

**Consumo di sale in Italia: i risultati
del Progetto MINISAL**

S. Giampaoli
Istituto Superiore di Sanità, Roma

Progetto MINISAL - GIRCSI
BUONE PRATICHE SULL'ALIMENTAZIONE:
VALUTAZIONE DEL CONTENUTO DI SODIO, POTASSIO E IODIO
NELLA DIETA DEGLI ITALIANI

OBIETTIVO GENERALE
Ottendere informazioni attendibili sul consumo medio di sodio, di potassio e di iodio pro-capite nella popolazione italiana su base regionale, per classi di età e in relazione alla presenza di ipertensione arteriosa, nell'ambito dell'azione di intervento sul consumo di sale prevista dal programma GUADAGNARE SALUTE

OBIETTIVO SPECIFICO 1 - Istituto Superiore di Sanità
Valutare il consumo medio giornaliero di sodio, potassio e iodio pro-capite in un campione rappresentativo della popolazione italiana adulta su base regionale e per classi di età

OBIETTIVO SPECIFICO 2 - Fondazione per l'Iipertensione Arteriosa (SIIA)
Valutare il consumo medio giornaliero di sodio, potassio e iodio pro-capite in un campione rappresentativo della popolazione italiana affetta da ipertensione arteriosa su base regionale e per classi di età

OBIETTIVO SPECIFICO 3 - Clinica Pediatrica, Università di Foggia
Valutare il consumo medio giornaliero di sodio pro-capite in un campione rappresentativo della popolazione italiana di età pediatrica (6-18 anni)

OBIETTIVO SPECIFICO 4 - Istituto Nazionale per la Ricerca sugli Alimenti (INRAN)
Valutare il contenuto medio di sodio in campioni di pane e prodotti da forno su base regionale






il progetto cuore  **guadagnare salute**  rendere facili le scelte salutari  **per il tuo cuore**  **EHEJ**  Measuring the Health of Europeans

Osservatorio Epidemiologico Cardiovascolare
Health Examination Survey 2008-2012

Esame della popolazione


- Pressione arteriosa (3 misurazioni)
- Prelievo di sangue a digiuno per esami ematochimici (trigliceridemia, colesterolemia totale e HDL, glicemia, creatininemia, emocromo)
- Questionario (attività fisica, abitudine al fumo, alimentazione, anamnesi patologica, trattamento farmacologico, familiarità)
- Questionario alimentare - food frequency (EPIC)
- Misure antropometriche (peso, altezza, circonferenza vita e fianchi)
- ECG, densitometria ossea, spirometria, monossido di carbonio
- Raccolta delle urine 24 h (sodio, potassio, iodio)




il progetto cuore  **guadagnare salute**  rendere facili le scelte salutari  **per il tuo cuore**  **EHEJ**  Measuring the Health of Europeans

