



REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA  
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

ASSESSORADU DE S'IGIENE E SANIDADE E DE S'ASSISTÈNZIA SOTZIALE  
ASSESSORATO DEL 'IGIENF F SANITA' F DFI I 'ASSISTENZA SOCIALE

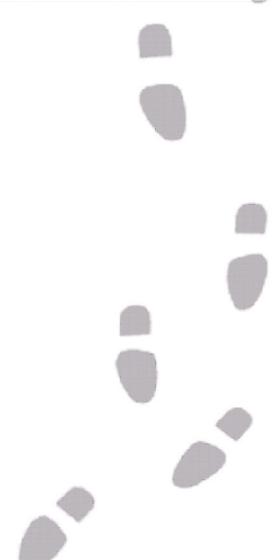


Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia

# Sistema di sorveglianza Passi

## Stato nutrizionale e abitudini alimentari

### Sardegna Quadriennio 2010-2013



A cura del coordinatore regionale del sistema di sorveglianza PASSI e PDA  
Dr. Francesco Macis, Osservatorio Epidemiologico Umato Regionale.  
Ha collaborato l'Ing. Marco Durzu, Funzionario Settore Sistemi Informativi.

Si ringraziano:

- I Coordinatori Aziendali per il loro prezioso lavoro, che hanno condotto e coordinato le interviste nelle Aziende Sanitarie Locali: Maria Caterina Sanna, Maria Cappai, Maria Adelia Aini, Maria Antonietta Atzori, Ugo Stocchino, Rosa Murgia, Francesco Silvio Congiu, Giuseppe Pala, Mario Saturnino Floris
- Il gruppo tecnico nazionale che ha predisposto il modello di rapporto ed i piani di analisi dei dati
- Gli operatori ASL che hanno contribuito alla conduzione delle interviste PASSI
- I medici di Medicina Generale che hanno cooperato con le ASL
- Tutte le persone intervistate, che ci hanno generosamente dedicato tempo e attenzione.

La sorveglianza PASSI è condotta sotto l'egida di istituzioni sanitarie nazionali, regionali e locali:

- Ministero della Salute
- Centro Nazionale per il Controllo delle Malattie – CCM
- Centro nazionale di epidemiologia, sorveglianza e promozione della salute, Istituto Superiore di Sanità
- Direttori generali e Direttori sanitari delle ASL
- Direttori dei Dipartimenti di Prevenzione
- Medici di Medicina Generale

Informazioni, approfondimenti e pubblicazioni regionali PASSI sono disponibili al sito:  
[www.epicentro.iss.it/passi](http://www.epicentro.iss.it/passi)

# Stato nutrizionale e abitudini alimentari

La situazione nutrizionale di una popolazione è un determinante importante delle sue condizioni di salute. In particolare l'eccesso di peso, favorendo l'insorgenza o l'aggravamento di patologie preesistenti, riduce la durata della vita e ne peggiora la qualità.

In genere il grasso in eccesso si riflette nell'eccesso di peso, ma non sempre un peso eccessivo è dovuto esclusivamente al grasso, ad esempio anche l'aumento di massa muscolare fa aumentare il peso. Stimare la quantità di tessuto adiposo e determinare quanto esso influenzi lo stato di salute non è comunque facile. Quindi, per diagnosticare una condizione di obesità occorre valutare se l'eccedenza di peso è attribuibile al grasso e stimare la proporzione del grasso che può rappresentare un rischio per la salute.

In Italia, come nella gran parte dei Paesi a medio e alto reddito, l'eccesso ponderale è uno dei principali fattori che sostengono l'aumento delle malattie croniche non trasmissibili. Per questo, si compiono molti sforzi per monitorare l'andamento dell'eccesso ponderale nei bambini, negli adulti e nella terza età.

Le persone vengono classificate in 4 categorie in base al valore dell'Indice di massa corporea (IMC), calcolato dividendo il peso in kg per la statura in metri elevata al quadrato: sottopeso (IMC <18,5), normopeso (IMC 18,5-24,9), sovrappeso (IMC 25,0-29,9), obeso (IMC ≥ 30).

Ad alcuni alimenti è riconosciuto un ruolo protettivo: 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: l'adesione alle raccomandazioni internazionali prevede il consumo di almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno (*five-a-day*).

