assistito.