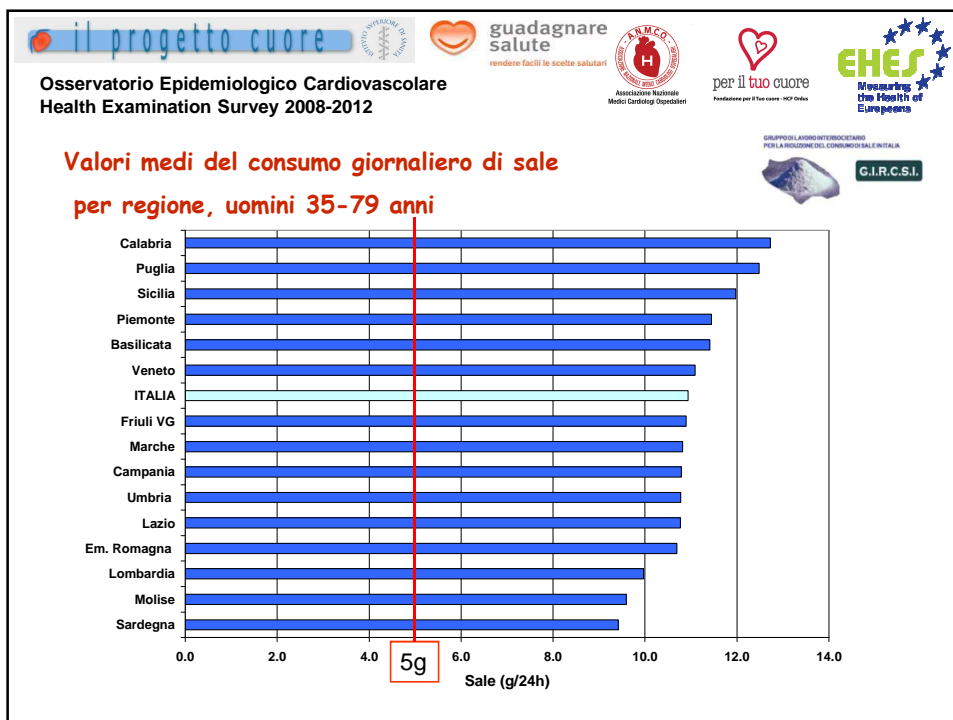
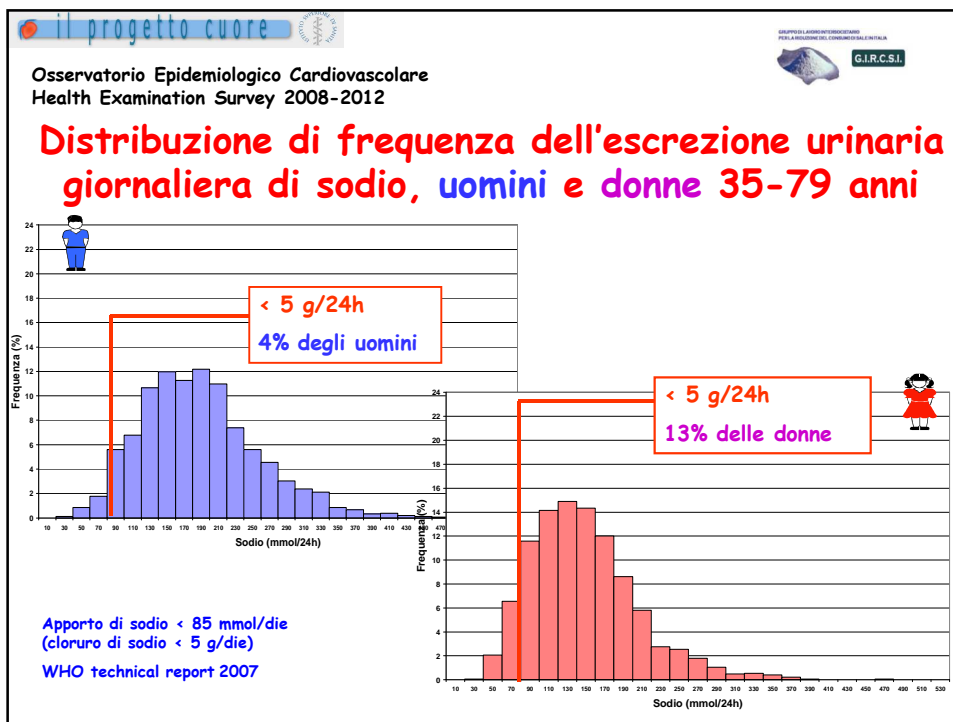
Osservatorio Epidemiologico Cardiovascolare
Health Examination Survey 2008-2012

