

STATO NUTRIZIONALE E ABITUDINI ALIMENTARI nella provincia di Chieti

I dati 2015-2018 del sistema di sorveglianza 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 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 – Provincia di Chieti — PASSI 2015-18 (n=1093)

	% (IC95%)
Popolazione in eccesso ponderale	
<i>sovrappeso</i> ¹	34,8 (32,1-37,6)
<i>obesi</i> ²	12,9 (11,4-15,0)
Consigliato di perdere peso da un medico o operatore sanitario ³	
<i>sovrappeso</i>	40,6 (35,6-45,8)
<i>obesi</i>	78,3 (70,3-84,6)
Adesione al <i>five-a-day</i>	6,6 (5,3-8,2)

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

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

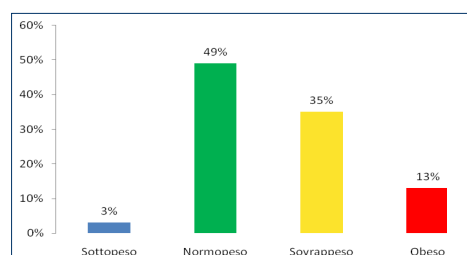
³ tra coloro che sono stati dal medico negli ultimi 12 mesi

Qual è lo stato nutrizionale della popolazione?

Nella Provincia di Chieti il 3% delle persone intervistate risulta sottopeso, il 49% normopeso, il 35% sovrappeso ed il 13% obeso.

Complessivamente si stima che il 48% della popolazione presenti un eccesso ponderale, questo significa che in Provincia di Chieti circa 125.000 persone, di età compresa fra i 18 e 69 anni, sono eccesso ponderale.

Stato nutrizionale
Provincia di Chieti—2015-18 (n=1093)



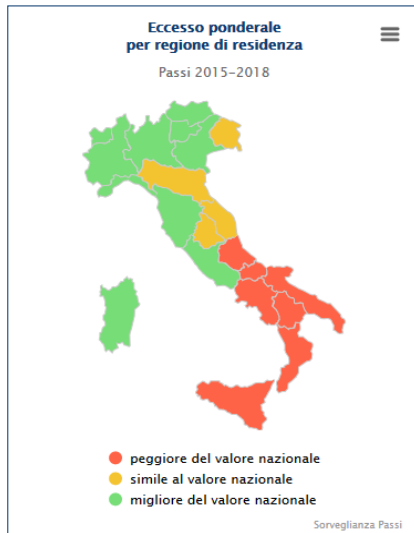
Quante e quali persone sono in eccesso ponderale?

L'eccesso ponderale è significativamente più frequente:

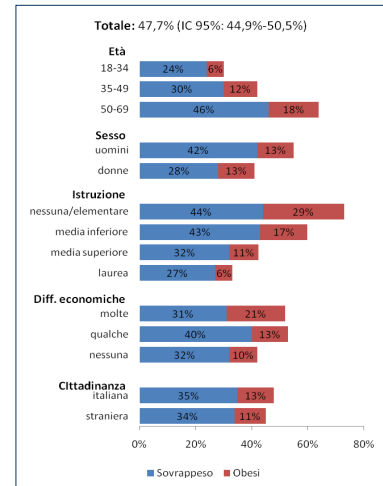
- col crescere dell'età
- negli uomini (55% vs 41%)
- nelle persone con basso livello di istruzione
- e, limitatamente agli obesi, nelle persone con molte difficoltà economiche.

Eccesso ponderale

Prevalenze per regione di residenza – Italia 2015-18
Totale: 42,4% (IC95%: 42,1-42,8%)



In Lombardia, Sardegna, Basilicata e Calabria non tutte le Asl hanno partecipato alla rilevazione



In Italia nel periodo 2015-18, la percentuale di persone in eccesso ponderale è del 42%.

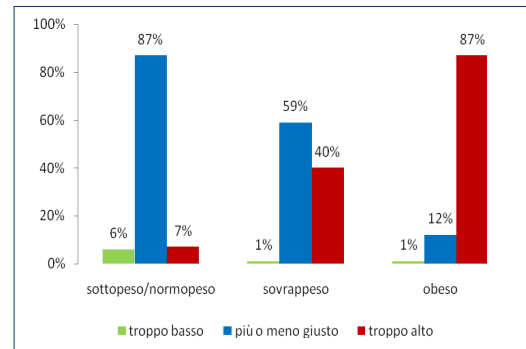
- Si osservano differenze statisticamente significative nel confronto tra Regioni, con un chiaro gradiente Nord-Sud, a sfavore delle Regioni meridionali. La Provincia di Trento presenta la percentuale significativamente più bassa di persone in eccesso ponderale (34%), mentre in Campania si registra quella significativamente più alta (51%).
- La Regione Abruzzo ha una percentuale di persone in eccesso ponderale pari al 45%.

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 Provincia di Chieti si osserva un'alta coincidenza tra percezione del proprio peso e IMC negli obesi (87%) e nei normopeso (87%); tra le persone in sovrappeso invece ben il 59% ritiene il proprio peso giusto.
- Emerge una diversa percezione del proprio peso per sesso: mentre tra i soggetti normopeso l'87% sia delle donne che degli uomini considera il proprio peso più o meno giusto, se consideriamo i soggetti in sovrappeso il 50% delle donne considera il proprio peso più o meno giusto rispetto al 65% degli uomini.

