

Sovrappeso e obesità nelle Marche

Dati 2013-2016 del sistema di sorveglianza PASSI- adulti 18-69 anni

L'eccesso ponderale è uno dei principali fattori di rischio per l'insorgenza delle principali malattie croniche non trasmissibili (cardiopatie ischemiche, ictus, ipertensione, diabete mellito, alcuni tipi di tumore) e contribuisce all'aggravamento di patologie già esistenti.

L'obesità rappresenta uno dei principali problemi di salute pubblica, anche perché la sua prevalenza è in costante aumento non solo nei Paesi occidentali ma anche in quelli a basso-medio reddito. L'eccesso ponderale rappresenta il quinto fattore di rischio per mortalità.

E' causato nella maggior parte dei casi da stili di vita scorretti, quali un'alimentazione ipercalorica e sbilanciata e da uno scarso livello di attività fisica, che causa un ridotto dispendio energetico. L'obesità è quindi una condizione ampiamente prevenibile.

L'ECCESSO PONDERALE

I risultati PASSI 2013-2016 indicano che nelle Marche una quota rilevante (42%, come per l'Italia) degli adulti 18-69 anni presenta un eccesso ponderale, in particolare il 34% è in sovrappeso (32% il valore nazionale) e il 8% è obeso* (11% il valore nazionale). Il problema è rilevante, considerato anche che, tra i bambini marchigiani di 8-9 anni, il 22% è in sovrappeso, l'8% è obeso e il 3% gravemente obeso (OKkio alla Salute, 2016).

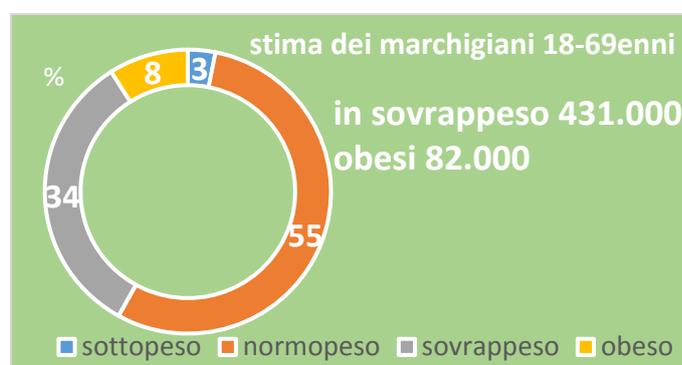
* Le caratteristiche ponderali vengono definite mediante l'Indice di Massa Corporea Body Mass Index o BMI) in 4 categorie: sottopeso (BMI<18,5), normopeso (BMI 18,5-24,9), sovrappeso (BMI 25,0-29,9) e obeso (BMI>= 30). Si considerano in eccesso ponderale le persone in sovrappeso e obese.

Eccesso ponderale

Pool di Asl: 42% - Passi 2013-2016

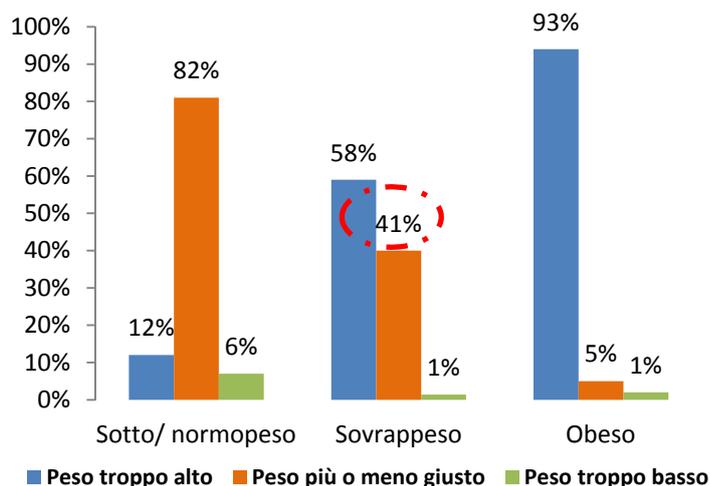


Nel periodo 2013-2016 in Italia l'eccesso ponderale presenta un gradiente Nord-Sud. Sono in prevalenza le Regioni del Sud a registrare percentuali di persone in eccesso ponderale superiori alla media nazionale.



LA PERCEZIONE DEL PROPRIO PESO

La percezione che si ha del proprio peso è un fattore importante da considerare in quanto può condurre ad un cambiamento in positivo nel proprio stile di vita. Dai dati Passi 2013-2016 si osserva che nelle Marche la percezione del proprio peso è corretta negli obesi (il 93% lo considera troppo alto) e nei normopeso (l'82% lo considera più o meno giusto). Tra le persone in sovrappeso invece emerge una criticità, infatti un'elevata percentuale di queste (41%) non ritiene il proprio peso troppo alto.