**Situazione nutrizionale e consumo di frutta e verdura – Regione Sardegna – PASSI 2010–13 (n=4.047)**

	% (IC95%)
Popolazione in eccesso ponderale	
<i>sovrappeso</i> <sup>1</sup>	27,4 (25,9-28,9)
<i>obesi</i> <sup>2</sup>	9,9 (8,9-10,9)
Consigliato di perdere peso da un medico o operatore sanitario <sup>3</sup>	
<i>sovrappeso</i>	53,3 (49,9-43,3)
<i>obesi</i>	85,3 (81,4-89,3)
Adesione al <i>five-a-day</i>	13,4 (12,3-14,6)

<sup>1</sup> sovrappeso = indice di massa corporea (Imc) compreso tra 25 e 29,9

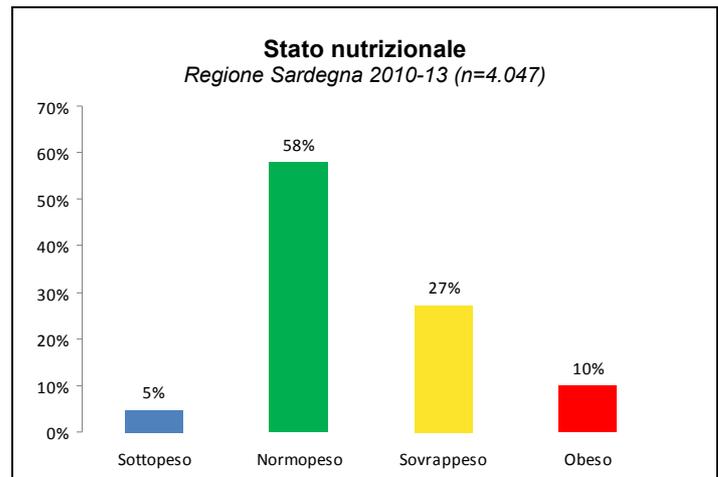
<sup>2</sup> obeso = indice di massa corporea (Imc) ≥30

<sup>3</sup> tra coloro che sono stati dal medico negli ultimi 12 mesi

## Qual è lo stato nutrizionale della popolazione?

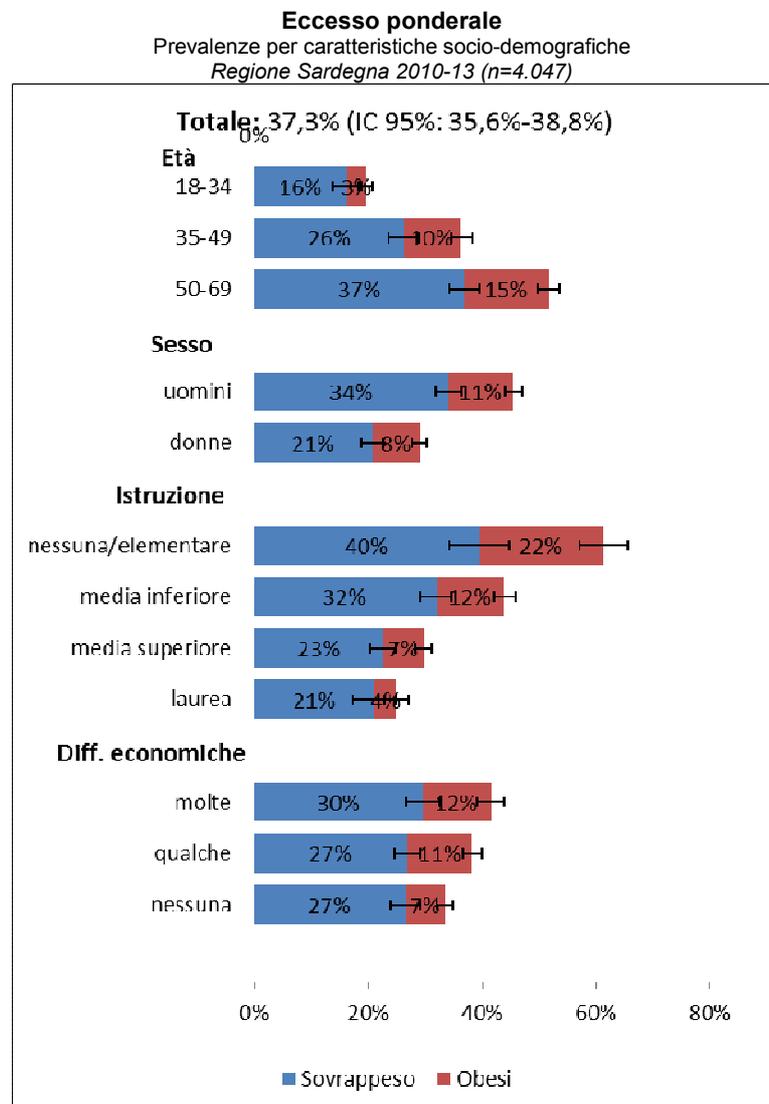
In Sardegna il 5% delle persone intervistate risulta sottopeso, il 58% normopeso, il 27% sovrappeso e il 10% obeso.

Complessivamente si stima che il 37% della popolazione presenti un eccesso ponderale.



