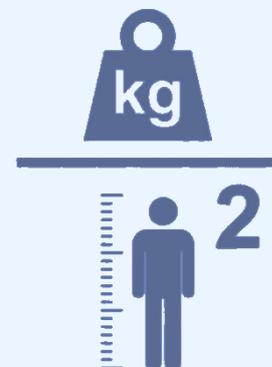


# Sovrappeso e obesità nella Città di Torino

Dati 2020-2021 del sistema di sorveglianza PASSI (Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia) su un campione 443 cittadini

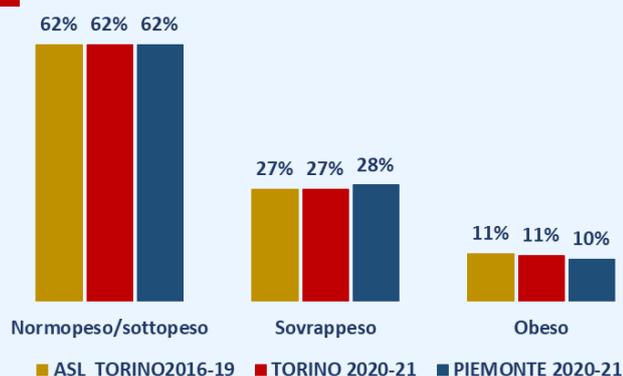
La situazione nutrizionale di una popolazione è un determinante importante delle sue condizioni di salute. In particolare l'eccesso di peso riduce la durata della vita e ne peggiora la qualità. Nella maggior parte dei casi le cause sono da ricercare negli stili di vita: da una parte un'alimentazione ipercalorica e dall'altra l'inattività fisica.

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/m<sup>2</sup>). Le caratteristiche ponderali delle persone sono definite in 4 categorie, in relazione all'IMC:

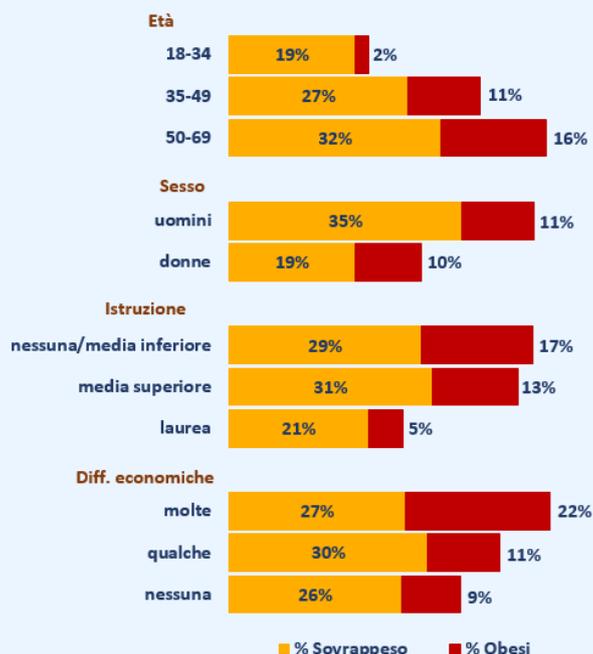


Nell'anno 2020, il campione di interviste raccolte per la sorveglianza PASSI, è ridotto in quanto il personale dedicato a questa attività, è stato coinvolto nell'emergenza COVID-19

Il confronto dello stato nutrizionale fra gli anni 2016-2019 e gli anni 2020-21 interessati dalla pandemia, non mostra differenze significative, anche i dati regionali sono completamente sovrapponibili a quelli della città di Torino.



Sovrappeso: 27,04% (IC 95%: 22,73-31,84)  
Obesi: 10,73% (IC 95%: 8,01-14,22)



Nella Città di Torino, il 27% delle persone di età compresa tra i 18 e i 69 anni, risulta in **sovrappeso** e l'11% risulta **obeso**, complessivamente quindi quasi quattro persone su dieci sono in eccesso ponderale.

