

La popolazione diabetica adulta nella Regione Marche

Prevalenza del diabete

Secondo i dati del sistema di sorveglianza Passi il **4,2%** degli adulti 18-69enni intervistati nel periodo 2009-2014 nella Regione Marche ha riferito di aver avuto diagnosi di diabete da parte di un medico.

Il diabete è più diffuso nelle persone più anziane (9,4% di prevalenza nei 50-69enni), in quelle con basso livello di istruzione (7,2%), con difficoltà economiche (5,3%) e nelle persone in eccesso ponderale in particolare negli obesi (12,9%); l'analisi logistica multivariata conferma l'associazione fra diabete e queste caratteristiche.

Diabete

Differenze di prevalenza rispetto al pool di ASL
Pool di ASL Passi 2009-2013: **4,5%** (IC95%: 4,4-4,6%)



■ % significativamente superiore al pool
■ % non significativamente diversa dal pool
■ % significativamente inferiore al pool

Compresenza di altre patologie croniche e di fattori di rischio

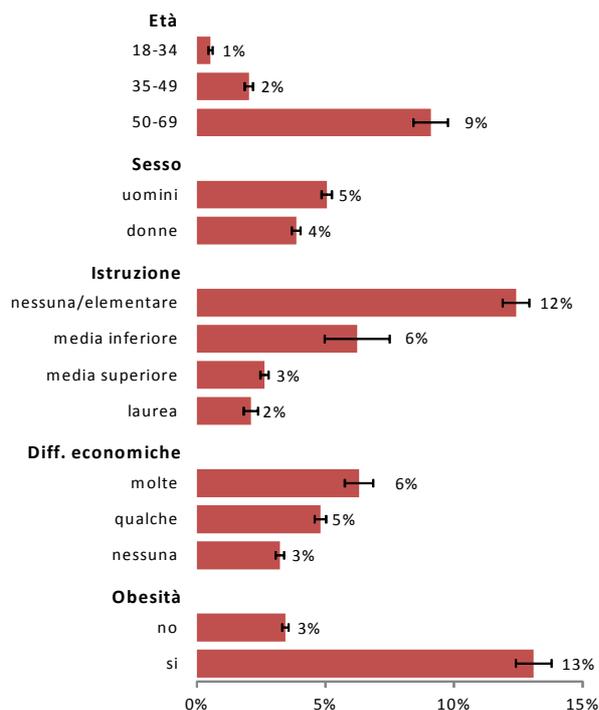
L'analisi dei fattori di rischio nella popolazione diabetica mostra la presenza simultanea di altre patologie croniche e importanti fattori di rischio cardiovascolare.

In particolare, nei diabetici ricorrono più frequentemente ipertensione, ipercolesterolemia, obesità e sedentarietà rispetto alla popolazione non diabetica.

Sebbene tra le persone con diabete l'abitudine al fumo di sigaretta sia più bassa che tra i non diabetici, la frequenza del comportamento si attesta su un valore comunque elevato.

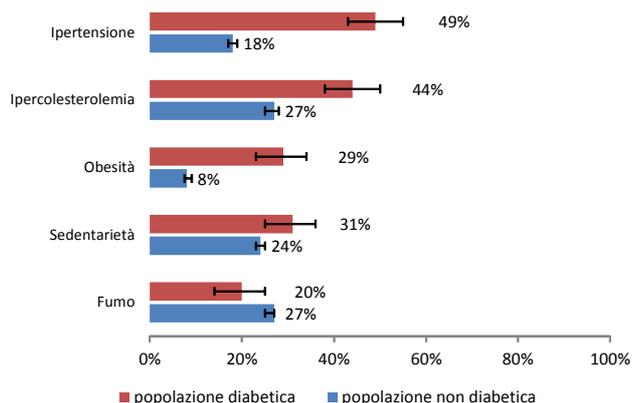
Diabete

Prevalenze per caratteristiche socio-demografiche
Regione Marche PASSI 2009-2014: **4,2%** (IC95%: 3,7-4,7%)
(n=7.091)



Nel pool di ASL Passi, si osserva un gradiente Nord-Sud a sfavore delle Regioni meridionali: Nord 3,7%, Centro 4,5%, Sud e Isole 5,2%. La prevalenza più alta si registra in Calabria (6%), mentre quella più bassa nella P.A. di Bolzano (2,4%)

Fattori di rischio e altre patologie croniche nei diabetici Regione Marche - PASSI 2009-2014



Controllo del colesterolo e della pressione arteriosa

Pool di Asl Passi 2009-14

| | |
|---|-------|
| Diabetici che hanno misurato la colesterolemia negli ultimi 12 mesi | 87,1% |
|---|-------|

| | |
|--|-------|
| Diabetici che hanno misurato la pressione arteriosa negli ultimi 12 mesi | 89,9% |
|--|-------|