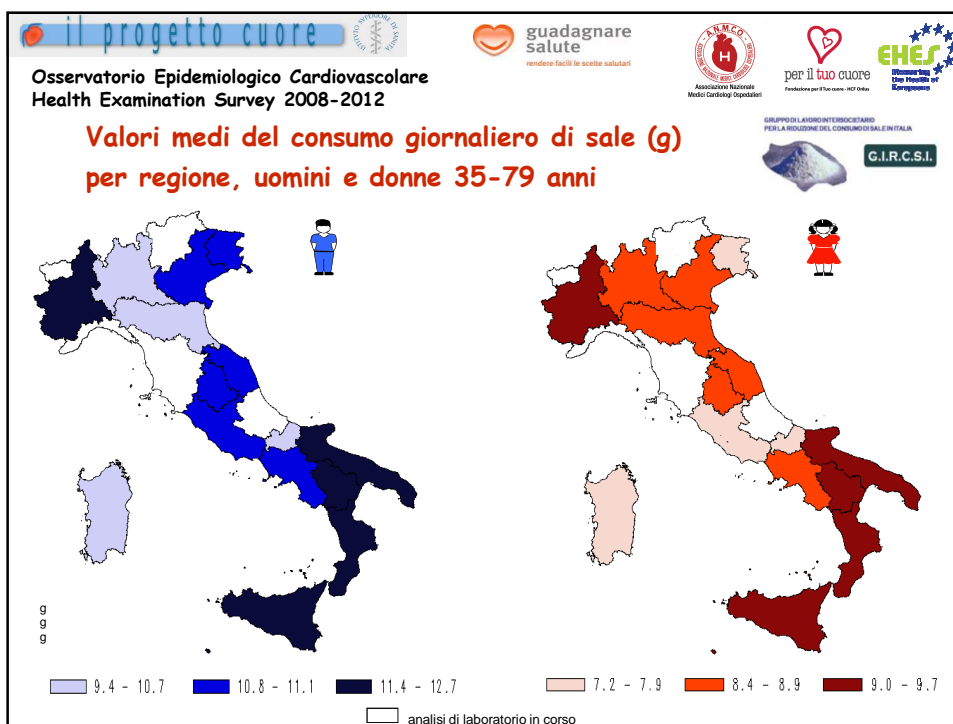
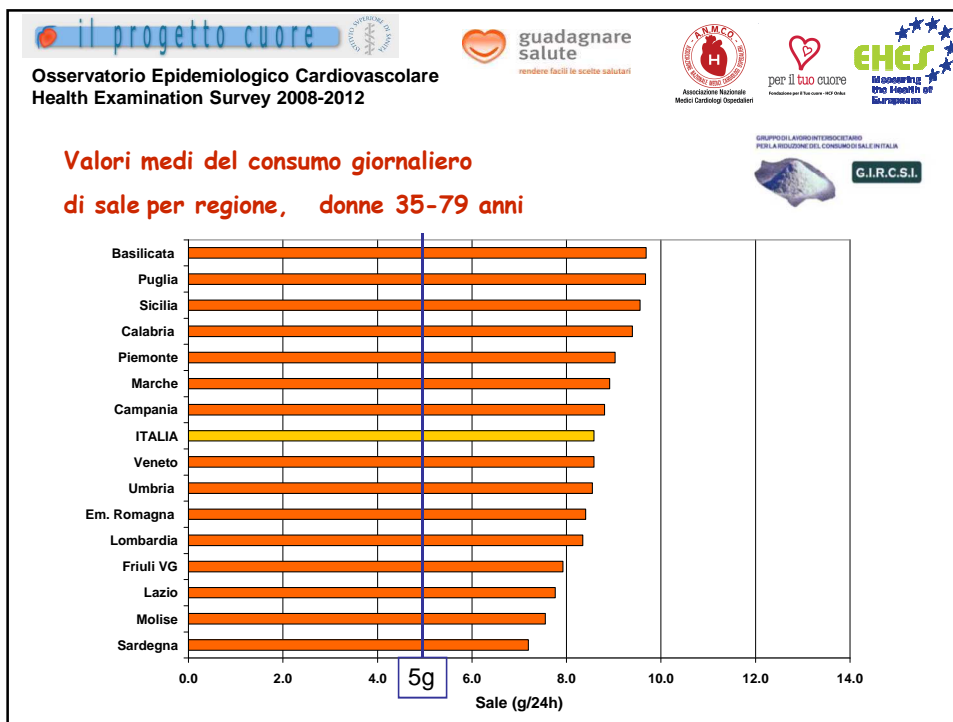
Numerosità, valori medi, minimi e massimi di sodio, potassio e creatinina nelle urine delle 24h

