

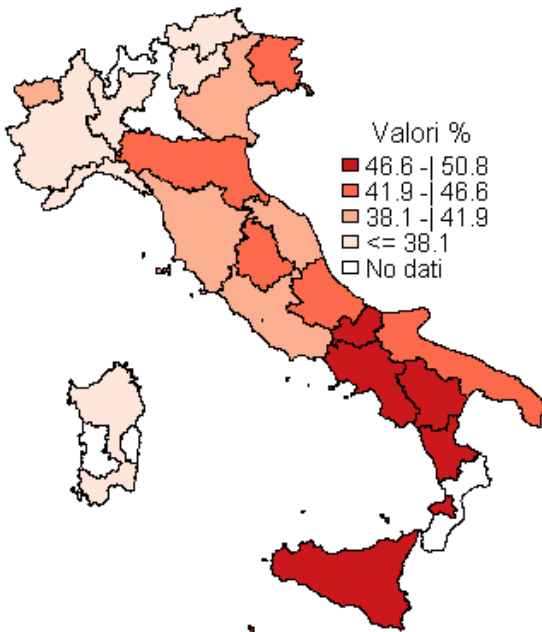


Situazione nutrizionale e abitudini alimentari nella ASL Roma D

I dati del sistema di sorveglianza PASSI 2007-2010

a cura di Rosanna Trivellini e Domenico Follacchio

Persone in eccesso ponderale in Italia (%)

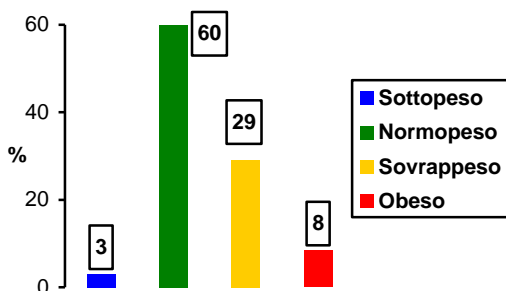


Lo stato nutrizionale è un determinante importante delle condizioni di salute di una popolazione; l'eccesso di peso rappresenta un fattore di rischio rilevante per le principali patologie croniche (cardiopatie ischemiche, alcuni tipi di neoplasia, ictus, ipertensione, diabete mellito) ed è correlato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

Situazione nutrizionale della popolazione (%) ASL Roma D - PASSI 2007-10 (n=802)



Popolazione con eccesso ponderale ASL Roma D - PASSI 2007-10 (n=802)

Caratteristiche	Sovrappeso %	Obesi %
Totale	29,1	8,4
Classi di età		
18 – 34 aa	15,9	4,3
35 – 49 aa	30,9	6,6
50 – 69 aa	36,6	13,1
Sesso		
uomini	37,8	10,4
donne	21,4	6,6
Istruzione		
nessuna/elementare	40,9	22,7
media inferiore	32,8	13,1
media superiore	27,9	6,2
laurea	23,6	3,6
Difficoltà economiche		
molte	27,7	8,9
qualche	33,4	8,3
nessuna	25,7	8,3

La situazione nutrizionale nel territorio della ASL Roma D

Sulla base dei dati PASSI raccolti da un campione statisticamente significativo di 802 persone tra i 18 e i 69 anni nel periodo 2007-2010, nella ASL Roma D quasi il 40 % della popolazione risulta essere di peso superiore alla norma: circa il 30 % è sovrappeso e più dell'8 % è obeso.

L'eccesso ponderale è più frequente nei soggetti adulti (50-69 anni) rispetto ai giovani (49,7% vs. 20,2%). Gli uomini sono in sovrappeso/obesi in percentuale maggiore rispetto alle donne (48,2 % vs. 28%).

Tra i soggetti con basso livello di istruzione ben il 63,6% risulta essere sovrappeso/obeso rispetto ai livelli di cultura maggiore, in particolare rispetto ai laureati (tra i quali solo il 27,2% 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, 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 due persone adulte su cinque presentano un eccesso ponderale.

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 (92,6%) e nei normopeso (84,6%); tra le persone in sovrappeso invece ben il 29,7% ritiene il proprio peso giusto e il 2,2% troppo basso.

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 97,5% degli intervistati ha dichiarato di mangiare frutta e verdura almeno una volta al giorno: il 45,8% ha riferito di mangiare 3-4 porzioni al giorno e solo il 10,1% le 5 porzioni raccomandate. Tale percentuale sale al 20% nelle persone che riferiscono "molte difficoltà economiche".

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 29,7% delle persone in eccesso ponderale, mentre è più diffusa la pratica di un'attività fisica moderata (60,3%).

Nella ASL Roma D ben il 66,3% 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 58,1% delle persone in sovrappeso e il 92,5% 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.