Autopercezione del proprio peso corporeo

Prevalenza per stato nutrizionale
Provincia di Chieti 2015-18

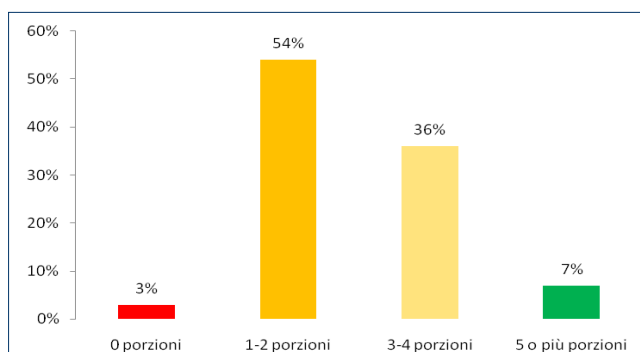


FIVE A DAY

Quante persone mangiano almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno ?

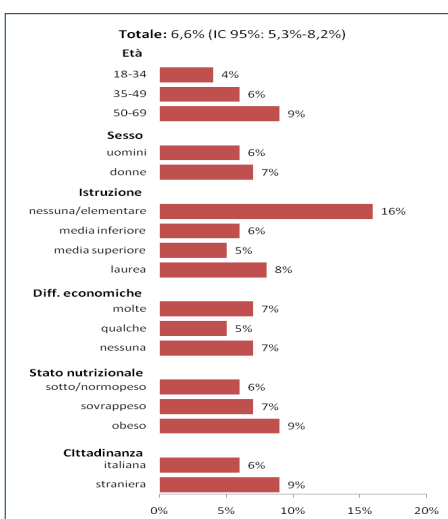
Nella Provincia di Chieti il 54% degli intervistati ha dichiarato di mangiare 1-2 porzioni di frutta e verdura al giorno: il 36% ha riferito di mangiare 3-4 porzioni al giorno e solo il 7% le 5 porzioni raccomandate.

Consumo di frutta e verdura
Prevalenze per porzioni consumate
Provincia di Chieti - 2015-18



Adesione al *five-a-day*

Prevalenze per caratteristiche socio-demografiche
Provincia di Chieti — 2015-18



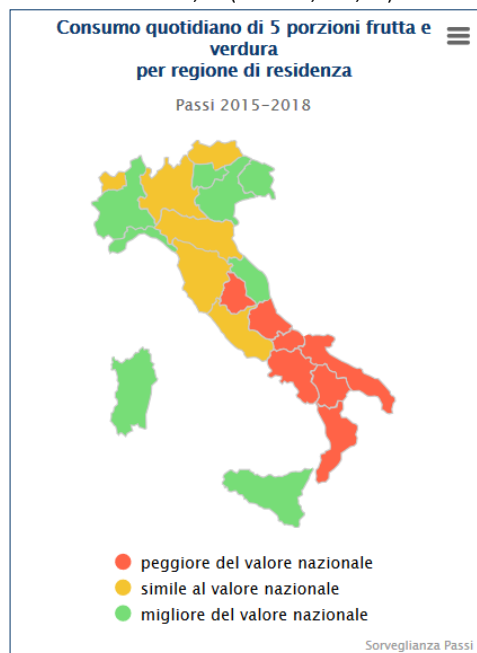
L'abitudine a consumare 5 o più porzioni di frutta e verdura al giorno è più diffusa :

- nelle persone sopra ai 50 anni
- nelle donne (7%)
- nelle persone con basso livello d'istruzione (16%)
- nelle persone obese (9%).

Non emergono importanti differenze legate alla condizione economica.

- In Italia nel periodo 2015-18, 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 2015-2018. 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 (17%), mentre il più basso è quello della Calabria (4%).
- In Abruzzo la percentuale degli intervistati che aderisce al *five-a-day* è del 6%.

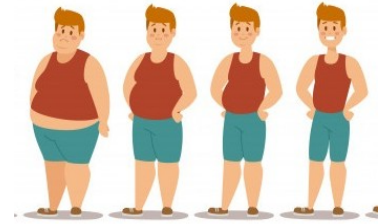
Adesione al *five-a-day*
Prevalenze per regione di residenza – Italia 2015-18
Totale: 10,0% (IC95%: 9,8-10,2%)



In Lombardia, Sardegna, Basilicata e Calabria non tutte le Asl hanno partecipato alla rilevazione

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

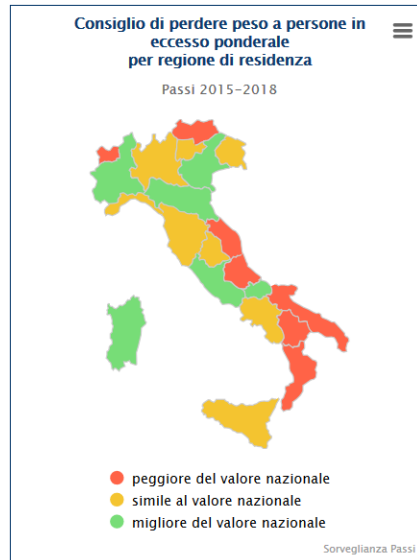
Nella Provincia di Chieti il 51% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di aver ricevuto il consiglio di perdere peso da parte di un medico o di un altro operatore sanitario; in particolare hanno riferito questo consiglio il 41% delle persone in sovrappeso ed il 78% delle persone obese.



