



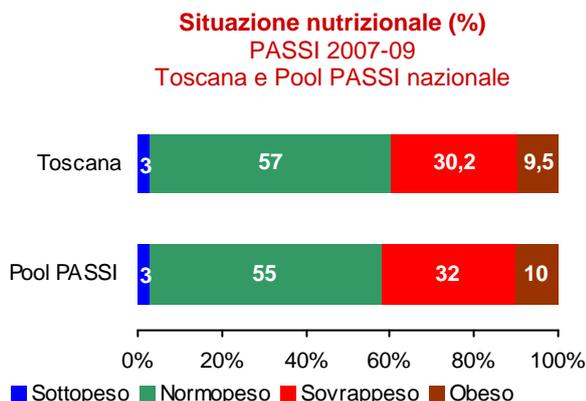
Sovrappeso ed obesità in Toscana: dati dal sistema di sorveglianza PASSI 2007-2009

Sovrappeso ed obesità negli adulti

Il sistema di sorveglianza PASSI 2009 stima che in Toscana quasi la metà delle persone di età 18-69 anni presenta un eccesso ponderale *: in particolare circa un terzo (30,2%) è in sovrappeso ed una su dieci (9,5%) è obesa.

Questa stima corrisponde a circa un milione di cittadini in sovrappeso/obesi nella fascia di età 18/69 anni.

L'eccesso di peso è una condizione che aumenta con l'età (50-69 anni), colpisce di più gli uomini e le persone con basso livello di istruzione.



Situazione nutrizionale		
Normopeso/ Sottopeso %	Sovrappeso %	Obesi %
60,3	30,2	9,5
Eccesso ponderale sovrappeso/obesi %		
Sesso	uomini	49
	donne	30
Età (anni)	18-34	21
	35-49	39
	50-69	55
Istruzione	nessuno/elementare	59
	media inferiore	45
	media superiore	36
	laurea	26
Condizione economica	molte difficoltà	56
	qualche difficoltà	47
	nessuna difficoltà	39

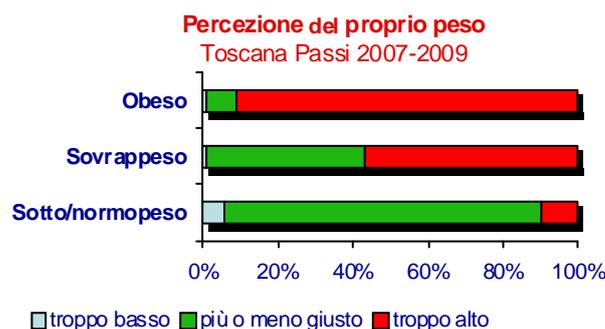
**Eccesso ponderale* :le caratteristiche ponderali sono riferite a 4 categorie in relazione al valore dell'indice di massa corporea (Body Mass Index o BMI)

- sottopeso con BMI <18,5
- normopeso con BMI compreso tra 18.5 e 24.9
- sovrappeso con BMI compreso tra 25.0 e 29.9
- obeso con BMI >30

La percezione del proprio peso

PASSI rivela che le persone in eccesso ponderale spesso non hanno una corretta percezione del proprio peso.

Quattro persone su dieci in sovrappeso ritengono il proprio peso giusto e un soggetto obeso su dieci lo percepisce come adeguato.



Le abitudini alimentari

La maggioranza degli intervistati sostiene di mangiare alimenti che fanno bene alla propria salute anche se sono sovrappeso ed obesi.

L'abitudine a mangiare frutta e verdura è comune e quasi la totalità degli intervistati (97%), la maggioranza ha dichiarato di mangiare frutta e verdura almeno una volta al giorno ma solo 10 persone ogni cento ne consumano più di 5 porzioni al giorno.



