

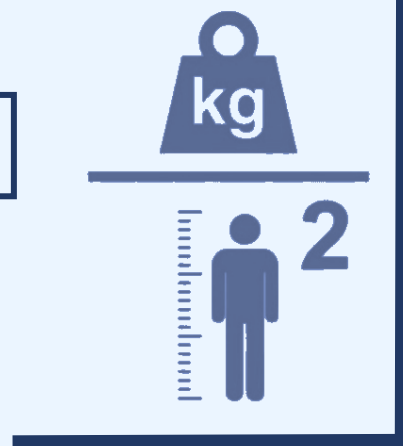
Sovrappeso e obesità in Piemonte

Dati 2020-2021 del sistema di sorveglianza PASSI (Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia) su un campione 2911 persone

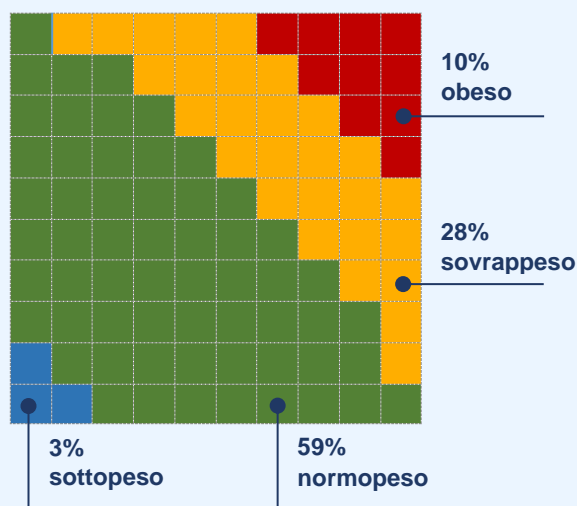
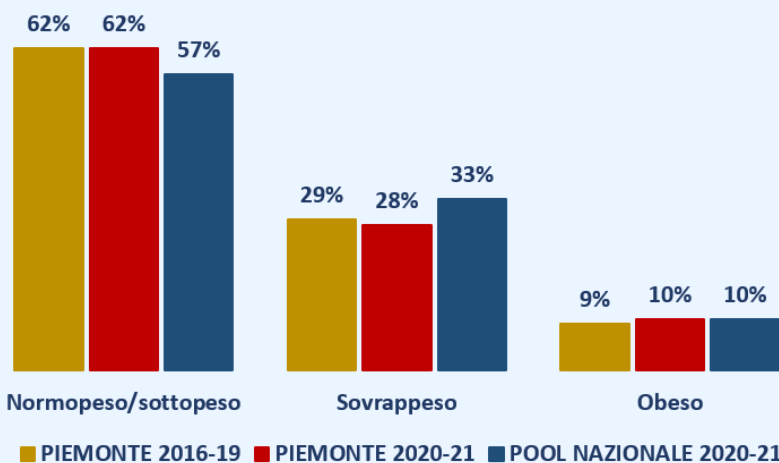
La situazione nutrizionale di una popolazione è un determinante importante delle sue condizioni di salute. In particolare l'eccesso di peso riduce la durata della vita e ne peggiora la qualità. Nella maggior parte dei casi le cause sono da ricercare negli stili di vita: da una parte un'alimentazione ipercalorica e dall'altra l'inattività fisica. Sono però da tenere in considerazione i molteplici e complessi fattori biologici, genetici e ambientali che incidono sulla possibilità di scelta.

Come capire quando i livelli di grasso corporeo sono pericolosi per la nostra salute?

PASSI misura le caratteristiche ponderali, cioè riferite al peso, 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:

