

# Stato nutrizionale e abitudini alimentari nella ASL Roma 1

## I dati del Sistema di Sorveglianza PASSI 2013-2016

R. Boggi, A. Pendenza, A. Bisti, M.A. Brandimarte, M. Napoli,  
A. Landi, M. Nappi, A. De Marchis



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 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 quattro 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).

Per quanto riguarda le abitudini alimentari, ricordiamo che 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 ASL Roma 1 - PASSI 2013-2016 (n=2.191)

	% (IC95%)
Popolazione in eccesso ponderale	
<i>sovrappeso</i> <sup>1</sup>	25,9% (24,2-27,8)
<i>obeso</i> <sup>2</sup>	6,5% (5,5-7,6)
Consigliato di perdere peso da un medico o operatore sanitario <sup>3</sup>	
<i>sovrappeso</i> <sup>1</sup>	48,9%
<i>obeso</i> <sup>2</sup>	74,4%
Adesione al "five-a-day"	8,6% (7,5-9,8)

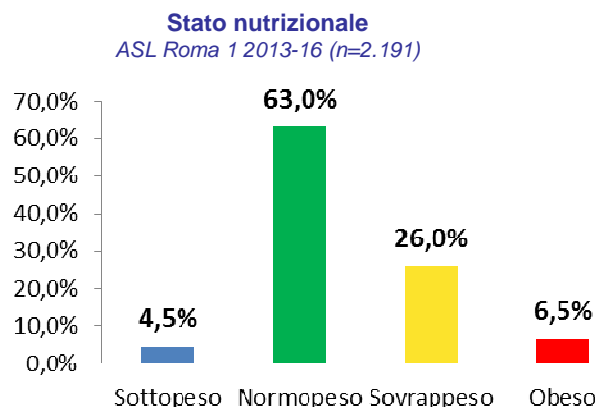
1 sovrappeso = indice di massa corporea (Imc) compreso tra 25 e 29,9

2 obeso = indice di massa corporea (Imc) ≥30

3 tra coloro che sono stati dal medico negli ultimi 12 mesi

## Qual è lo stato nutrizionale della popolazione?

- Nella ASL Roma 1 il 4,5% delle persone intervistate risulta sottopeso, il 63% normopeso, il 26% sovrappeso e il 6,5% obeso.
- Complessivamente si stima che il 32,5% della popolazione presenti un eccesso ponderale.



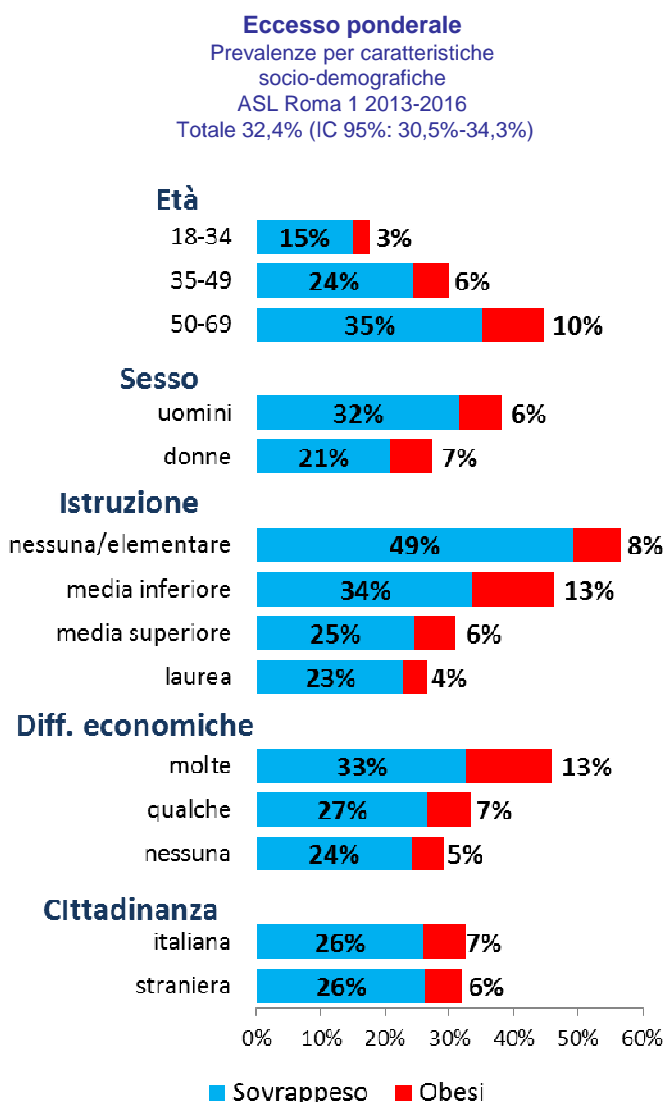
## Quante e quali persone sono in eccesso ponderale ?

