

# Eccesso ponderale: sovrappeso e obesità

La popolazione mondiale sta diventando sempre più grassa. L'Indice di Massa Corporea (IMC), una misura del peso in relazione all'altezza, è comunemente usato per classificare sovrappeso e obesità: un IMC  $\geq 25$  indica che una persona è in sovrappeso mentre quando raggiunge o supera il 30 indica obesità.

Nelle donne un IMC pari a 21 può essere associato alla più grande protezione dalla morte per patologia coronarica.

I fumatori obesi vivono 14 anni in meno dei non fumatori normopeso.

In Italia il 42% della popolazione adulta è in eccesso ponderale; in Liguria questa percentuale è pari al 38%.

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.

L'obesità ha un impatto notevole anche sui costi: la regione Liguria, nel solo 2010, ha sostenuto un costo di circa 4.000.000 di € per ricoveri ospedalieri per/associati a obesità.

Fonte: Datawarehouse Regione Liguria 2010  
La dieta mediterranea, riconosciuta patrimonio UNESCO dal 2010, aumenterebbe dell'11% la mobilità degli spermatozoi, e quindi la fertilità maschile.

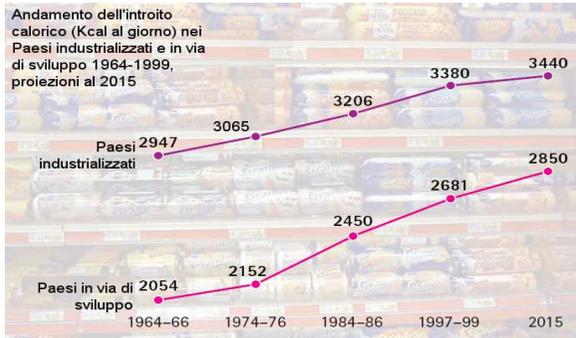
Fonte: Harvard School of Public Health

## Alcune curiosità...

Se da una parte l'obesità rappresenta un problema mondiale, per le aziende diventa un'opportunità per ricavare maggiori guadagni con prodotti extralarge. In una società di "grandi taglie" c'è chi fa grandi affari: sedie di teatri e stadi, abitacoli delle auto, poltrone degli aerei, camerini, bilance, barelle, bare e loculi sono solo alcuni dei prodotti che adattano le loro dimensioni a quelle della popolazione. L'animale domestico rispecchia le cattive abitudini del padrone: in Italia il 15% dei gatti e il 18% dei cani che vivono stabilmente in famiglia sono sovrappeso o obesi (circa 3 milioni di animali).

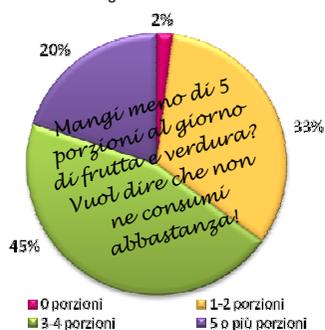
Fonte: Telefono Amico AIDAA (Associazione Italiana Difesa Animali e Ambiente)

Tratto da: WHO-The Atlas of Heart Disease and Stroke



Fonte: WHO-The Atlas of Heart Disease and Stroke

## Consumo di frutta e verdura Liguria - Passi 2010



La "forma a mela" ha un rischio cardiovascolare maggiore rispetto alla "forma a pera"

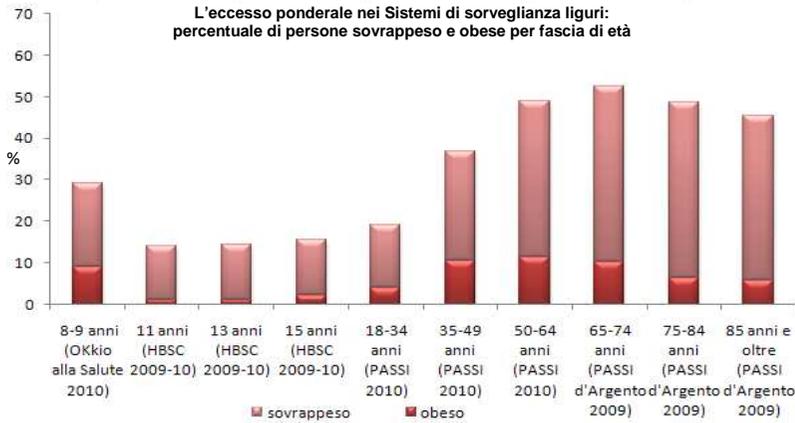
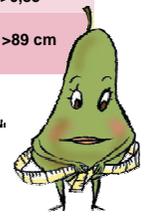
Un rapporto vita-fianchi di 0,91 e oltre è associato ad un rischio circa 3 volte maggiore di malattia coronarica