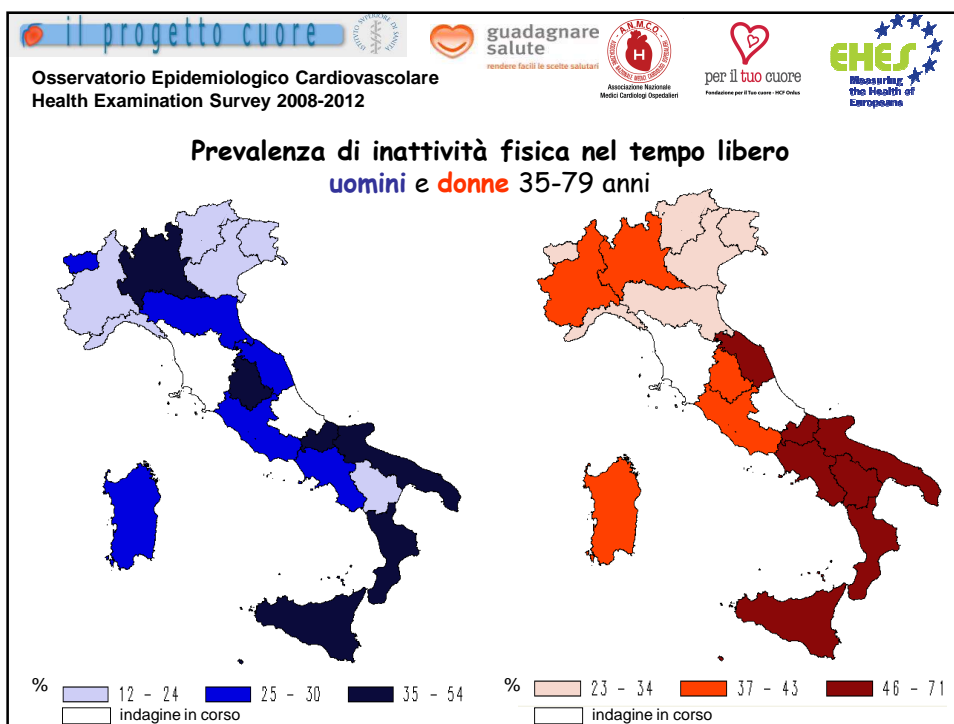
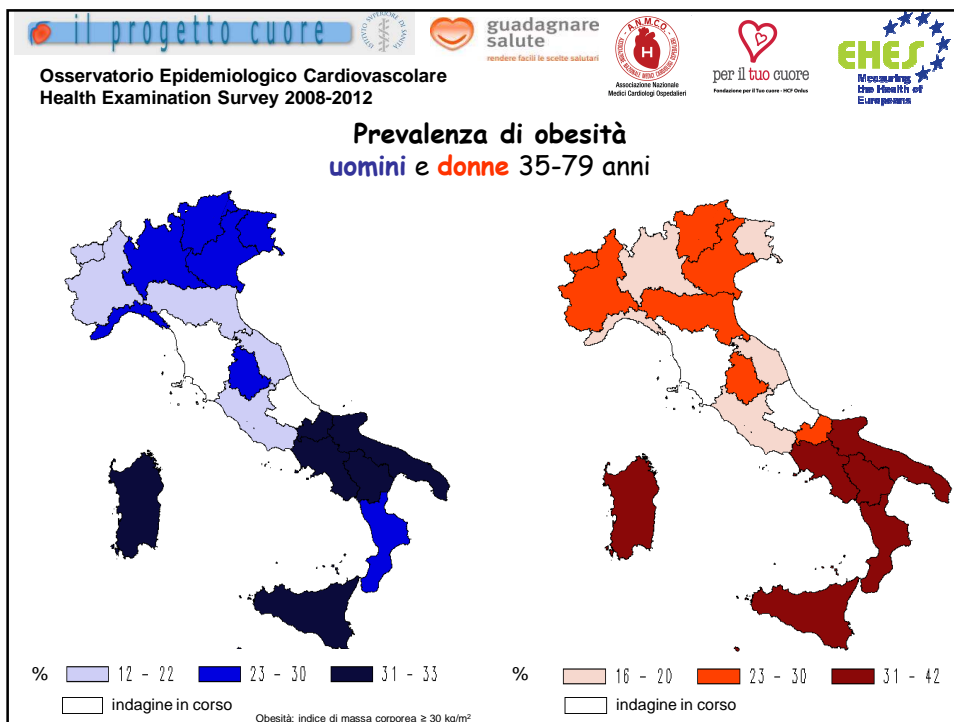