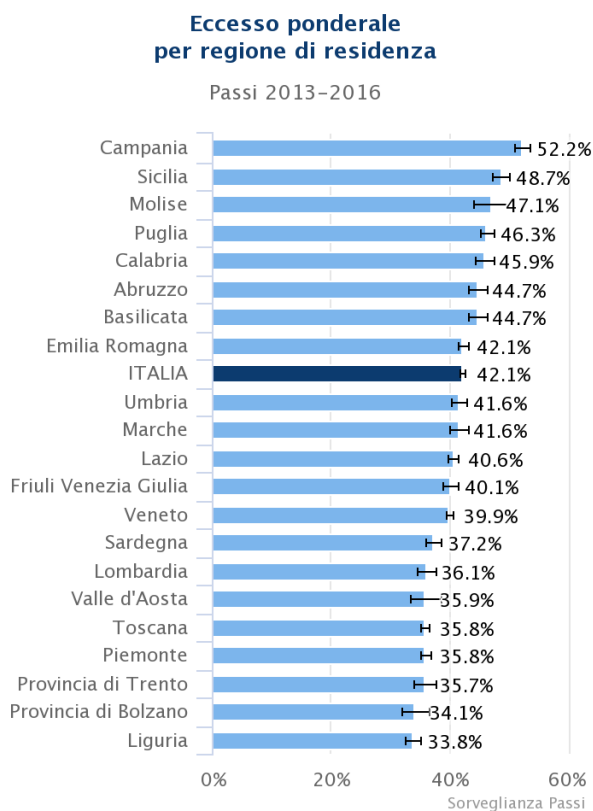
L'eccesso ponderale di una persona può avere cause genetiche ed individuali, tuttavia, dal punto di vista della sanità pubblica, i fattori di gran lunga più importanti alla base dell'aumento della prevalenza del problema negli ultimi anni sono di natura sociale ed economica.

Secondo gli esperti del centro Oms per la prevenzione dell'obesità "l'obesità risulta dalla reazione normale delle persone agli stimoli derivanti all'ambiente obesogenico nel quale si trovano a vivere". Ambiente obesogenico che risulta dalla "fornitura progressivamente crescente di alimenti gustosi, ipercalorici e a basso costo; sistemi di distribuzione commerciale efficienti che rendono questi alimenti più accessibili e metodi di marketing convincenti e sempre più pervasivi".

Nella ASL Roma 1 l'eccesso ponderale è significativamente più frequente:

- con il crescere dell'età
- negli uomini (38% vs 28%)
- nelle persone con basso livello di istruzione
- con l'aggravarsi delle condizioni economiche





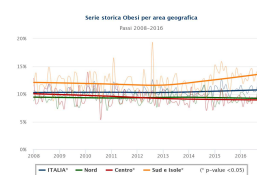
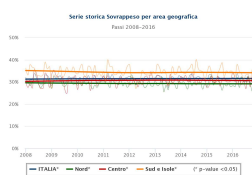
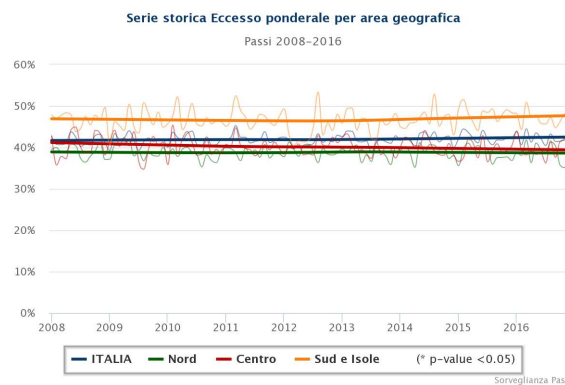
Nel pool di ASL 2013-2016, la percentuale di persone in eccesso ponderale è del 42%. Si osservano differenze statisticamente significative nel confronto tra Regioni, con un chiaro gradiente Nord-Sud, a sfavore delle Regioni meridionali. Le Asl partecipanti della Liguria presentano la percentuale significativamente più bassa di persone in eccesso ponderale (33,8%), mentre in Campania si registra quella significativamente più alta (52,2%).