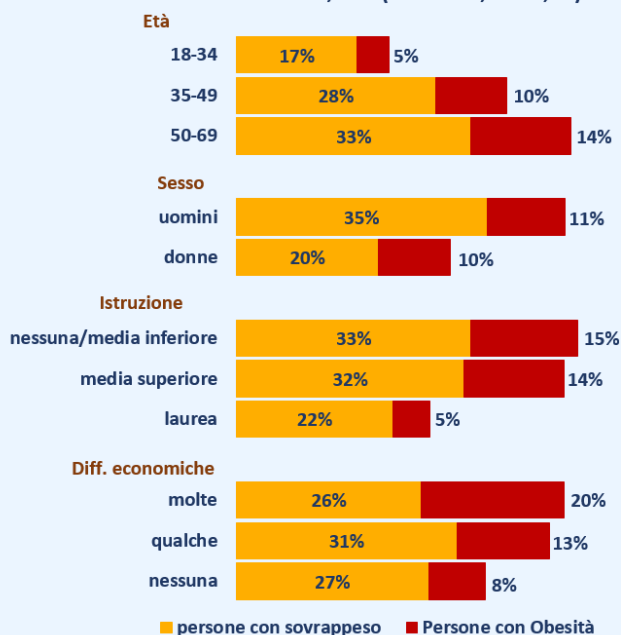


Il confronto dello stato nutrizionale fra gli anni 2016-19 e gli anni 2020-21 interessati dalla pandemia, non mostra differenze significative, anche i dati nazionali sono completamente sovrapponibili a quelli del Piemonte.



In Piemonte, il **28%** delle persone di età compresa tra i 18 e i 69 anni, è in **sovrappeso** e il **10%** è **obeso**, complessivamente quindi quasi **quattro persone su dieci** sono in eccesso ponderale.

Sovrappeso: 27,74% (IC 95%: 25,76-29,82)
 Obesi: 10,32% (IC 95%: 8,97-11,85)



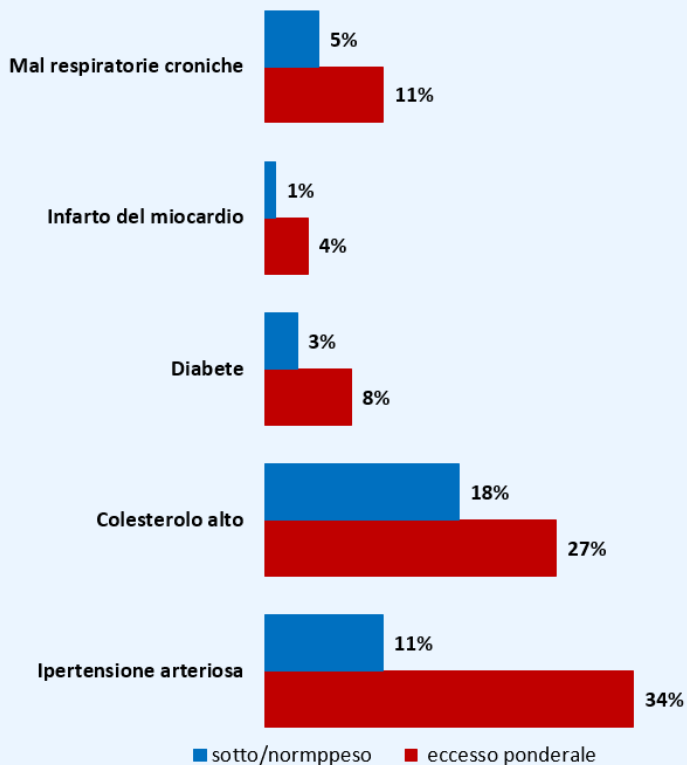
Questa condizione cresce al crescere dell'età ed è più frequente negli uomini¹. Fattori importanti alla base dell'aumento della prevalenza del problema negli ultimi anni, sono di natura **sociale** ed **economica** infatti l'eccesso ponderale è più frequente tra le persone con più bassi livelli d'istruzione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

¹ Generalmente i dati 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 CON ECCESSO PONDERALE

I dati clinici, confermati dal **9° rapporto obesità in Italia** dell'Istituto Auxologico, evidenziano in maniera molto chiara come l'obesità rappresenti uno dei fattori principali nel determinare il rischio di sviluppare forme più gravi di **Covid-19**. Quanto più l'eccesso di peso è marcato, tanto più elevato è il rischio di ospedalizzazione, di ricovero in unità di terapia intensiva e di mortalità.

Il rischio aumenta ulteriormente se in concomitanza sono presenti altre condizioni croniche e come è noto, l'eccesso ponderale è uno dei principali fattori che sostengono l'aumento delle **malattie croniche** e alcuni tumori. Infatti, come si può vedere dal grafico a lato, le persone con sovrappeso o obesità, mostrano profili di salute più critici di quelli della popolazione sotto/normopeso.