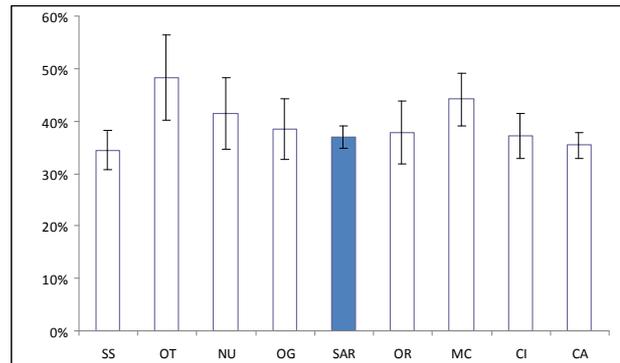
## Quante e quali persone sono in eccesso ponderale?

- L'eccesso ponderale è significativamente più frequente:
  - col crescere dell'età
  - negli uomini (45% vs 29%)
  - nelle persone con basso livello di istruzione
  - all'aumentare delle difficoltà economiche
- Analizzando, separatamente per genere, attraverso un'analisi multivariata, tutte queste caratteristiche insieme, le variabili che rimangono associate in maniera statisticamente significativa all'eccesso ponderale sono:
  - per gli uomini l'età;
  - per le donne l'età ed il livello di istruzione.

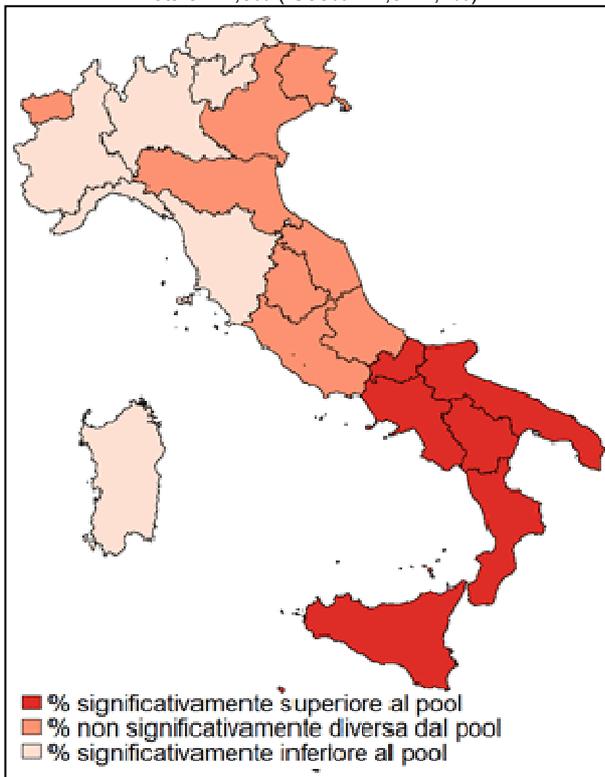


- Nelle ASL della Regione non sono emerse differenze statisticamente significative relative all'eccesso ponderale (range dal 34% di Sassari al 48% di Olbia).

**Eccesso ponderale**  
Prevalenze per ASL di residenza – Regione Sardegna 2010-13



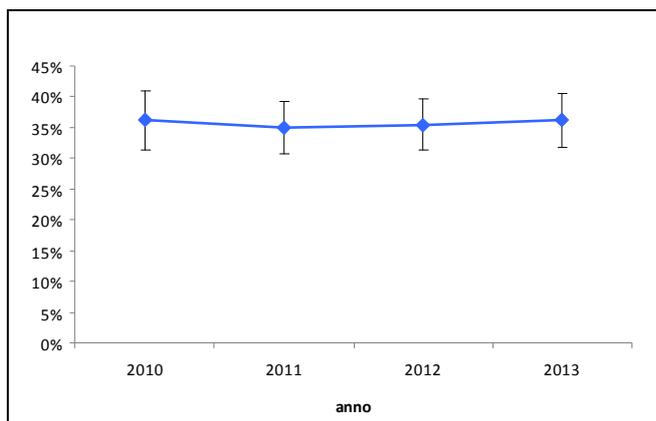
**Eccesso ponderale**  
Prevalenze per regione di residenza – Pool di ASL 2010-13  
Totale: 41,8% (IC95%: 41,5-42,1%)



In Lombardia  
non tutte le Asl hanno partecipato alla rilevazione

- Nel pool di ASL 2010-13, la percentuale di persone in eccesso ponderale è del 42%.
- Si osservano differenze statisticamente significative nel confronto tra Regioni, con un chiaro gradiente Nord-Sud, a sfavore delle Regioni meridionali. La Provincia autonoma di Bolzano presenta la percentuale significativamente più bassa di persone in eccesso ponderale (33%), mentre in Basilicata ed in Campania si registra quella significativamente più alta (49%).

