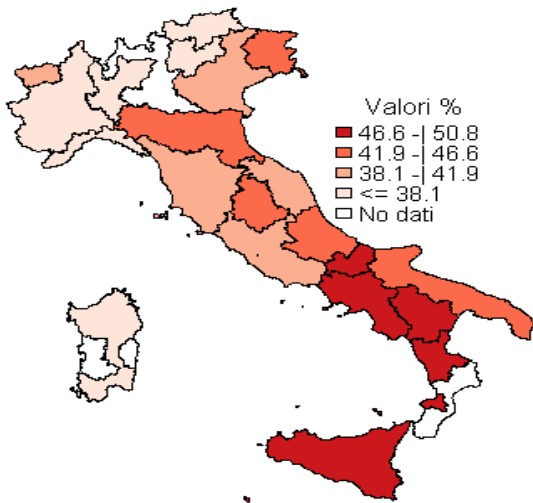


## Situazione nutrizionale e abitudini alimentari nella ASL Roma D

I dati del sistema di sorveglianza PASSI 2008-2011

a cura di Rosanna Trivellini  
Domenico Follacchio

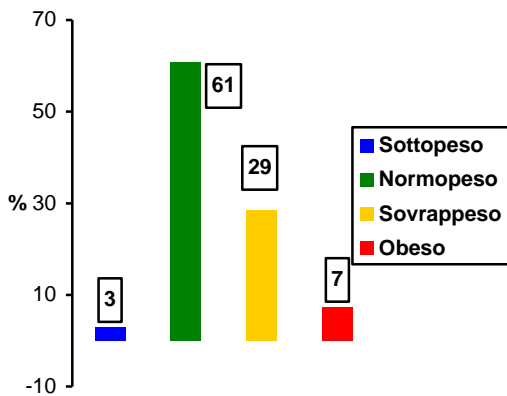


Lo stato nutrizionale è un determinante importante delle condizioni di salute di una popolazione; l'eccesso di peso rappresenta un fattore di rischio rilevante per le principali patologie croniche (cardiopatie ischemiche, alcuni tipi di neoplasia, ictus, ipertensione, diabete mellito) ed è correlato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

In base al valore dell'Indice di Massa Corporea (*Body Mass Index* o BMI), calcolato dividendo il peso in kg per la statura in metri elevata al quadrato, le persone vengono classificate in 4 categorie: sottopeso (BMI <18,5), normopeso (BMI 18,5-24,9), sovrappeso (BMI 25,0-29,9), obeso (BMI ≥ 30).

La somma dei soggetti sovrappeso e obesi costituisce la quota di popolazione in eccesso ponderale.

Persone in eccesso ponderale in Italia (%)



Situazione nutrizionale della popolazione(%)  
ASL Roma D - PASSI 2008-11 (n=1056)

Popolazione con eccesso ponderale  
ASL Roma D - PASSI 2008-11 (n=1056)

Caratteristiche	Sovrappeso %	Obesi %
<b>Totale</b>	<b>28,5</b>	<b>7,4</b>
<b>Classi di età</b>		
18 – 34 aa	12,7	3,7
35 – 49 aa	30,8	4,8
50 – 69 aa	37,1	12,6
<b>Sesso</b>		
uomini	36,4	8,4
donne	21,4	6,5
<b>Istruzione</b>		
nessuna/elementare	40	16,4
media inferiore	32,8	12,3
media superiore	26,7	6,1
laurea	25,1	2,2
<b>Difficoltà economiche</b>		
molte	29,3	8,3
qualche	30,8	8
nessuna	26,5	6,7

## La situazione nutrizionale nel territorio della ASL Roma D

Sulla base dei dati PASSI raccolti da un campione statisticamente significativo di 1056 persone tra i 18 e i 69 anni nel periodo 2008-2011, nella ASL Roma D quasi il 36 % della popolazione risulta essere di peso superiore alla norma: circa il 29 % è sovrappeso e più del 7 % è obeso.

