



**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**

Azienda Unità Sanitaria Locale di Cesena

Dipartimento SANITA' PUBBLICA
AREA EPIDEMIOLOGIA E COMUNICAZIONE
Direttore Dott. Mauro Palazzi



**Conferenza Territoriale
Sociale e Sanitaria**

Progetto Botero

Piano per la riduzione del sovrappeso e dell'obesità

DIMENSIONI DEL PROBLEMA

Da una recente indagine effettuata sul nostro territorio "Studio Passi", risulta che il 42% dei cesenati non svolge sufficiente attività fisica (la quantità raccomandata è di 30 minuti di attività moderata per almeno 5 giorni alla settimana oppure attività intensa per più di 20 minuti per almeno 3 giorni). Inoltre il 38% risulta essere in sovrappeso mentre l'8% ha problemi di obesità. Il problema sembra colpire maggiormente la popolazione maschile di quella femminile e tende ad aumentare con l'età. Il sovrappeso riguarda anche i più piccoli, con il 15% di bambini in sovrappeso e il 9% con problemi di obesità. Le conseguenze dell'obesità per gli individui e la società sono drammatiche in termini di riduzione dell'aspettativa di vita, malattia ed invalidità dovuta a condizioni croniche associate (malattie cardiovascolari e respiratorie, diabete, alcuni tipi di tumore, problemi ortopedici...). L'eccesso di peso influenza inoltre in modo negativo la percezione dello stato di salute fisica e può compromettere il livello di autostima e di accettazione di sé, creando problemi anche a livello psicologico. In definitiva obesità e sovrappeso pregiudicano negativamente la qualità e la quantità della vita.

Anche l'attività fisica moderata e regolare gioca un ruolo importante nell'influenzare l'aspettativa di vita: si stima infatti che riduca di circa il 10% la mortalità per tutte le cause e riduca il rischio di patologie cardiovascolari, diabete, cancro del colon, osteoporosi, depressione e traumi da caduta. L'inattività fisica oltre a costituire un fattore di rischio indipendente per la salute, è spesso presente in chi ha problemi di sovrappeso aggravando ulteriormente questa condizione.

Le cause da combattere per ridurre e prevenire il fenomeno obesità-sedentarietà sono principalmente di tipo comportamentale e ambientale in quanto, pur esistendo una predisposizione genetica che può favorire l'insorgenza dell'obesità, le abitudini di vita scorrette quali sedentarietà e cattiva alimentazione, contribuiscono oltre allo sviluppo di un eccesso ponderale, al suo mantenimento a lungo termine. In particolare l'ambiente in cui viviamo, promuovendo condotte non salutari, condiziona in modo decisivo il comportamento alimentare e i livelli di attività fisica degli individui, favorendo lo sviluppo del sovrappeso e dell'obesità nei soggetti geneticamente predisposti.

Per questo è necessario promuovere una cultura di stili di vita sani attraverso l'attivazione di interventi raccomandati da linee guida riconosciute a livello internazionale che prevedono cambiamento comportamentale (modificazione dello stile di vita individuale) e sociale, creando le condizioni, soprattutto per gli individui più a rischio, affinché possano cambiare i comportamenti individuali e creando le condizioni a livello sociale per facilitare l'accesso alle risorse per la salute, sviluppando reti di supporto e trasformando l'ambiente per rendere più accessibili le opportunità di fare movimento, al fine di limitare condizioni dannose per la salute e migliorare la qualità della vita della popolazione.

OBIETTIVO DEL PROGETTO

Migliorare lo stato di salute della popolazione dei comuni che aderiscono al progetto attraverso la riduzione di Obesità, del Soprappeso, e della sedentarietà con interventi mirati a migliorare l'alimentazione e aumentare il livello di attività fisica.

DESTINATARI

Popolazione dei comuni che aderiscono all'iniziativa, riconosciuta come più a rischio di obesità e sedentarietà.

AZIONI PRINCIPALI

- Analisi delle risorse disponibili nel territorio per la promozione di stili di vita sani (alimentazione e attività fisica).
- Ricerca di nuove proposte di intervento in linea con le raccomandazioni internazionali.
- Progettazione dell'intervento.
- Attuazione e verifica.
- Valutazione finale.
- Gli amministratori, i rappresentanti della Ausl e gli altri componenti del gruppo di progetto, analizzeranno le risorse disponibili nel territorio del Comune partendo dalla considerazione di quanto viene raccomandato dalla letteratura scientifica per questo tipo di interventi.

RISULTATI RAGGIUNTI E VALUTAZIONE AL DICEMBRE 2005

• Botero Gambettola

Sono stati realizzati 4 incontri presso il comune di Gambettola con il gruppo di lavoro. Ogni responsabile ha compilato una scheda in cui venivano descritte le attività dei progetti in atto o in programmazione. Sono stati selezionati e raccolti i progetti in base all'adesione alle linee guida internazionali raccomandate.

È stato predisposto un piano di lavoro da attuarsi nei tempi previsti dal progetto.

• Botero Bagno di Romagna

Sono stati realizzati 4 incontri presso il comune di Bagno di Romagna con il gruppo di lavoro. E' stata effettuata una valutazione delle risorse disponibili sul territorio e proposte le attività realizzabili nel Comune, secondo le linee guida internazionali raccomandate.

È stata realizzata una campagna comunicativa per la diffusione dell'iniziativa e organizzato un incontro di presentazione del progetto rivolto a tutta la cittadinanza che ha coinvolto operatori USL, Comune, preparatori sportivi e centro sociale.

A partire dalla prima metà di settembre sono state realizzate 3 giornate di attività fisica gratuita (ginnastica, trekking, piscina) che verranno riproposte nei mesi primaverili come attività da praticare all'aperto.