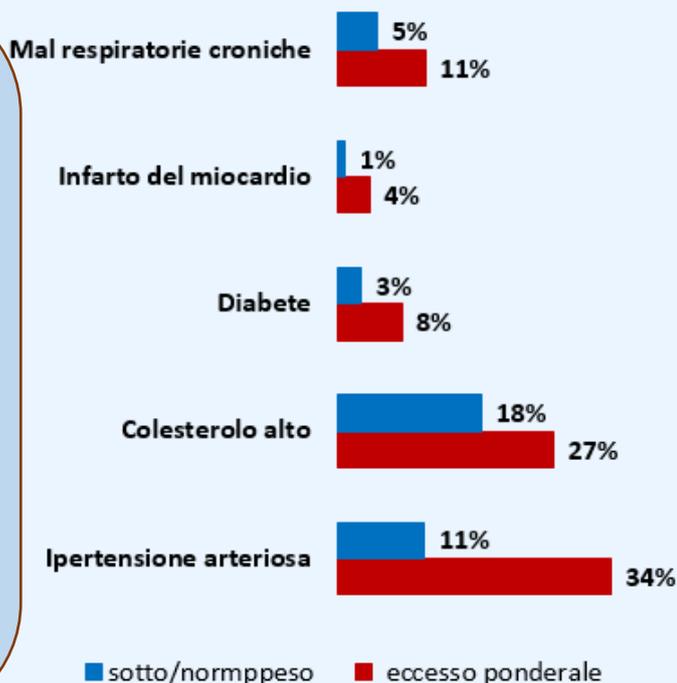
Questa condizione cresce al crescere dell'età ed è più frequente negli uomini<sup>1</sup>. Fattori importanti alla base dell'aumento della prevalenza del problema negli ultimi anni, sono di natura **sociale** ed **economica** infatti l'eccesso ponderale è più frequente tra le persone con più bassi livelli d'istruzione e tra quelle economicamente più svantaggiate.

<sup>1</sup> 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 IN 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**. Infatti, come si può vedere dal grafico a lato, che riporta i **dati regionali 2020/21**, le persone in sovrappeso o obese mostrano profili di salute più critici di quelli della popolazione sotto/normopeso.



Campione regionale: 2911 persone  
Tutte le differenze riportate nel grafico sono statisticamente significative

## 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	<b>55%</b>
persone con eccesso ponderale che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica	<b>54%</b>

**La dieta** per ridurre o controllare il peso è praticata dal **34%** delle persone in eccesso ponderale, mentre il **31%** delle stesse, non pratica alcun tipo di **attività fisica** per cui è da considerarsi sedentario

### Una sana alimentazione

CONSUMO GIORNALIERO DI FRUTTA E VERDURA  
Città di Torino 2020/21



ricca di alimenti vegetali, è anche rispettosa dell'ambiente: gli **alimenti salutari**, come frutta, verdura, pasta, riso, pane e legumi, hanno un impatto ambientale minore rispetto ai prodotti animali (Linee guida per una sana alimentazione CREA 2018-rev 2019)

Mangiare **frutta e verdura fresche e "colorate"** aiuta a prevenire le malattie degenerative e a rallentare i processi di invecchiamento cellulare.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) consiglia il consumo di 5 porzioni tra frutta e verdura al giorno

Per informazioni sulla sorveglianza PASSI: [www.epicentro.iss.it/passi](http://www.epicentro.iss.it/passi);  
[www.regione.piemonte.it/sanita/publicazioni/passi](http://www.regione.piemonte.it/sanita/publicazioni/passi) [passi@aslcittaditorino.it](mailto:passi@aslcittaditorino.it)

Scheda informativa a cura della Dott.ssa Rachele Rocco, coordinatrice aziendale PASSI  
ASL Città di Torino, Dipartimento di Prevenzione SSD SISP-Emergenze infettive e prevenzione