## Confronto su pool omogeneo regionale



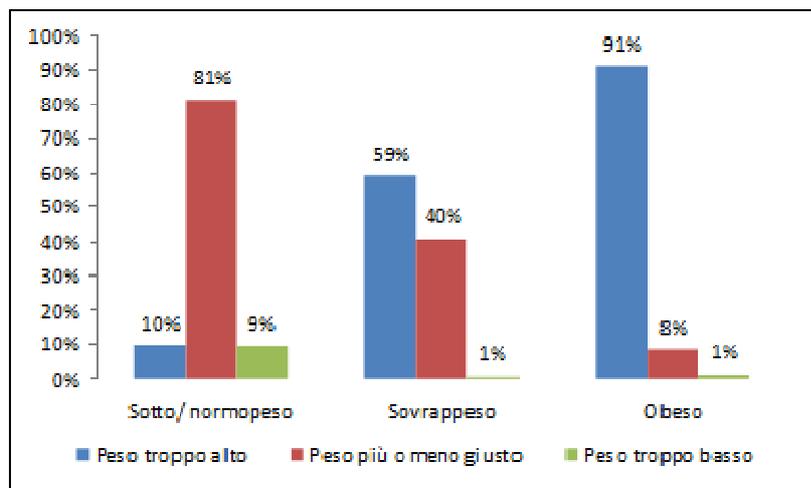
- Osservando il fenomeno per mese, nel periodo 2010-2013 a livello di pool di Asl omogeneo, non si registra una variazione statisticamente significativa della prevalenza di eccesso ponderale.

## Come considerano il proprio peso le persone intervistate?

### Autopercezione del proprio peso corporeo

Prevalenze per stato nutrizionale - Regione Sardegna 2010-13 (n=4.029)

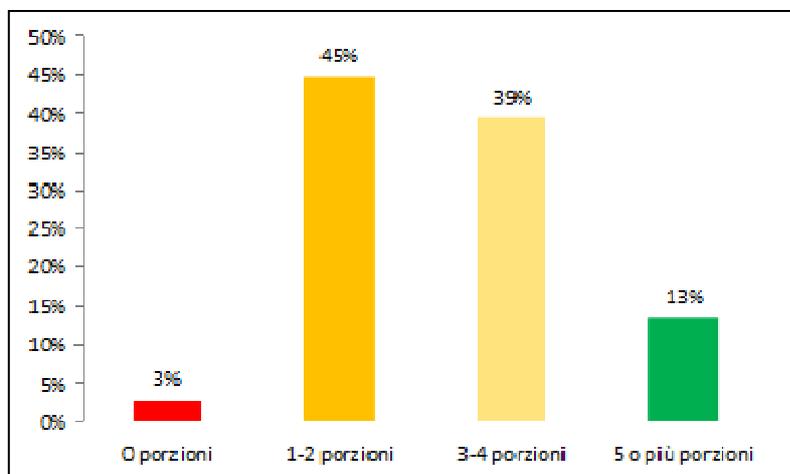
- La percezione che la persona ha del proprio peso è un aspetto importante da considerare in quanto condiziona un eventuale cambiamento nel proprio stile di vita.
- La percezione del proprio peso non sempre coincide con l'IMC calcolato sulla base di peso ed altezza riferiti dagli stessi intervistati: in Sardegna si osserva un'alta coincidenza tra percezione del proprio peso e IMC negli obesi (91%) e nei normopeso (81%); tra le persone in sovrappeso invece ben il 40% ritiene il proprio peso giusto.
- Emerge una diversa percezione del proprio peso per sesso: tra le donne normopeso il 79% considera il proprio peso più o meno giusto rispetto all'83% degli uomini, mentre tra quelle sovrappeso il 20% considera il proprio peso più o meno giusto rispetto al 53% degli uomini.



## *Quante persone mangiano almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno (“five a day”)?*

**Consumo di frutta e verdura**  
Prevalenze per porzioni consumate  
Regione Sardegna 2010-13 (n=4.064)

In Sardegna il 45% degli intervistati ha dichiarato di mangiare frutta e verdura almeno una volta al giorno: il 39% ha riferito di mangiare 3-4 porzioni al giorno e solo il 13% le 5 porzioni raccomandate.