Persone in eccesso ponderale che hanno ricevuto il consiglio di fare una dieta

Prevalenze per regione di residenza – Italia 2015-18

Totale: 47,5% (IC95%: 46,9-48,0%)



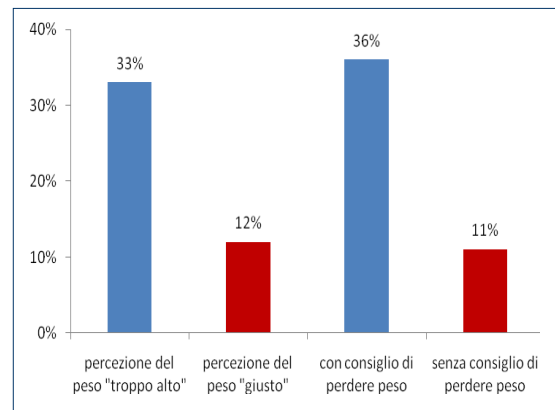
In Lombardia, Sardegna, Basilicata e Calabria non tutte le Asl hanno partecipato alla rilevazione

- In Italia nel periodo 2015-18, 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 Puglia (35%) mentre quello significativamente più alto in Molise (61%).
- In Abruzzo tale percentuale è del 44%.



Attuazione di una dieta

% di "sovrappeso/obesi" che attuano una dieta per auto percezione del proprio peso corporeo e per consiglio di un operatore sanitario
Provincia di Chieti 2015-18



- Il 23% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di seguire una dieta per perdere o mantenere il proprio peso;
- La proporzione di persone con eccesso ponderale che segue una dieta è più alta:
 - nelle donne (25% vs 21% negli uomini)
 - negli obesi (34% vs 19% nei sovrappeso)
 - nelle persone sovrappeso che ritengono il proprio peso "troppo alto" (33%) rispetto a quelle che ritengono il proprio peso "giusto" (12%)
 - in coloro che hanno ricevuto il consiglio da parte di un operatore sanitario (36%) rispetto a coloro che non l'hanno ricevuto (11%)

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

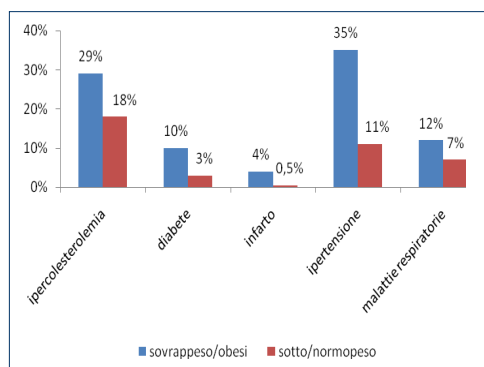


- Nella Provincia di Chieti il 41% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di aver ricevuto il consiglio di fare attività fisica da parte di un medico o di un altro operatore sanitario; in particolare hanno ricevuto questo consiglio il 37% delle persone in sovrappeso e il 53% di quelle obese.
- Tra le persone in eccesso ponderale il 61% pratica un'attività fisica almeno moderata (il 66% di coloro che hanno ricevuto il consiglio rispetto al 34% di chi non l'ha ricevuto).
- Nel periodo 2015-18 in Abruzzo il 36% di persone in eccesso ponderale ha ricevuto il consiglio di fare regolare attività fisica mentre in Italia tale percentuale è del 38%.

Eccesso ponderale e condizioni patologiche

- L'eccesso ponderale rappresenta un vero e proprio fattore di rischio per varie condizioni morbose.
- Nella Provincia di Chieti la prevalenza di alcune condizioni morbose è costantemente maggiore nei soggetti sovrappeso/obesi rispetto ai sotto/normopeso:
 - ipercolesterolemia 29% vs 18%;
 - diabete 10% vs 3%
 - infarto 4% vs 0,5%
 - ipertensione 35% vs 11%
 - malattie respiratorie 12% vs 7%.

Eccesso ponderale e condizioni patologiche
% di persone sovrappeso/obesi e sotto/normopesi con condizioni patologiche
Provincia di Chieti 2015-18



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 Provincia di Chieti quasi una persona adulta su due 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: meno di una persona su due percepisce il proprio peso come "troppo alto",.

La dieta per ridurre o controllare il peso è praticata solo dal 23% delle persone in eccesso ponderale, mentre è più diffusa la pratica di un'attività fisica moderata (61%).

La maggior parte delle persone consuma giornalmente frutta e verdura: poco più della metà ne assume 1-2 porzioni, ma solo una piccola quota (7%) 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.