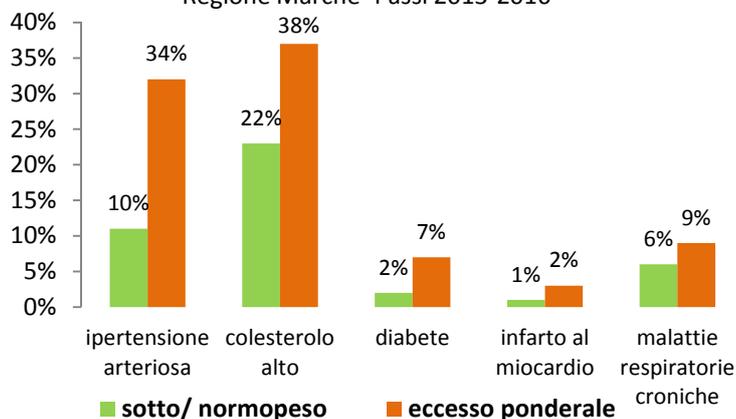
Prevalenza di persone in eccesso ponderale per caratteristiche socio-demografiche – Passi Marche 2013-2016

		Sovrappeso %	Obesi %
Sesso	Uomini	43	9
	Donne	25	7
Classe di età	18-34 anni	19	3
	35-49 anni	36	8
	50-69 anni	43	12
Livello di istruzione	Nessuna/elementare	38	16
	Media inferiore	43	11
	Media superiore	33	7
	Laurea	25	5
Situazione economica	Molte difficoltà	36	14
	Qualche difficoltà	37	10
	Nessuna difficoltà	31	6
Cittadinanza	Italiana	34	8
	Straniera	34	9

LA SALUTE DELLE PERSONE IN ECCESSO PONDERALE

Fattori di rischio e patologie per stato nutrizionale

Regione Marche - Passi 2013-2016



L'eccesso ponderale è una condizione che aumenta con l'età, è più frequente tra gli uomini e tra le persone socialmente svantaggiate, con basso titolo di studio e difficoltà economiche.

Tra le persone con il livello di istruzione più basso, il 54% è in eccesso ponderale, con una percentuale di obesi del 16%.

L'ATTENZIONE DEGLI OPERATORI SANITARI

Meno della metà (47%) delle persone in eccesso ponderale ha ricevuto il consiglio di perdere peso e circa 1 su 3 (37%) ha ricevuto il consiglio di fare maggiore attività fisica. Le percentuali salgono tra gli obesi, infatti viene riferito dall'80% di questi il consiglio di perdere peso e dal 53% quello di praticare attività fisica. La percentuale di persone in eccesso ponderale che segue una dieta è significativamente più alta tra coloro che hanno ricevuto un consiglio da un operatore sanitario (41% vs 12% di coloro che non hanno ricevuto il consiglio)

L'attenzione di medici e operatori sanitari

Regione Marche - PASSI 2013-2016

Perdere peso

Persone in eccesso ponderale a cui è stato consigliato nell'ultimo anno da un medico o da un operatore sanitario di perdere peso

47%

Fare attività fisica

Persone in eccesso ponderale a cui è stato consigliato nell'ultimo anno da un medico o da un operatore sanitario di fare attività fisica

37%

Le persone in eccesso ponderale mostrano profili di salute più critici rispetto a quelle che non lo sono. Infatti riferiscono con maggiore frequenza la presenza di fattori di rischio cardiovascolare (ipertensione e ipercolesterolemia) e di condizioni patologiche importanti (diabete, infarto e malattie respiratorie croniche).

SPUNTI PER L'AZIONE

L'eccesso ponderale è tra i principali fattori di rischio modificabili, per questo è necessario incentivare programmi di promozione della salute volti ad aumentare il consumo di frutta e verdura e il livello di attività fisica. A questo scopo è di primaria importanza il ruolo delle Aziende Sanitarie Territoriali, dei Comuni, degli altri Enti, ma anche dei singoli operatori, che attraverso opportune iniziative di comunicazione possono contribuire ad attivare processi di consapevolezza ed *empowerment* nella popolazione.

A cura di F. Polverini, F. Filippetti, OER ARS Marche per la Rete Epidemiologica delle Marche - ASUR

Per approfondire: Sorveglianza Passi (adulti 18-69 anni): <http://www.epicentro.iss.it/passi/>

<http://www.epicentro.iss.it/problemi/obesita/aggiornamenti.asp>

<http://www.obesityday.org/>