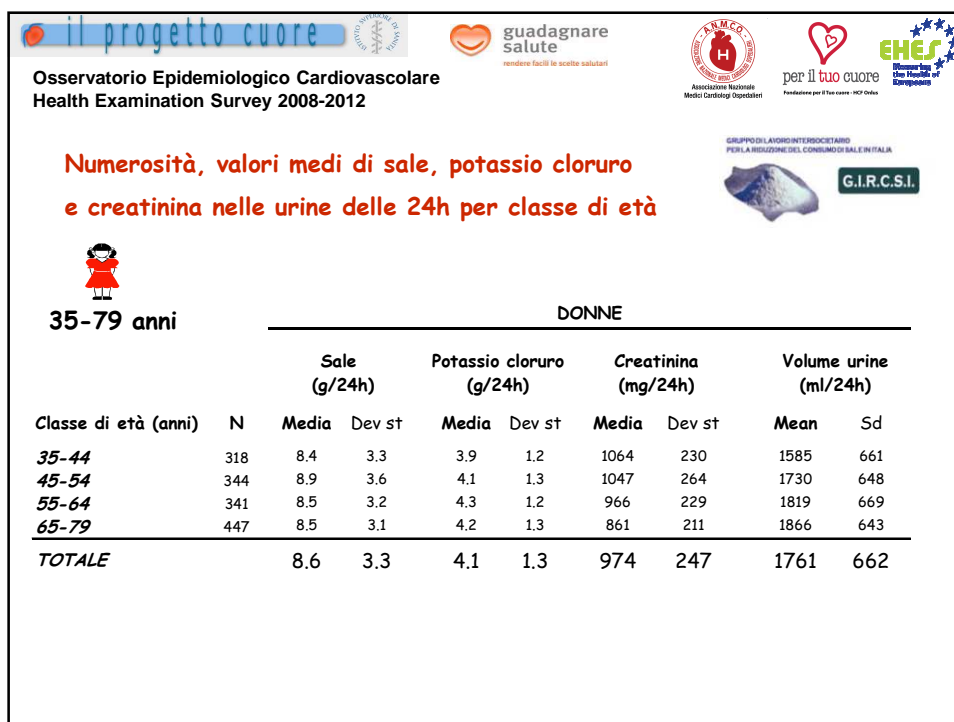
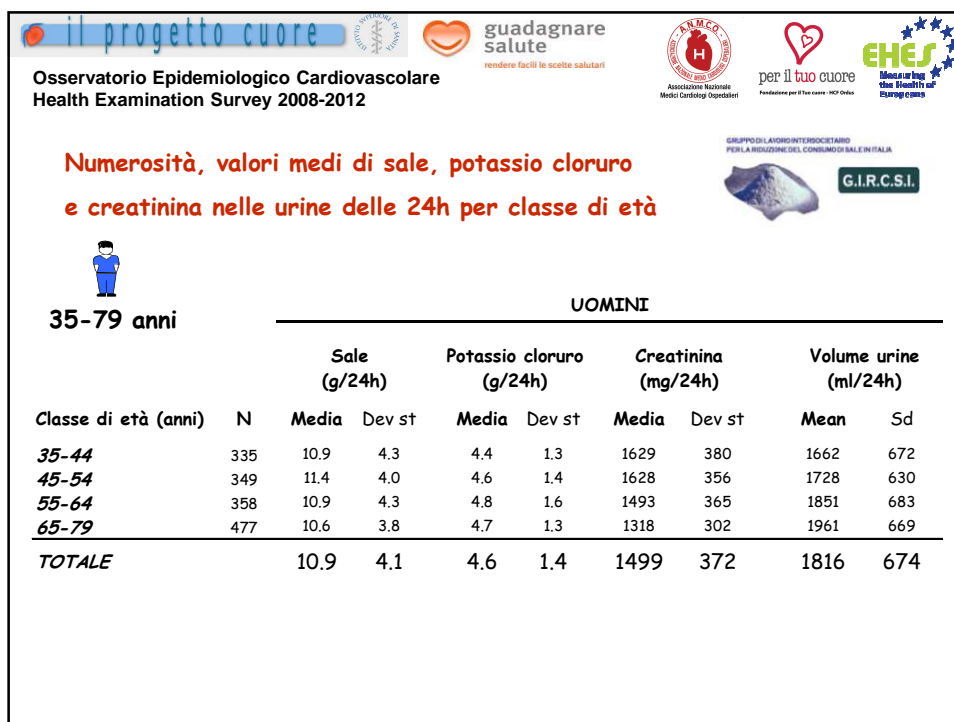
	UOMINI (n=1519)				DONNE (n=1450)			
	Media	Dev st	Min	Max	Media	Dev st	Min	Max
Sale (g/24h)	10.9	4.1	1.6	31.7	8.6	3.3	2.1	27.3
Potassio cloruro (g/24h)	4.6	1.4	1.3	12.6	4.1	1.3	1.4	10.4
Sodio/Potassio	3.1	1.2	0.8	9.8	2.8	1.0	0.7	8.9
Creatinina (mg/24h)	1499	372	543	3177	974	247	305	2285
Volume urine (ml)	1816	674	500	5000	1761	662	500	3500