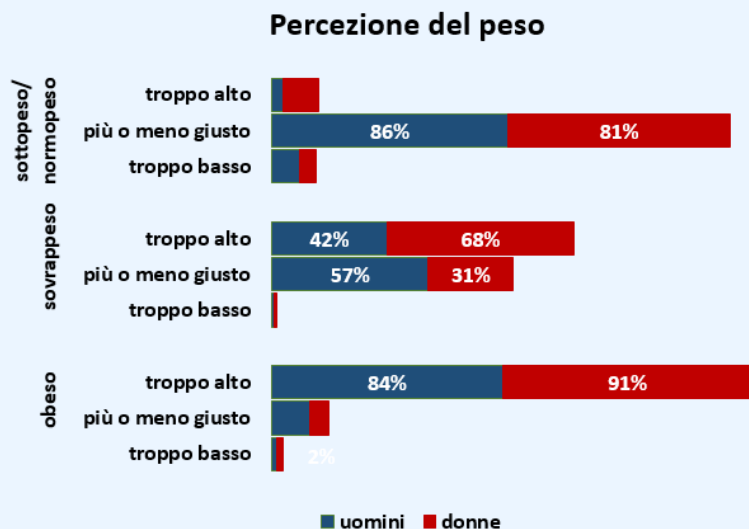


Tutte le differenze riportate nel grafico sono statisticamente significative

LA PERCEZIONE DEL PROPRIO PESO

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. Tale percezione non sempre coincide con l'IMC

Secondo gli ultimi dati PASSI disponibili, in Piemonte si osserva un'alta coincidenza tra **percezione del proprio peso e l'IMC** negli obesi (**87%**) e nei normopeso (**83%**). Invece tra le persone in sovrappeso il **47%** ritiene il proprio peso giusto. Emerge una diversa percezione del proprio peso per sesso: tra le **donne** in sovrappeso il **31%** considera il proprio peso più o meno giusto rispetto al **57%** degli **uomini**, tra quelle obese il **7%** considera il proprio peso più o meno giusto rispetto al **14%** degli uomini.



IL CONSIGLIO DEI SANITARI

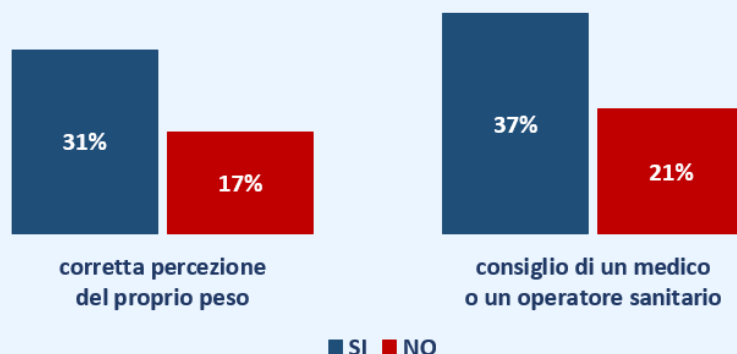
I **medici** e gli **operatori sanitari** rivestono un ruolo importante nelle iniziative di comunicazione finalizzate all'attivazione di processi di consapevolezza e di empowerment nella popolazione.

persone con eccesso ponderale che hanno ricevuto il consiglio di perdere peso	52%
persone con eccesso ponderale che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica	46%

Il **27%** delle persone con eccesso ponderale dichiara di seguire una **dieta per perdere peso** al momento dell'intervista. Nel grafico a lato, si può vedere che questa decisione è influenzata positivamente dalla **consapevolezza** di averne bisogno e dal **consiglio** ricevuto da un operatore **sanitario**

L'esercizio fisico svolge un ruolo importante nella salute generale e può essere utilizzato nel contesto di interventi completi di gestione del peso. Il **32%** delle persone con eccesso ponderale è **sedentario**, non pratica cioè alcun tipo di attività fisica.

PERSONE OBESE/SOVRAPPESO CHE SEGUONO UNA DIETA



Per informazioni sulla sorveglianza PASSI: www.epicentro.iss.it/passi;
www.regione.piemonte.it/sanita/pubblicazioni/passi passi@aslciattorino.it
 Scheda informativa a cura del Coordinamento Regionale PASSI