## Analisi di trend sul pool di ASL

La prevalenza dell'eccesso ponderale basata su dati riferiti è sottostimata rispetto a quella calcolata su dati misurati, ma è utile per valutare i trend temporali e le differenze territoriali.

Osservando il fenomeno per mese, nel periodo 2008-2016 a livello di pool di Asl omogeneo, non si registra una variazione significativa della prevalenza di eccesso ponderale, in nessuna delle tre ripartizioni geografiche.

Operando invece una distinzione tra le categorie Sovrappeso e Obesi, si osserva un incremento significativo della prevalenza della sola obesità nelle regioni del sud e nelle isole.



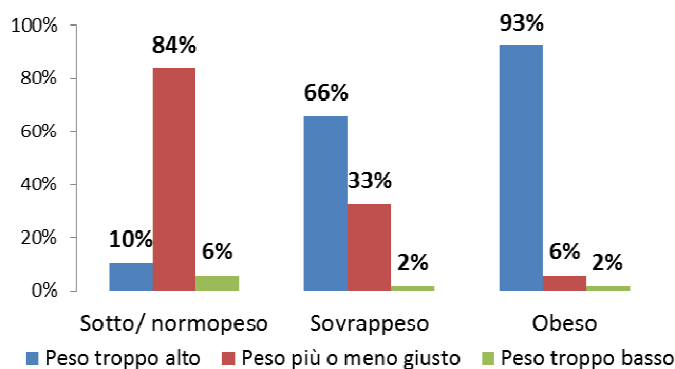
## Come considerano il proprio peso le persone intervistate?

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: nella ASL Roma 1 si osserva un'alta coincidenza tra percezione del proprio peso e IMC negli obesi (93%) e nei normopeso (84%); tra le persone in sovrappeso invece ben il 33% ritiene il proprio peso giusto e il 2% troppo basso.

Emerge una diversa percezione del proprio peso per sesso: tra le donne normopeso l'80% considera il proprio peso più o meno giusto rispetto all'88% degli uomini, mentre tra quelle sovrappeso il 22% considera il proprio peso più o meno giusto rispetto al 40% degli uomini.

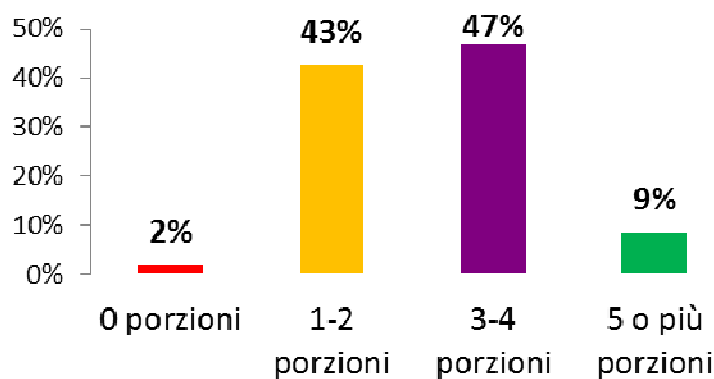
**Autopercezione del proprio peso corporeo**  
Prevalenze per stato nutrizionale – ASL Roma 1 2013-2016 (n=2.187)



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

Nella ASL Roma 1 il 43% degli intervistati ha dichiarato di mangiare frutta e verdura almeno una volta al giorno: il 47% ha riferito di mangiare 3-4 porzioni al giorno e solo il 9% le 5 porzioni raccomandate.

**Consumo di frutta e verdura**  
Prevalenze per porzioni consumate  
ASL Roma 1 2013-2016 (n=2.191)



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

- nelle persone sopra ai 50 anni
- nelle donne (11%)
- nelle persone con basso livello d'istruzione (10%)

Non emergono differenze legate alla condizione economica o allo stato nutrizionale.

