

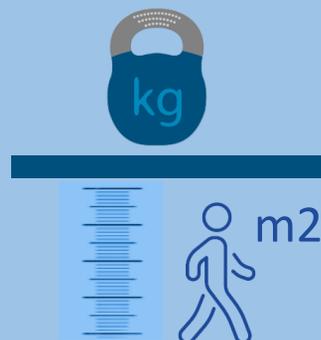
Sovrappeso e obesità nell'ASL TO3

Dati 2021-2022 del sistema di sorveglianza PASSI
(Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia)
su un campione di 494 cittadini

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).

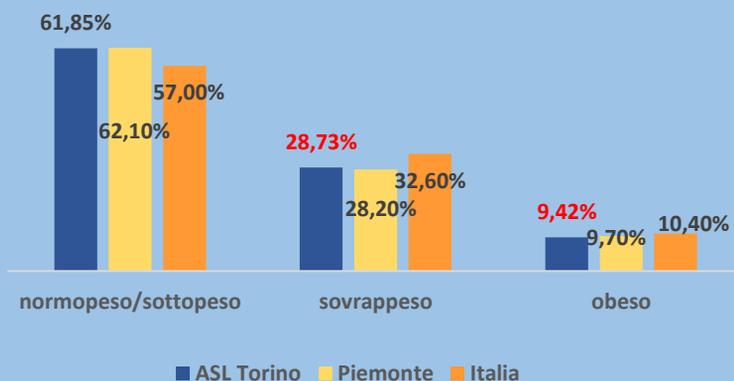
Le caratteristiche ponderali delle persone sono definite in **4 categorie**, in relazione all'IMC



<18,5 Sottopeso	18,5-24,9 Normopeso	25,0-29,9 Sovrappeso	≥30,0 Obeso
-------------------------------------	--------------------------------------	---------------------------------------	------------------------------

Nella ASL TO3, il **29%** delle persone di età compresa tra i 18 e i 69 anni, risulta in **sovrappeso** e il **9%** risulta **obeso**, complessivamente quindi più di tre persone su dieci sono in eccesso ponderale.

Totale : 38,5% - n188 (IC 95%: 33,89%-42,59%)
Sovrappeso: 28,73% - n142 (IC 95%: 24,86%-32,94%)
Obeso: 9,42% - n46 (IC 95%: 7,09%-12,41%)
N totale 494



Età

18-34	21,14%	2,84%
35-49	27,89%	12,11%
50-69	33,33%	11,15%

Sesso

uomini	33,59%	8,18%
donne	23,94%	10,64%

Istruzione

nessuna/elementare	58,14%	19,40%
Media inferiore	32,57%	12,29%
media superiore	26,88%	8,77%
laurea	25,16%	5,93%

Diff. economiche

molte	24,10%	19,50%
qualche	29,08%	12,07%
nessuna	29,31%	7,10%

Cittadinanza

italiana	27,30%	9,61%
straniera	57,74%	6,89%

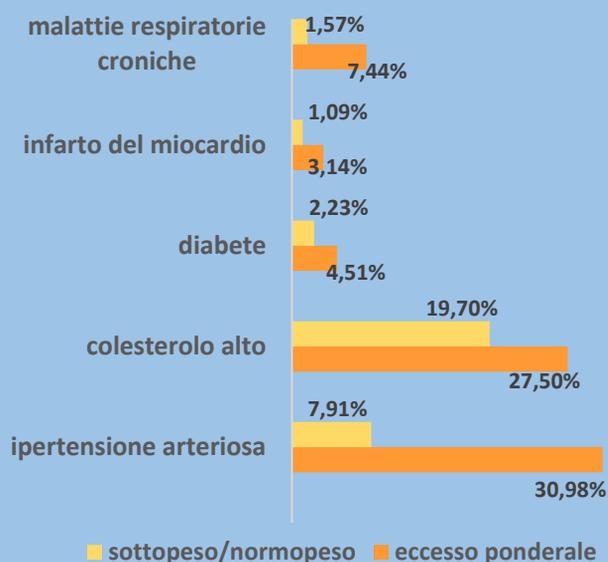
■ Sovrappeso ■ Obeso

Questa condizione aumenta al crescere dell'età, è più frequente negli uomini e nella popolazione straniera. 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.

LA 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.



IL CONSIGLIO DEI SANITARI



In Piemonte il **76%** delle persone con obesità e il **43%** delle persone in sovrappeso hanno riferito di aver ricevuto il consiglio di perdere peso da parte di un medico o di un altro operatore sanitario.

Nell' ASL TO3 il **57%** delle persone in sovrappeso e il **94%** delle persone obese hanno riferito di aver ricevuto il consiglio di perdere peso da parte di un medico o di un altro operatore sanitario.

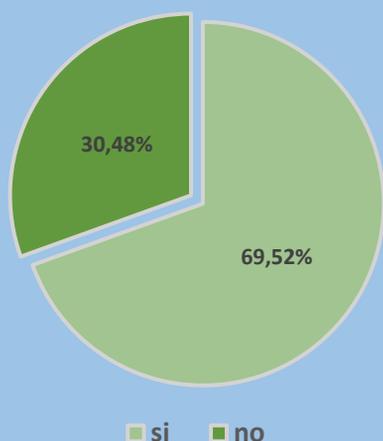
LA CONSAPEVOLEZZA



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 il **43%** degli adulti in sovrappeso e il **6,4%** degli obesi, ritiene che il proprio peso sia più o meno giusto

ALIMENTAZIONE SANA

Almeno 3 porzioni tra frutta e verdura



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 salutar**i, 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. 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, tuttavia dai dati PASSI risulta che il **81%** dei soggetti consuma meno di 5 porzioni giornaliere, e il **70%** dei soggetti consuma almeno 3 porzioni al giorno.

ECCESSO PONDERALE IN ITALIA

La Prevalenza di eccesso ponderale in Piemonte è del 38%, inferiore a quella dell'Italia, pari al 43%.

Il grafico a destra evidenzia differenze nel confronto tra regioni, con una maggior presenza di soggetti in eccesso ponderale nelle Regioni Meridionali. Le Asl partecipanti della Valle d'Aosta presentano la percentuale più bassa di persone in eccesso ponderale (**18,5%**), mentre in Molise si registra quella significativamente più alta (**50,5%**)



Per informazioni sulla sorveglianza PASSI

www.epicentro.iss.it/passi

<https://www.regione.piemonte.it/web/temi/sanita/prevenzione/report-passi>

<https://www.aslto3.piemonte.it/servizi/promozione-della-salute/>

Scheda informativa a cura di Alda Cosola e Cristina Saddi S.S. Promozione Salute ASL TO3.