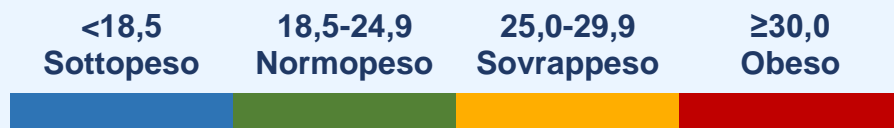


Sovrappeso e obesità nella Città di Torino

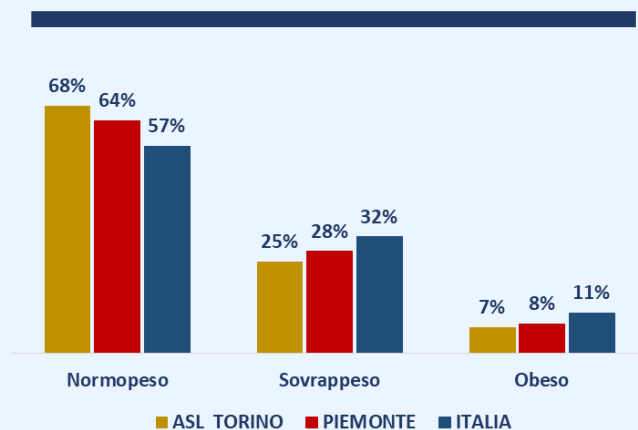
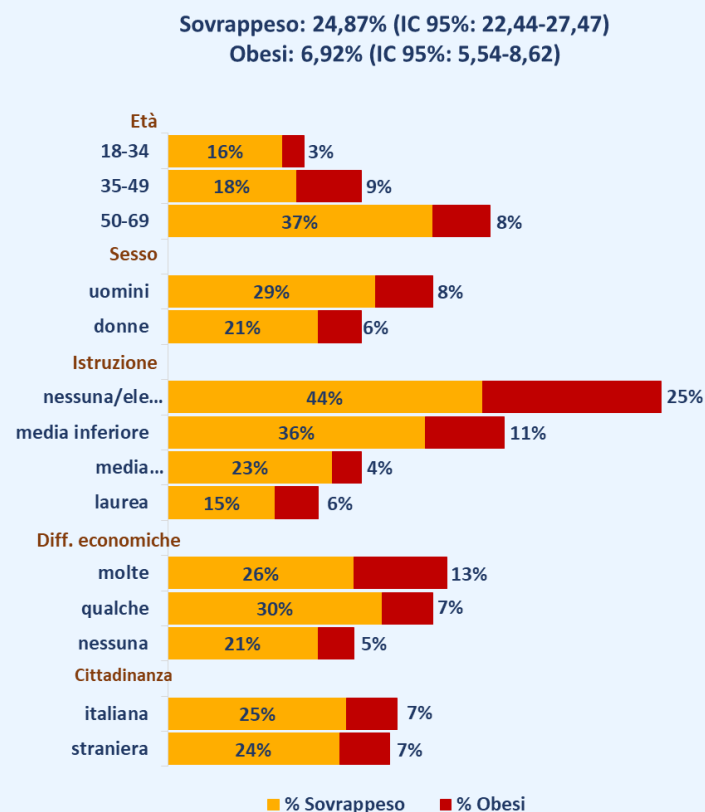
Dati 2014-2017 del sistema di sorveglianza PASSI (Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia)

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.

Passi misura le caratteristiche ponderali della popolazione adulta (18-69 anni) mediante l'**Indice di massa corporea** (IMC o BMI) stimato sulla base dei dati riferiti di altezza e peso (Kg/m²). Le caratteristiche ponderali delle persone sono definite in 4 categorie, in relazione all'IMC:



Nella Città di Torino, il **25%** delle persone di età compresa tra i 18 e i 69 anni, risulta in **sovrappeso** e il **7%** risulta **obeso**, complessivamente quindi più di tre persone su dieci sono in eccesso ponderale.



Questa condizione cresce al crescere dell'età ed è più frequente negli uomini¹. Fattori importanti alla base dell'aumento della prevalenza del problema negli ultimi anni, sono di natura sociale ed economica infatti l'eccesso ponderale è più frequente tra le persone con più bassi livelli d'istruzione e tra quelle economicamente più svantaggiate.

¹ Generalmente i dati riferiti, quando confrontati con quelli misurati, producono una sottostima della prevalenza di sovrappeso e obesità. Nella maggior parte degli studi questa sottostima è maggiore tra le donne e nelle persone sopra i 65 anni.

