

## Obesity Day 2012

### Asl Milano

*10 ottobre 2012* - I dati Passi mostrano che circa il 30% della popolazione adulta dell'Asl di Milano è in eccesso ponderale, a fronte del 42% a livello nazionale. La dieta per ridurre o controllare il peso è praticata solo dal 34% dei soggetti in eccesso ponderale mentre è più diffusa la pratica di un'attività fisica moderata (72%). Solo il 10% della popolazione adulta, ad esempio, mangia le 5 porzioni giornaliere di frutta e verdura raccomandate.

Per raggiungere la popolazione adulta con interventi volti a prevenire l'obesità e promuovere corretti stili di vita, la Asl di Milano ha avviato azioni in ambito lavorativo, in particolare presso le amministrazioni comunali e grandi aziende dove vengono svolti sia interventi che agiscono sull'ambiente di lavoro (presenza di frutta e/o verdura fresca nei distributori automatici, promozione dell'uso delle scale, ecc) sia attività di tipo informativo nei riguardi dei lavoratori.

In uno di questi interventi si è rilevata una frequente discrepanza tra lo stile di vita riferito dai dipendenti e il reale stato di salute, come peraltro evidenziato dai dati Passi, che ha reso necessario interventi di sensibilizzazione. Per esempio, nell'ambito del progetto, "[Star bene? È una questione di stili di vita](#)", condotto all'interno di alcune grandi aziende milanesi, vengono implementate azioni volte ad accrescere le conoscenze e la consapevolezza in materia di corretta alimentazione e scelte alimentari salutari.