Contrasto all'eccesso ponderale e alla sedentarietà

Pool di Asl Passi 2009-14

| | |
|---|-------|
| Diabetici in eccesso ponderale che seguono una dieta per perdere peso | 43,4% |
|---|-------|

| | |
|--|-------|
| Diabetici in eccesso ponderale che hanno diminuito il peso di almeno 2 kg negli ultimi 12 mesi | 27,8% |
|--|-------|

| | |
|--|-------|
| Diabetici che fanno attività fisica moderata o intensa aderendo alle linee guida * | 25,7% |
|--|-------|

*Adesione alle linee guida: 30 minuti di attività moderata per almeno 5 giorni alla settimana, e/o attività intensa per più di 20 minuti per almeno 3 giorni settimanali.

Attività fisica moderata: attività fisica che per quantità, durata e intensità comporta un leggero aumento della respirazione e del battito cardiaco o un po' di sudorazione, come per esempio camminare a passo sostenuto, andare in bicicletta, fare ginnastica dolce, ballare, fare giardinaggio o svolgere lavori in casa come lavare finestre o pavimenti. **Attività fisica intensa:** attività fisica che per quantità, durata e intensità provoca grande aumento della respirazione e del battito cardiaco o abbondante sudorazione, come per esempio correre, pedalare velocemente, fare ginnastica aerobica o sport agonistici.

Consigli ai diabetici

da parte di medici e operatori sanitari

Pool di Asl Passi 2009-14

| | |
|--|-------|
| Consiglio di fare regolare attività fisica | 63,2% |
|--|-------|

| | |
|---|-------|
| Consiglio di perdere peso (ai sovrappeso/obesi) | 79,0% |
|---|-------|

| | |
|---------------------------------|-------|
| Consiglio di smettere di fumare | 95,8% |
|---------------------------------|-------|

Monitoraggio del colesterolo e della pressione arteriosa

Tra le raccomandazioni per il controllo del diabete è previsto il monitoraggio della colesterolemia e della pressione arteriosa. Secondo i dati Passi la maggior parte della popolazione diabetica aderisce a tali raccomandazioni.

Contrasto ai comportamenti a rischio

Azioni efficaci di contrasto al diabete sono rappresentate dall'adesione a un regime alimentare controllato e dallo svolgimento regolare di attività fisica.

Tra la popolazione diabetica in eccesso ponderale della Regione Marche, il 43,4% segue una dieta al momento dell'intervista e il 27,8% ha perso almeno 2 kg nell'ultimo anno.

Il 25,7% delle persone con diabete svolge un'attività fisica moderata o intensa.

Consigli di medici e operatori sanitari

6 diabetici su 10 (63,2%) dichiarano di aver ricevuto negli ultimi 12 mesi il consiglio, da un medico o da altro operatore sanitario, di fare regolare attività fisica.

Il 79,0% dei diabetici in eccesso ponderale ha invece ricevuto il suggerimento di perdere peso.

Infine, il 95,8% dei diabetici fumatori ha ricevuto il consiglio di smettere di fumare.

Conclusioni

Anche nella regione Marche la patologia diabetica è una condizione che riguarda soprattutto la fascia sociale più svantaggiata, cioè le persone con difficoltà economiche e con basso livello di istruzione. La compresenza di ulteriori condizioni di rischio cardiovascolare quali l'ipertensione, ipercolesterolemia, l'obesità, la sedentarietà e l'abitudine al fumo di sigaretta, contribuisce ad aumentare il rischio di complicanze micro e macrovascolari.

Fra le azioni volte a modificare gli stili di vita, prevalgono l'attività fisica e la dieta ipocalorica anche se la riduzione duratura del peso corporeo è un obiettivo raggiunto in un diabetico sovrappeso/obeso su quattro.

Complessivamente, l'informazione e l'educazione dei pazienti per la promozione di stili di vita sani sembra un'area suscettibile di miglioramento.

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 dei Dipartimenti di Prevenzione delle Aree Vaste ASUR, specificamente formato, effettua interviste telefoniche (circa 25 al mese per AV) con un questionario standardizzato. I dati vengono poi trasmessi in forma anonima via internet e registrati in un archivio unico nazionale. Per maggiori informazioni, visita il sito www.epicentro.iss.it/passi.

A cura di: Fabio Filippetti, Cristina Mancini, Francesca Polverini - Osservatorio Epidemiologico Regionale, Agenzia Regionale Sanitaria della Regione Marche - per la Rete Epidemiologica delle Marche (coordinamento territoriale PASSI)