Il rischio cardiovascolare è aumentato se:

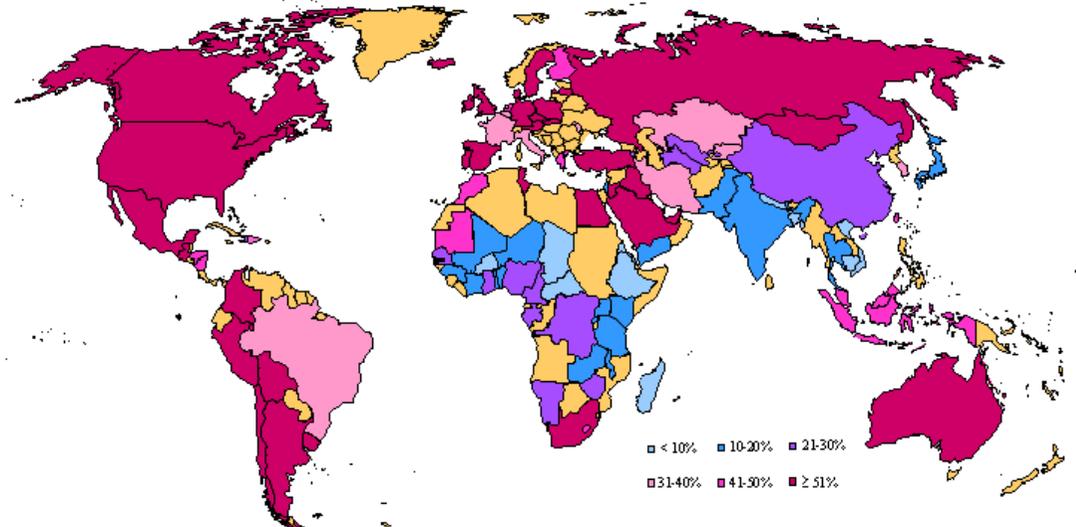
	Uomini	Donne
Rapporto vita-fianchi	>0,90	>0,85
Girovita	>101 cm	>89 cm



Per maggiori dati sui tassi di obesità negli Stati Uniti, visitate il sito della Weight Watchers campaign of the British Diabetic Association.

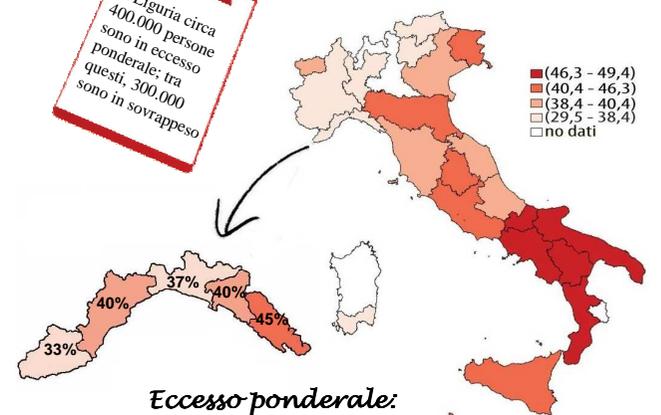


Percentuale di persone in eccesso ponderale (sovrappeso + obese) © B.Popkin 2009



In Liguria circa 400.000 persone sono in eccesso ponderale; tra questi, 300.000 sono in sovrappeso

## Eccesso ponderale 18-69 anni Pool Asl - PASSI 2010



Eccesso ponderale: Liguria: 38% Italia: 42%



A cura del Gruppo Tecnico PASSI-Liguria