L'eccesso ponderale è più frequente nei soggetti adulti (50-69 anni) rispetto ai giovani (49,7% vs. 16,42%). Gli uomini sono in sovrappeso/obesi in percentuale maggiore rispetto alle donne (44,8 % vs. 27,9%).

Tra i soggetti con basso livello di istruzione ben il 50,8% risulta essere sovrappeso/obeso rispetto ai livelli di cultura maggiore, in particolare rispetto ai laureati (tra i quali solo il 27,3% è sovrappeso/obeso).

La popolazione sovrappeso sembra essere meno diffusa fra chi dichiara di non avere difficoltà economiche mentre tale differenza non si evidenzia considerando i soli obesi.

Nel 2010 secondo gli ultimi dati disponibili, nella Regione Lazio e nelle ASL partecipanti al sistema PASSI a livello nazionale, la percentuale di intervistati che ha presentato un eccesso ponderale è stata, rispettivamente, del 41% (30% in sovrappeso e 11% obesi) e del 42% (32% in sovrappeso e 10% obesi).



## Peso e percezione del peso

Nonostante sia nota una lieve sottostima nell'eccesso ponderale rilevato con indagini telefoniche, nella ASL Roma D più di una persona adulta su tre presenta un eccesso di peso.

La percezione del proprio peso inoltre non sempre coincide con il valore di BMI calcolato sulla base di peso ed altezza riferiti dagli stessi intervistati: nella ASL Roma D si osserva un'alta coincidenza tra percezione del proprio peso e BMI negli obesi (89,7%) e nei normopeso (89,2%); tra le persone in sovrappeso invece ben il 45,8% ritiene il proprio peso giusto.

## Consumo di frutta e verdura

Ad alcuni alimenti è riconosciuto un ruolo protettivo nel mantenimento dello stato di benessere: 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: le raccomandazioni internazionali raccomandano il consumo di almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno ("five a day").

Nella ASL Roma D il 97,8% degli intervistati ha dichiarato di mangiare frutta e verdura almeno una volta al giorno: il 52,1% ha riferito di mangiare 3-4 porzioni al giorno e solo il 8,3% le 5 porzioni raccomandate. Non risultano invece differenze significative nelle diverse fasce di età, tra uomini e donne e per livello di istruzione.



## I consigli degli operatori sanitari: dieta ed attività fisica



La dieta per ridurre o controllare il peso è praticata solo dal 29,3% delle persone in eccesso ponderale, mentre è più diffusa la pratica di un'attività fisica moderata (61,4,3%).

Nella ASL Roma D ben il 68% 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 60,8% delle persone in sovrappeso e il 93,6% delle persone obese.

## Conclusioni

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.

Una particolare attenzione nei programmi preventivi va posta, oltre che alle persone francamente obese, anche nei confronti delle persone in sovrappeso. In queste fasce di popolazione emerge una sottostima del rischio per la salute legata al proprio peso.

In tutti i casi, risultano essere rilevanti 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.

### **Che cos'è il sistema di sorveglianza PASSI?**

*PASSI (Progressi delle aziende sanitarie per la salute in Italia) è un sistema di sorveglianza della popolazione adulta. L'obiettivo è stimare la frequenza e l'evoluzione dei fattori di rischio per la salute, legati ai comportamenti individuali, oltre alla diffusione delle misure di prevenzione. Tutte le 21 Regioni o Province Autonome hanno aderito al progetto. Un campione di residenti di età compresa tra 18 e 69 anni viene estratto con metodo casuale dagli elenchi delle anagrafi sanitarie. Personale delle Asl, specificamente formato, effettua interviste telefoniche (circa 25 al mese per Asl) con un questionario standardizzato. I dati vengono poi trasmessi in forma anonima via internet e registrati in un archivio unico nazionale. A tutto dicembre 2010, sono state svolte complessivamente oltre 130 mila interviste. Per maggiori informazioni, visita il sito [www.epicentro.iss.it/passi](http://www.epicentro.iss.it/passi).*