### Consumo quotidiano di 5 porzioni frutta e verdura per regione di residenza

Passi 2013-2016

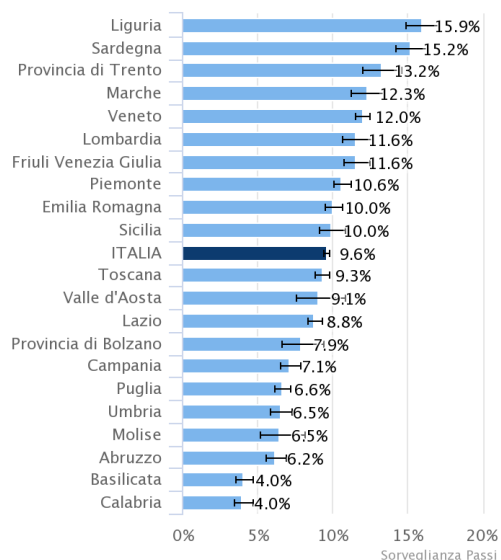


- peggiore del valore nazionale
- simile al valore nazionale
- migliore del valore nazionale

Sorveglianza Passi

### Consumo quotidiano di 5 porzioni frutta e verdura per regione di residenza

Passi 2013-2016



Sorveglianza Passi

### Adesione al five-a-day

Prevalenze per caratteristiche socio-demografiche  
ASL Roma 1 2013-2016 (n=2.191)

Totale: 8,6% (IC 95%: 7,5%-9,8%)

#### Età



#### Sesso



#### Istruzione



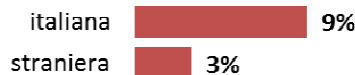
#### Diff. economiche



#### Stato nutrizionale



#### Cittadinanza



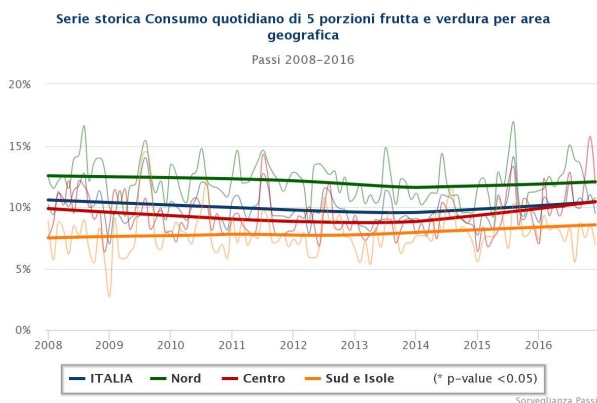
0% 5% 10% 15%

- Nel pool di ASL 2013-2016, la percentuale di intervistati che aderisce al *five-a-day* è del 10%.

- A lato sono riportate le prevalenze, per Regione di residenza, dell'adesione al five a day nel periodo 2013-2016. Si osserva un chiaro gradiente Nord-Sud, con una più alta adesione prevalentemente tra i residenti delle Regioni settentrionali e della Sardegna: il dato significativamente più alto è quello della Liguria (16%).



## Analisi di trend sul pool di ASL



L'analisi dei trend conferma l'assenza di variazioni significative nell'adesione al five a day, in tutte e tre le ripartizioni geografiche.



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

Nella ASL Roma 1 il 54% 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 49% delle persone in sovrappeso e 74% delle persone obese.



### Consiglio di perdere peso a persone in eccesso ponderale per regione di residenza

Passi 2013-2016



- peggiore del valore nazionale
- simile al valore nazionale
- migliore del valore nazionale

Sorveglianza Passi

Nel pool di ASL 2013-2016, la percentuale di persone in eccesso ponderale che ha ricevuto il consiglio di fare una dieta è del 48%.

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 nelle Asl del Molise (60%).

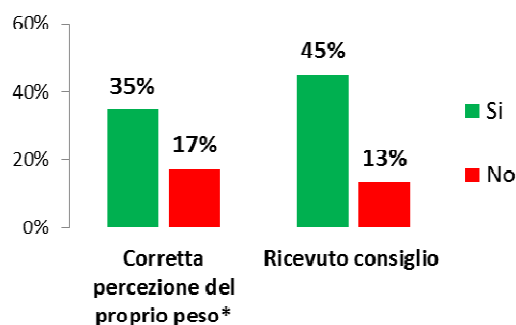


Il 30% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di seguire una dieta per perdere o mantenere il proprio peso (28% nei sovrappeso e 36% negli obesi).