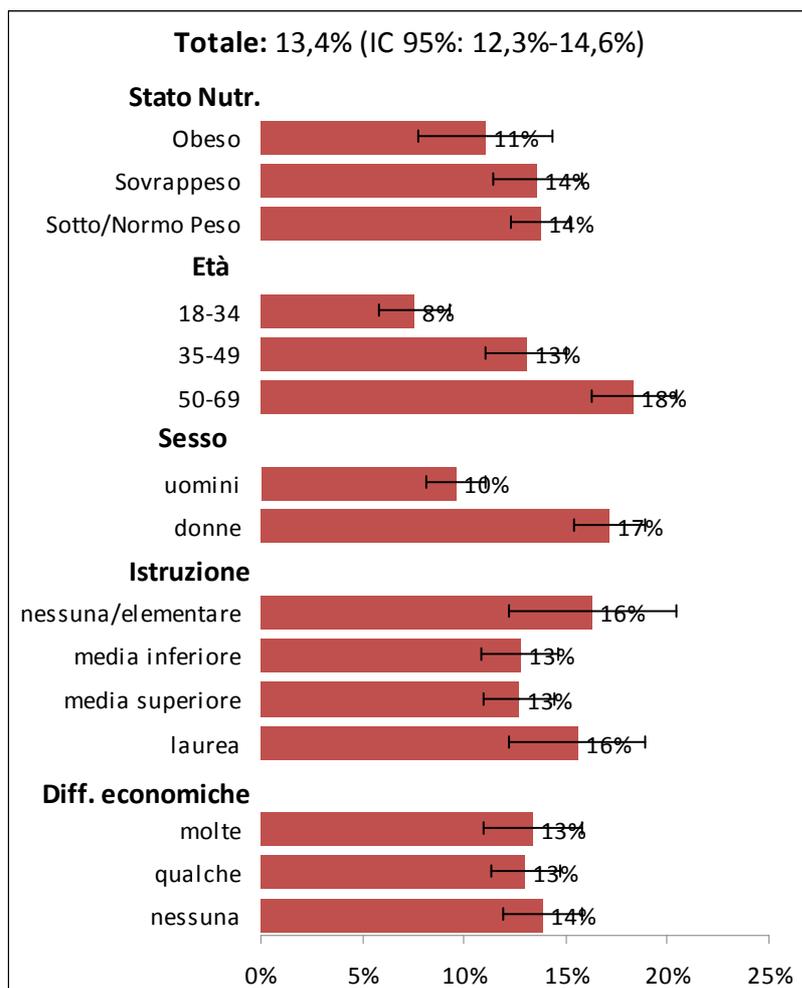
**Adesione al *five-a-day***  
Prevalenze per caratteristiche socio-demografiche  
Regione Sardegna 2010-13 (n=4.064)

L'abitudine a consumare 5 o più porzioni di frutta e verdura al giorno è più diffusa

- nelle persone sopra i 50 anni
- nelle donne
- nelle persone con alto livello d'istruzione (16%) o senza livello di istruzione (16%)
- nelle persone in sovrappeso, ma non in quelle obese.

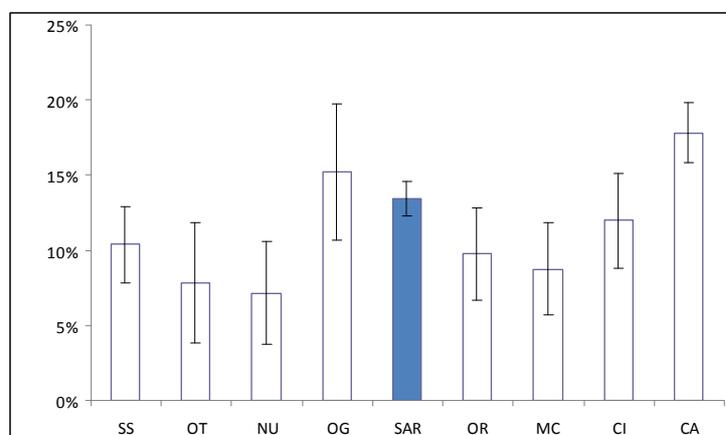
Analizzando, separatamente per genere, attraverso un'analisi multivariata, tutte queste caratteristiche insieme, le variabili che rimangono associate in maniera statisticamente significativa all'adesione al *five-a-day* sono:

- per gli uomini la classe di età più alta ed il non avere difficoltà economiche dichiarate;
- per le donne risulta significativa anche la classe di età intermedia, oltre che quella avanzata.



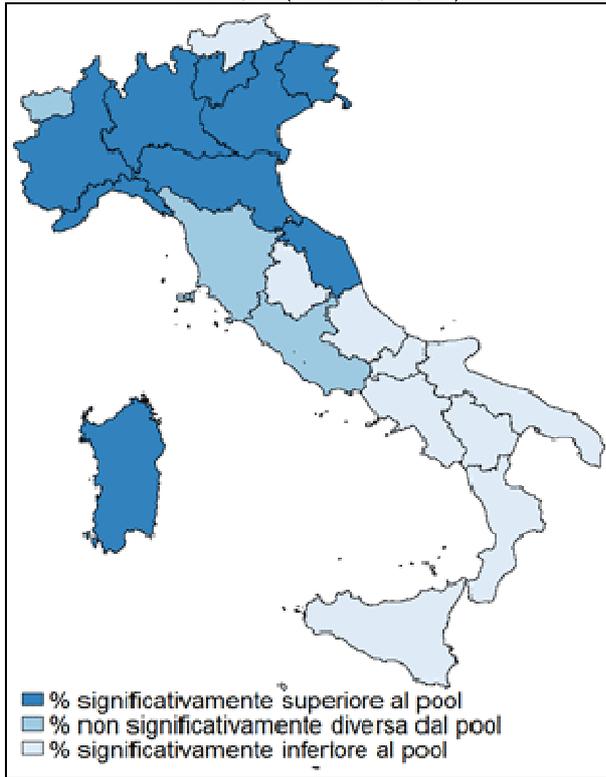
- Nelle ASL della Regione la percentuale di persone intervistate che aderisce al "*five a day*" varia dal 7% di Nuoro, valore significativamente più basso rispetto alla media regionale insieme ai valori di Olbia e Carbonia, per arrivare al 18% di Cagliari. Anch'esso stastisticamente significativo e superiore alla media regionale.