35-79 anni









il progetto cuore  **guadagnare salute**
rendere facili le scelte salutari

Osservatorio Epidemiologico Cardiovascolare
Health Examination Survey 2008-2012

ANMCO
Associazione Nazionale Medici Cardiologi Ospedalieri

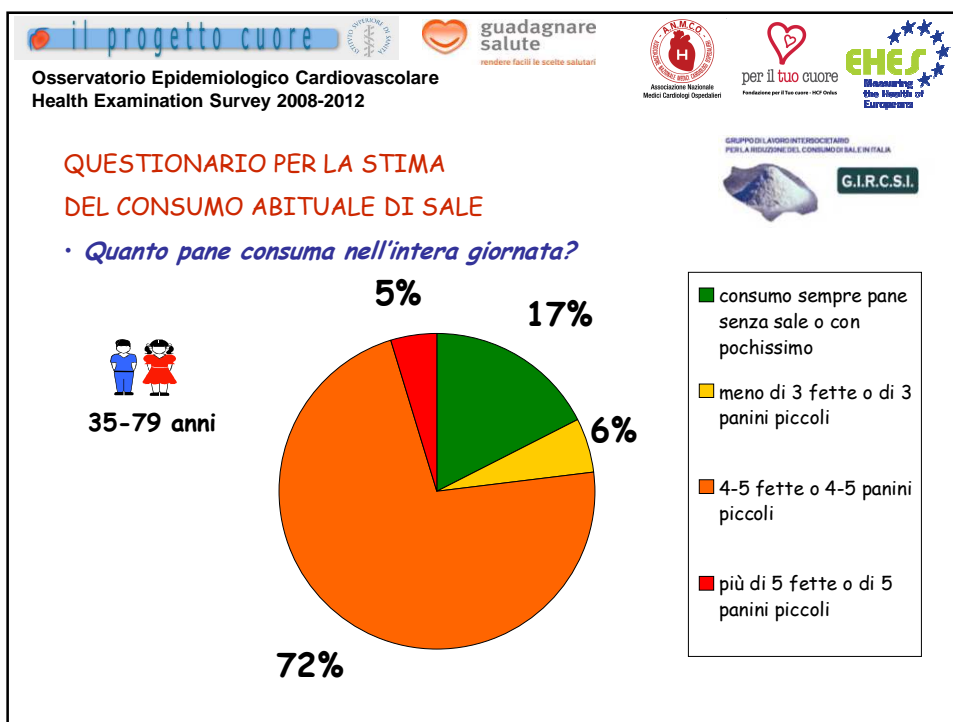
per il tuo cuore
Fondazione per il tuo cuore - IFOF Onlus



EHEJ
Monitoring the Health of Europeans

GRUPPO DI LAVORO INTERSOCIETARIO PER LA RIDUZIONE DEL CONSUMO DI SALE IN ITALIA
G.I.R.C.S.I.



QUESTIONARIO PER LA STIMA DEL CONSUMO ABITUALE DI SALE

- *Quanto spesso AGGIUNGE il sale a tavola?*
- *Quanto pane consuma nell'intera giornata?*
- *Quante volte alla settimana consuma formaggi, salumi o insaccati?*
- *Le capita di avere molta sete, in particolare dopo un pasto?*
- *Quando mangia fuori casa il cibo le sembra di solito?*




il progetto cuore   **guadagnare salute**
rendere facili le scelte salutari

Osservatorio Epidemiologico Cardiovascolare
Health Examination Survey 2008-2012

 **per il tuo cuore** 
Associazione Nazionale Medici Cardiologi Ospedalieri Fondazione per il tuo cuore - HCF Onlus **EHES**
European Heart Health Survey

CONCLUSIONI

- Possibile una raccolta delle urine delle 24 ore su un campione rappresentativo della popolazione adulta italiana
- Il consumo medio di sale al giorno è risultato pari a 11 grammi negli uomini ed 9 nelle donne, ben oltre l'apporto di sale raccomandato
- Il consumo di sale risulta avere una stratificazione regionale, con valori maggiori al sud e minori nelle regioni centrali
- In quasi tutte le regioni non più dell'1% dichiara di consumare sempre pane senza sale o con pochissimo sale

 **G.I.R.C.S.I.**