La proporzione di persone con eccesso ponderale che seguono una dieta è significativamente più alta:

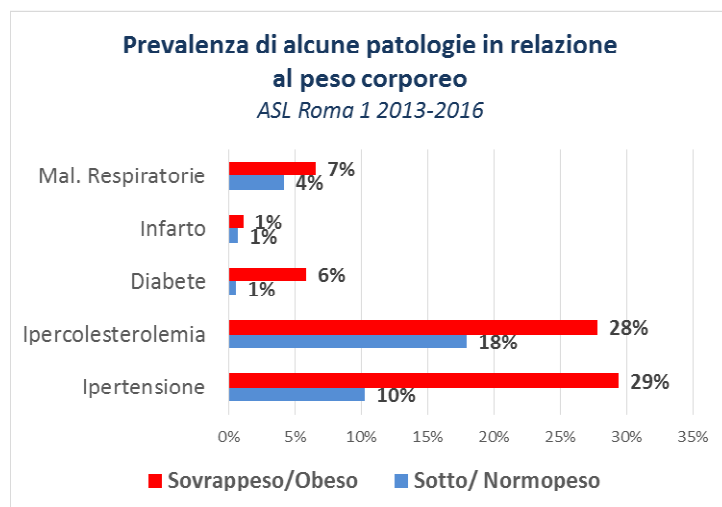
- nelle donne (40% vs 22% negli uomini)
- nelle persone sovrappeso (esclusi gli obesi) che ritengono il proprio peso “troppo alto” (35%) rispetto a quelle che ritengono il proprio peso “giusto” (17%)
- in coloro che hanno ricevuto il consiglio da parte di un operatore sanitario (45% vs 13%).

**Attuazione di una dieta**  
 % di “sovrappeso” che attuano una dieta distinti per corretta auto percezione del proprio peso corporeo  
 % di “sovrappeso/obesi” che attuano una dieta distinti per aver ricevuto o meno il consiglio da un operatore sanitario  
 ASL Roma 1 2013-2016



\* Questo confronto riguarda solo i sovrappeso senza gli obesi

## Quanto si ammalano le persone sovrappeso/obese?



Le abitudini alimentari hanno un impatto considerevole sulla salute. Un'alimentazione ipercalorica e il conseguente eccesso di peso favoriscono l'insorgenza o aggravano numerose patologie, riducendo la durata e la qualità della vita. Anche se l'associazione tra obesità e patologie basate sui dati riferiti deve essere interpretata con cautela, nella ASL Roma 1 le persone sovrappeso/obese presentano una maggiore prevalenza di alcune patologie, quali ipertensione, ipercolesterolemia e diabete.

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

Nella ASL Roma 1 il 43% delle persone in eccesso ponderale è sedentario (41% nei sovrappeso e 52% negli obesi). Il 39% 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 38% delle persone in sovrappeso e il 41% di quelle obese.

Tra le persone in eccesso ponderale che hanno riferito il consiglio, il 62% pratica un'attività fisica almeno moderata, rispetto al 51% di chi non l'ha ricevuto.

Nel pool di ASL 2013-2016 il 33% delle persone in sovrappeso e il 52% delle persone obese ha ricevuto il consiglio di fare regolare attività fisica.

## 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, nella ASL Roma 1 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: infatti tra i residenti della ASL Roma 1 solo due persone in sovrappeso su tre percepisce il proprio peso come "troppo alto", il 48% ha ricevuto il consiglio di fare una dieta e il 39% di fare attività fisica.

La dieta per ridurre o controllare il peso è praticata solo dal 30% delle persone in eccesso ponderale, mentre è più diffusa la pratica di un'attività fisica moderata (57%).

La maggior parte delle persone consuma giornalmente frutta e verdura: meno della metà ne assume 3-4 porzioni, ma solo una piccola quota assume le 5 porzioni al giorno raccomandate per un'efficace prevenzione delle neoplasie.

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.

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.

### **A cura del gruppo aziendale PASSI (ottobre 2017):**

Dr. Roberto Boggi

Dr. Alessio Pendenza

Dr.ssa Anna Bisti

Dr.ssa M. Alessandra Brandimarte

Dr. Massimo Napoli

Dr.ssa Adelaide Landi

Dr.ssa Marisa Nappi

Dr.ssa Antonella De Marchis

Sig.ra Debora Ciruolo

### **Si ringraziano:**

- **Il Direttore Generale e il Direttore Sanitario della ASL Roma 1 per il sostegno decisionale al Sistema di Sorveglianza PASSI**
- **I Medici di Medicina Generale per la preziosa collaborazione fornita**
- **Il Gruppo Tecnico Nazionale PASSI e il Coordinamento Regionale PASSI Lazio per il continuo supporto**
- **Tutte le persone intervistate, che ci hanno generosamente dedicato tempo e attenzione**

### **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. Nel periodo 2013-2016, sono state caricate complessivamente circa 146 mila interviste.*

*Per maggiori informazioni, visita il sito [www.epicentro.iss.it/passi](http://www.epicentro.iss.it/passi).*