**Adesione al *five-a-day***  
Prevalenze per ASL di residenza – Regione Sardegna 2010-13



### Adesione al *five-a-day*

Prevalenze per regione di residenza – Pool di ASL 2010-13  
Totale: 9,6% (IC95%: 9,4-9,8%)



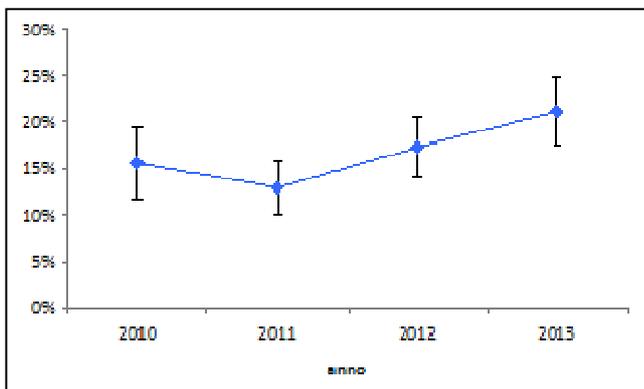
In Lombardia non tutte le Asl hanno partecipato alla rilevazione

- Nel pool di ASL 2010-13, la percentuale di intervistati che aderisce al *five-a-day* è del 10%.
- La mappa riporta le prevalenze, per Regione di residenza, dell'adesione al five a day nel periodo 2010-2013. Si osserva un chiaro gradiente Nord-Sud, con una più alta adesione prevalentemente tra i residenti nelle Regioni settentrionali: il dato significativamente più alto è quello della Liguria con il 18%, mentre il valore più basso è quello della Basilicata e della Calabria, pari al 5%.

## Confronto su pool omogeneo regionale

### Adesione al *five-a-day*

Prevalenze per anno - Regione Sardegna (pool omog.) 2010-13



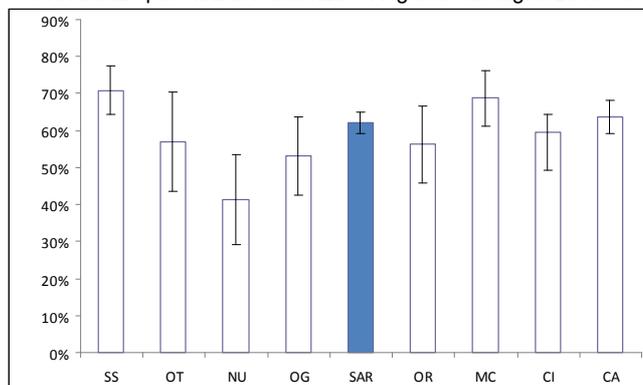
- Considerando solo le Asl che hanno partecipato alla rilevazione continuamente dal 2010 al 2013 (pool omogeneo regionale) l'esiguità dei dati non permette di avere significatività statistica, tuttavia leggendo le stime puntuali si può osservare una diminuzione costante dell'indicatore sino all'anno 2011, per poi risalire dal 2013 valori superiori a quelli riscontrati nel 2010.

