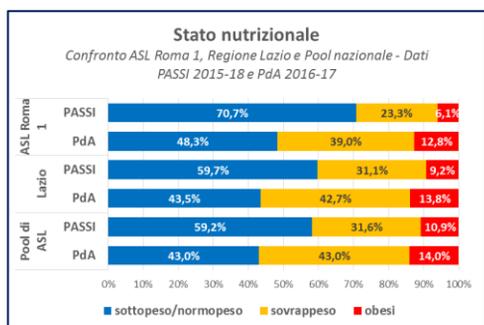
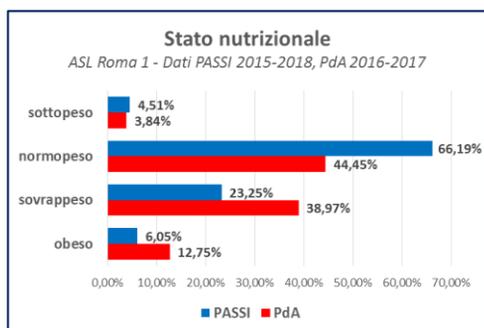


Dati PASSI 2015-2018 e Passi d'Argento 2016-2017

R. Boggi, M.A. Brandimarte, A. Bisti, A. Pendenza, M. Napoli, A. Landi, M.R. Nappi, A. De Marchis, E. Di Rosa



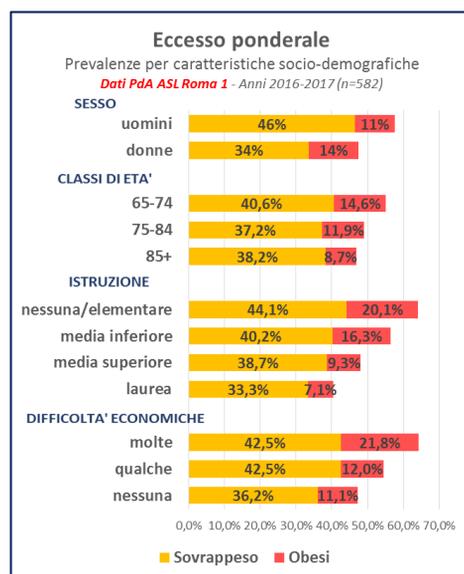
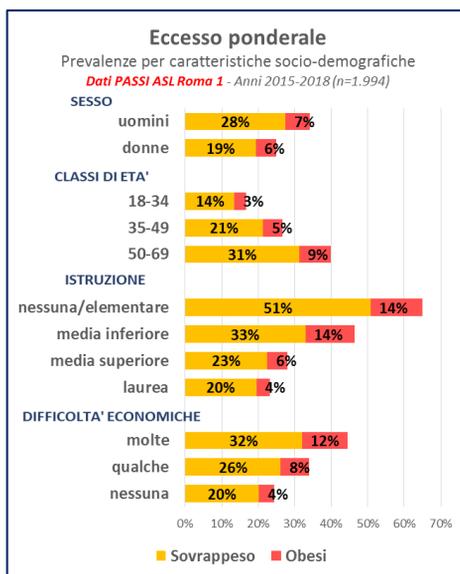
La situazione nutrizionale di una popolazione è un determinante importante delle sue condizioni di salute. Infatti l'eccesso di peso, favorendo l'insorgenza o l'aggravamento di patologie preesistenti, riduce la durata della vita e ne peggiora la qualità.

In Italia, come nella gran parte dei Paesi a medio e alto reddito, l'eccesso ponderale è uno dei principali fattori che sostengono l'aumento delle malattie croniche non trasmissibili. Per questo, si compiono molti sforzi per monitorare l'andamento dell'eccesso ponderale nei bambini, negli adulti e nella terza età.

Nei due sistemi di sorveglianza, PASSI (fascia di età 18-69 anni) e Passi d'Argento (fascia di età 65-85+ anni), le persone sono classificate in quattro categorie in base al valore dell'Indice di massa corporea (IMC): sottopeso (IMC<18,5), normopeso (IMC=18,5-24,9), sovrappeso (IMC=25,0-29,9), obeso (IMC ≥ 30).

Dall'analisi dei dati risulta che, nella ASL Roma 1, le persone in eccesso ponderale sono il 29% nella fascia di età 18-69 (sovrappeso 23%, obesi 6%) e il 52% nella

fascia di età 65-85+ (sovrappeso 39%, obesi 13%). Tali dati sono inferiori a quelli riscontrati nella popolazione della Regione Lazio e del pool nazionale di ASL.



## Quali sono le caratteristiche socio-demografiche delle persone in eccesso ponderale residenti nella ASL Roma 1?

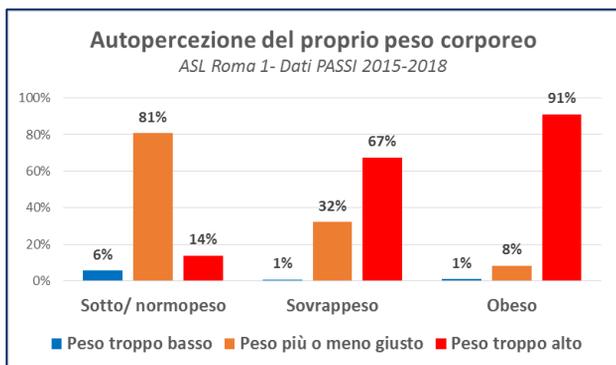
L'eccesso ponderale di una persona può avere cause genetiche ed individuali; tuttavia, dal punto di vista della sanità pubblica, i fattori di gran lunga più importanti alla base dell'aumento della prevalenza del problema negli ultimi anni sono di natura sociale ed economica.

Nella ASL Roma 1 l'eccesso ponderale (sovrappeso/obesità) è significativamente più frequente:

- con il crescere dell'età fino ai 75 anni, per poi calare,
- nelle persone di sesso maschile,
- nelle persone con basso livello di istruzione,
- con l'aggravarsi delle condizioni economiche.

### Come considerano il proprio peso le persone intervistate?

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 calcolato sulla base di peso ed altezza riferiti dagli stessi intervistati: nella ASL Roma 1 si osserva un'alta coincidenza tra percezione del proprio peso e IMC negli obesi (91%) e nei sotto/normopeso (87%); tra le persone in sovrappeso invece ben il 32% ritiene il proprio peso giusto e l'1% troppo basso



### ... e quante persone mangiano almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno ("five-a-day")?

Per quanto riguarda le abitudini alimentari, ricordiamo che ad alcuni alimenti è riconosciuto un ruolo protettivo verso alcune patologie: è ormai evidente, per esempio, la protezione rispetto alle neoplasie associata all'elevato consumo di frutta e verdura. Per questo motivo le linee guida internazionali consigliano il consumo di almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno (**five-a-day**).

Nella ASL Roma 1 solo il 10% delle persone tra i 18 e i 69 anni (dati PASSI) e il 12% di quelle tra i 65 e gli 85+ anni (dati PdA) aderisce alle linee guida consumando cinque o più porzioni di frutta/verdura al dì, mentre la maggior parte degli intervistati ne consuma solo tre o quattro porzioni (il 45% delle persone tra i 18 e i 69 anni e il 51% di quelle tra i 65 e gli 85+ anni).

L'abitudine a consumare 5 o più porzioni di frutta e verdura al giorno è più diffusa:

- nelle persone tra i 50 e i 74 anni,
- nelle donne,
- nelle persone che non riferiscono difficoltà economiche,
- nelle persone anziane che vivono sole.

Non emergono invece differenze legate al livello di istruzione.