SALUTE DELLE PERSONE IN ECCESSO PONDERALE

L'eccesso ponderale è uno dei principali fattori che sostengono l'aumento delle **malattie croniche**. Infatti, come si può vedere dal grafico a lato, le persone in sovrappeso o obese mostrano profili di salute più critici di quelli della popolazione sotto/normopeso.

LA CONSAPEVOLEZZA

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. Dai dati PASSI risulta che la percezione e la consapevolezza di essere in sovrappeso non sempre coincide con lo stato nutrizionale: il **43%** degli adulti in **sovrappeso** e il **6%** degli **obesi**, ritiene che il proprio peso sia **più o meno giusto**.

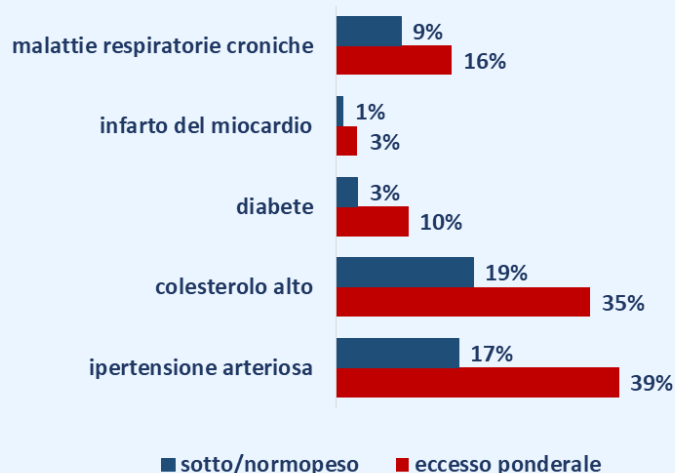
IL CONSIGLIO DEI SANITARI

I **medici** e gli **operatori sanitari** rivestono un ruolo importante nelle iniziative di comunicazione finalizzate all'attivazione di processi di consapevolezza e di empowerment nella popolazione.

La **dieta** per ridurre o controllare il peso è praticata dal **38%** delle persone in eccesso ponderale. Per la decisione di seguire una dieta risultano fondamentali il consiglio dei sanitari (ricevuto da poco più della metà (**56%**) delle persone che ne avrebbero bisogno) e la corretta autopercezione del peso.

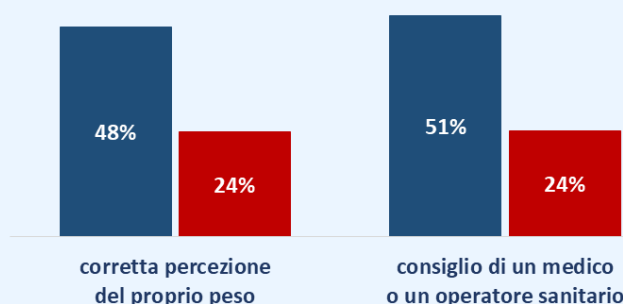
Una **sana alimentazione** ricca di alimenti vegetali, è anche rispettosa dell'ambiente: produrre un kg di carne bovina comporta l'emissione in atmosfera di oltre 31.000 grammi di CO2 equivalenti, contro i circa 700 grammi equivalenti di un kg di ortaggi. Gli **alimenti salutari**, come frutta, verdura, pasta, riso, pane e legumi, hanno quindi un impatto ambientale minore rispetto ai prodotti animali, che risultano anche più problematici per la salute a causa dell'elevato contenuto di colesterolo e di grassi saturi nonché di sale (sodio), negli alimenti lavorati e semilavorati (salumi e formaggi).

Esistono programmi validi per rendere le condizioni di vita più favorevoli a scelte che contrastino l'obesità, aumentando i consumi di frutta e verdura e facilitando il movimento. Anche l'azione dei Comuni e delle altre agenzie territoriali, assieme alle Aziende sanitarie locali, è essenziale per avviare programmi di questo tipo.



■ sotto/normopeso ■ eccesso ponderale

Attuazione di una dieta da parte di persone obese/sovrappeso



corretta percezione del proprio peso

consiglio di un medico o un operatore sanitario

Per informazioni sulla sorveglianza PASSI: www.regione.piemonte.it/sanita/pubblicazioni/passi www.epicentro.iss.it/passi; passi@aslcitytorino.it

Scheda informativa a cura del Gruppo PASSI ASL Città di Torino: R.Rocco (SCDCPP), C.Dirita (SISP) D.Agagliati (SIAN), D.Costanzo (SCDCPP), A.M. Gulli (SVET), L.Martignone (SIAN).

Si ringraziano gli intervistatori PASSI dell'exASLTO1 che hanno contribuito all'effettuazione della Sorveglianza.

Dr. Giuseppe SALAMINA - Coordinatore aziendale PASSI ASL Città di Torino