## Quante persone sovrappeso/obese ricevono consigli di perdere peso dagli operatori sanitari e con quale effetto?

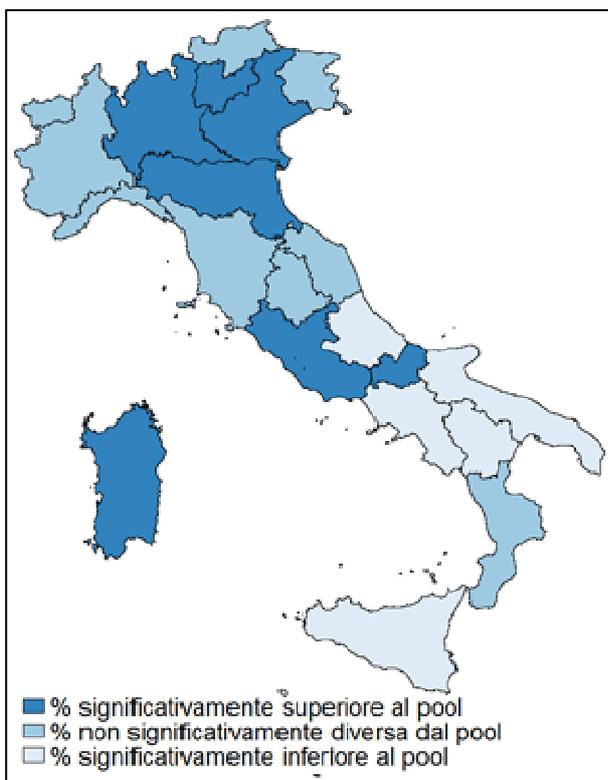
In Sardegna il 62% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di aver ricevuto il consiglio di perdere peso da parte di un medico o di un altro operatore sanitario; in particolare hanno riferito questo consiglio il 56% delle persone in sovrappeso e l'83% delle persone obese.

- Nelle ASL della Regione la percentuale di persone intervistate in eccesso ponderale che ha riferito di aver ricevuto il consiglio varia dal 41% di Nuoro al 71% di Sassari. I valori aziendali non presentano significatività statistica rispetto alla media regionale.

**Persone in eccesso ponderale che hanno ricevuto il consiglio di fare una dieta**  
Prevalenze per ASL di residenza – Regione Sardegna 2010-13



**Persone in eccesso ponderale che hanno ricevuto il consiglio di fare una dieta**  
Prevalenze per regione di residenza – Pool di ASL 2010-13  
Totale: 51,7% (IC95%: 51,2-52,3%)

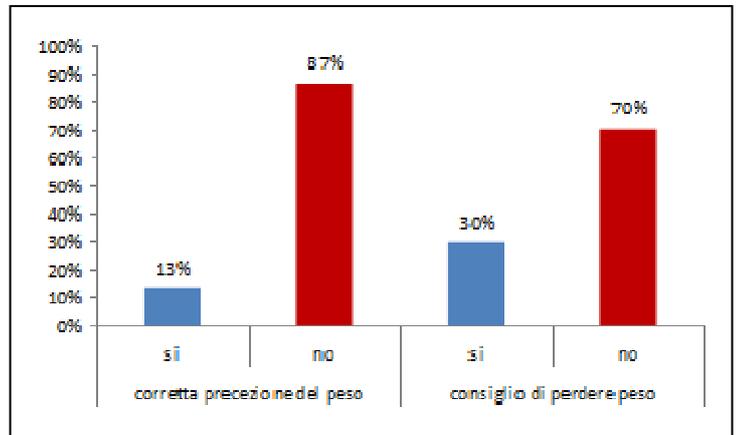


- Nel pool di ASL 2010-13, la percentuale di persone in eccesso ponderale che ha ricevuto il consiglio di fare una dieta è del 52%.
- La mappa riporta la frequenza, per Regione di residenza, di intervistati in eccesso ponderale che hanno ricevuto il consiglio di fare una dieta per perdere peso. I dati non mostrano un chiaro gradiente territoriale e il valore significativamente più basso rispetto al dato medio nazionale si registra in Basilicata (28%), mentre quello significativamente più alto si osserva nelle Asl della Sardegna (62%).

In Lombardia non tutte le ASL hanno partecipato alla rilevazione

- Il 24% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di seguire una dieta per perdere o mantenere il proprio peso (22% nei sovrappeso e 31% negli obesi).
- La proporzione di persone in eccesso ponderale che seguono una dieta è significativamente più alta:
  - nelle donne (33% vs 18% negli uomini)
  - negli obesi (31% vs 22% nei sovrappeso)
  - nelle persone che ritengono il proprio peso “troppo alto” (30%) rispetto a quelle che ritengono il proprio peso “giusto” (13%)
  - nelle persone che hanno ricevuto il consiglio da parte di un operatore sanitario (32% vs 15%).

**Attuazione di una dieta**  
 % di “sovrappeso/obesi” che attuano una dieta per auto-percezione del proprio peso e per consiglio dell'operatore sanitario  
 Regione Sardegna 2010-13

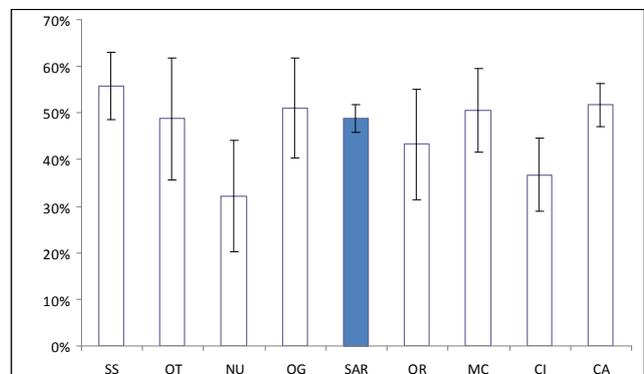


### ***Quante persone sovrappeso/obese ricevono consigli di fare attività fisica dagli operatori sanitari e con quale effetto?***