L'atteggiamento degli operatori sanitari

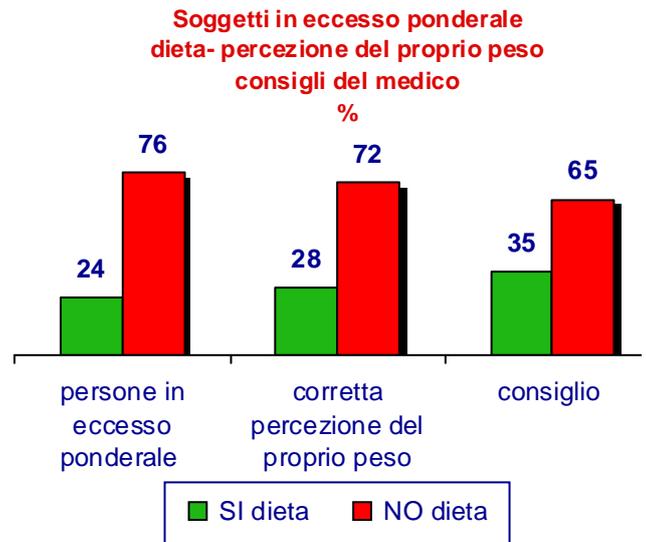
Quante persone in sovrappeso/obese ricevono il consiglio di perdere peso da parte degli operatori sanitari?

In Toscana poco più della metà delle persone in eccesso ponderale (56%) ha riferito di aver ricevuto il consiglio di perdere peso da parte di un medico o di un altro operatore sanitario.

In particolare quasi la metà di quelle in sovrappeso (47%), la maggior parte di quelle obese (82%), il 78% degli ipertesi e il 72% degli ipercolesterolemici

Segue una dieta per perdere o mantenere il proprio peso solo una persona su quattro in eccesso ponderale (24%); circa due soggetti in sovrappeso ogni dieci e circa un terzo degli obesi (21% e 31%).

Chi segue una dieta è per lo più donna (34% vs 18% negli uomini), ha una corretta percezione del proprio peso (28% vs 13%) ha ricevuto il consiglio da parte di un operatore sanitario (35% vs 13%). Inoltre se ipercolesterolemici tre pazienti su quattro ricevono il consiglio di mangiare più frutta e verdura e la maggior parte (85%) di consumare meno carne e formaggi.



Quante persone in sovrappeso/obese ricevono il consiglio di fare attività fisica da parte degli operatori sanitari?

Riferisce di essere sedentaria una persona su quattro tra quelle in sovrappeso (26%) e circa un terzo dei soggetti obesi (31%).

Su dieci persone in eccesso ponderale solo quattro (41%) hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica da parte di un operatore sanitario, in particolare la metà degli obesi (51%) e circa un terzo dei sovrappeso (38%).

Segue il consiglio di fare attività fisica il 76% dei sovrappeso/obesi.

SPUNTI PER LE AZIONI

In Toscana l'eccesso ponderale è un importante fattore di rischio modificabile seguendo corretti stili di vita. Le persone in sovrappeso o obese tendono a sottovalutare la propria condizione; scarsa è la percezione del rischio e dei problemi di salute correlati all'eccesso ponderale; insufficiente è la consapevolezza che stili di vita corretti, riguardo ad alimentazione ed attività fisica, siano un forte strumento di prevenzione individuale e di guadagno di salute.

Medici e personale sanitario per il loro ruolo hanno la possibilità di indirizzare gli stili di vita degli assistiti; PASSI dimostra che l'adesione al consiglio sanitario quando viene dato è alta. Le Aziende Sanitarie Locali e le Società della Salute rivestono un ruolo essenziale per avviare programmi finalizzati alla consapevolezza e all'*empowerment* nella popolazione. Investire nei giovani per promuovere stili di vita corretti è uno strumento utile, semplice e prezioso di prevenzione.

A cura di: F. Mazzoli Marradi, R. Cecconi, G. Garofalo
Coordinamento PASSI Regione Toscana

Che cos'è il sistema di sorveglianza Passi?

Nel 2006, il ministero della Salute ha affidato al Centro nazionale di epidemiologia, sorveglianza e promozione della salute dell'Istituto superiore di sanità il compito di sperimentare un sistema di sorveglianza della popolazione adulta (Passi, Progressi delle aziende sanitarie per la salute in Italia). L'obiettivo è stimare la frequenza e l'evoluzione dei fattori di rischio per la salute, legati ai comportamenti individuali, oltre alla diffusione delle misure di prevenzione. Tutte le 21 Regioni o Province autonome hanno aderito al progetto. Un campione di residenti di età compresa tra 18 e 69 anni viene estratto con metodo casuale dagli elenchi delle anagrafi sanitarie. Personale delle Asl, specificamente formato, effettua interviste telefoniche (circa 25 al mese per Asl) con un questionario standardizzato. I dati vengono poi trasmessi in forma anonima via internet e registrati in un archivio unico nazionale. A dicembre 2009, sono state caricate complessivamente oltre 90 mila interviste. Per maggiori informazioni, visita il sito www.epicentro.iss.it/passi.