In Sardegna il 27% delle persone in eccesso ponderale è sedentario (24% nei sovrappeso e 34% negli obesi). La metà (49%) delle persone in eccesso ponderale ha riferito di aver ricevuto il consiglio di fare attività fisica da parte di un medico o di un altro operatore sanitario; in particolare hanno ricevuto questo consiglio il 46% delle persone in sovrappeso e il 56% di quelle obese. Tra le persone in eccesso ponderale pratica un'attività fisica almeno moderata il 71% delle persone che hanno riferito il consiglio ed il 73% di chi non l'ha ricevuto.

- Nelle ASL regionali, la percentuale di intervistati in eccesso ponderale che ha riferito di aver ricevuto il consiglio di fare regolare attività fisica varia dal 32% di Nuoro al 56% di Sassari. Nuoro e Carbonia, inoltre, presentano dei valori significativamente più bassi rispetto alla media regionale.

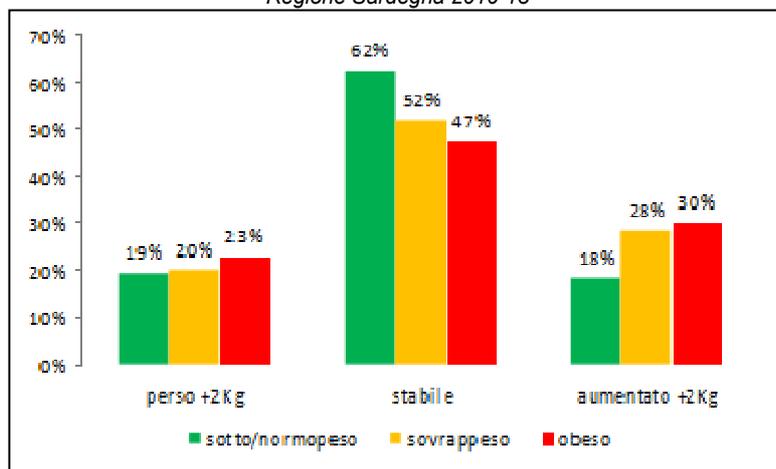
**Persone in eccesso ponderale che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica**  
 Prevalenze per ASL di residenza – Regione Sardegna 2010-13



## Quante persone hanno cambiato peso nell'ultimo anno?

- In Sardegna più di una persona su 5 (22%) ha riferito di essere aumentato di almeno 2 kg di peso nell'ultimo anno.
- La proporzione di persone aumentate di peso nell'ultimo anno è più elevata:
  - nelle persone già in eccesso ponderale (30% obesi e il 28% sovrappeso vs 18% normopeso)
  - nelle donne 25% rispetto agli uomini 19%.
  - nella fascia di età 18-34 anni (28%) rispetto a quelle più anziane (21% 35-49 anni e 20% 50-69)

**Cambiamenti di peso**  
% di persone che hanno cambiato peso negli ultimi 12 mesi  
per stato nutrizionale  
Regione Sardegna 2010-13



## Conclusioni e raccomandazioni

In letteratura è ampiamente documentata una sottostima nel rilevare la prevalenza dell'eccesso ponderale attraverso indagini telefoniche analoghe a quelle condotte nel sistema di Sorveglianza PASSI; nonostante questa verosimile sottostima, in Sardegna più di una persona adulta su tre presenta un eccesso ponderale.

Una particolare attenzione nei programmi preventivi va posta, oltre alle persone obese, alle persone in sovrappeso. In questa fascia di popolazione emerge infatti una sottostima del rischio per la salute legato al proprio peso: di queste più di una persona su tre percepisce il proprio peso come "più o meno giusto" e più di una persona su quattro è aumentata di peso nell'ultimo anno.

La dieta per ridurre o controllare il peso è praticata solo dal 24% delle persone in eccesso ponderale. Mentre il consiglio di perdere peso da parte del MMG o di altro operatore sanitario è stato del 62%, di cui il 56% per i sovrappeso e l'83% per le persone obese. Il 3% della popolazione non consuma frutta e verdura giornalmente, mentre solo il 13% assume le 5 porzioni al giorno raccomandate dalle linee guida.

Vi è ancora 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.

Rilevante risulta inoltre 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.

### Riferimenti:

<http://www.epicentro.iss.it/passi/dati/attivita.asp>

<http://www.epicentro.iss.it/passi/dati/sovrappeso.asp>