

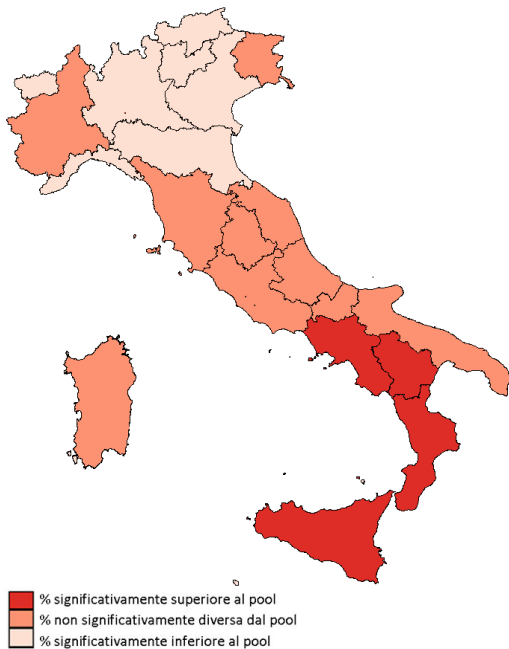
## La popolazione diabetica adulta nella Regione Calabria

### Prevalenza del diabete

Secondo i dati del sistema di sorveglianza Passi il 5,7% degli adulti 18-69enni intervistati in Calabria nel quadriennio 2009-2012, ha riferito di aver avuto diagnosi di diabete da parte di un medico.

La prevalenza dei diabetici aumenta con l'età raggiungendo addirittura il 14% nei 50-69enni, risulta più elevata tra gli uomini, tra le persone con basso livello di istruzione, con maggiori difficoltà economiche e tra quelle obese. Considerando insieme tutte le variabili indicate, l'analisi multivariata conferma l'associazione significativa del diabete con tutte queste caratteristiche a eccezione delle condizioni economiche.

**Diabete**  
Differenze di prevalenza rispetto al pool di ASL  
Pool di ASL Passi 2009-12: 4,5% (IC95%: 4,3-4,6%)



### Compresenza di altre patologie croniche e di fattori di rischio

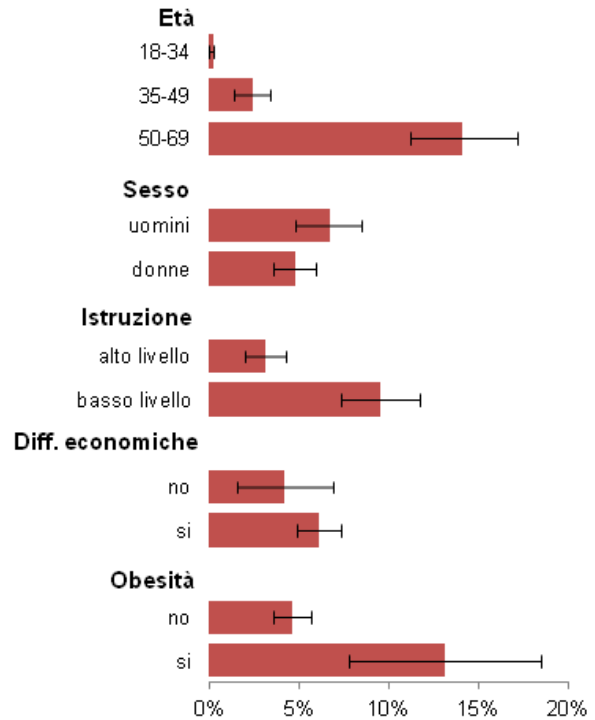
L'analisi dei fattori di rischio nella popolazione diabetica mostra la presenza simultanea di altre patologie croniche e importanti fattori di rischio cardiovascolare.

In particolare, nei diabetici ricorrono con maggiore frequenza ipertensione, ipercolesterolemia, obesità e sedentarietà rispetto alla popolazione non diabetica.

Sebbene tra le persone con diabete l'abitudine al fumo di sigaretta sia più bassa che tra i non diabetici, la frequenza del comportamento si attesta su un valore comunque elevato (17%).

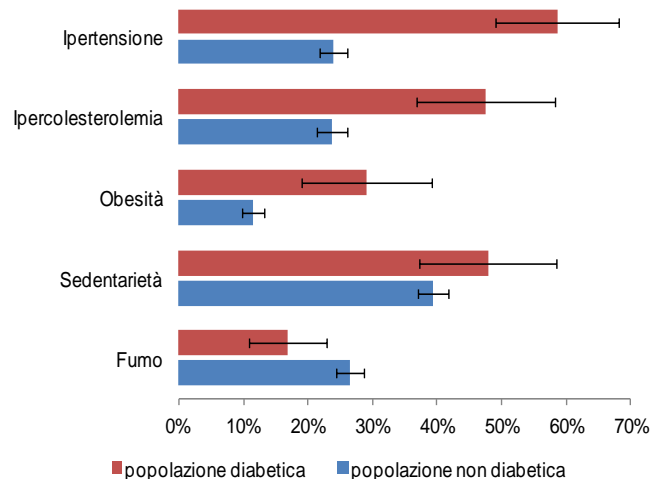
### Diabete

Prevalenze per caratteristiche socio-demografiche Calabria 2009-12: 5,7% (IC95%: 4,6-6,8%) n=3.424



Nel pool di ASL Passi, si osserva un gradiente Nord-Sud a sfavore delle Regioni meridionali: Nord 3,7%, Centro 4,5%, Sud e Isole 5,2%. La prevalenza più alta si registra in Basilicata (6%), mentre quella più bassa in Valle d'Aosta e nella P.A. di Bolzano (2,4%)

### Fattori di rischio e altre patologie croniche nei diabetici Regione Calabria - PASSI 2009-12



## Monitoraggio del colesterolo e della pressione arteriosa

Tra le raccomandazioni per il controllo del diabete è previsto il monitoraggio della colesterolemia e della pressione arteriosa. Secondo i dati Passi la maggior parte della popolazione diabetica aderisce a tali raccomandazioni.

### Controllo colesterolo e pressione arteriosa Regione Calabria - PASSI 2009-12

Diabetici che hanno misurato la colesterolemia negli ultimi 12 mesi	83%
Diabetici che hanno misurato la pressione arteriosa negli ultimi 12 mesi	90%

## Contrasto ai comportamenti a rischio

Azioni efficaci di contrasto al diabete sono rappresentate dall'adesione a un regime alimentare controllato e dallo svolgimento regolare di attività fisica.

Tra la popolazione diabetica in eccesso ponderale della Regione Calabria, il 52% segue una dieta al momento dell'intervista e il 30% ha perso almeno 2 kg nell'ultimo anno.

Il 31% delle persone con diabete svolge un'attività fisica moderata o intensa.

### Contrasto a eccesso ponderale e sedentarietà Regione Calabria - PASSI 2009-12

Diabetici in eccesso ponderale che seguono una dieta per perdere peso	52%
Diabetici in eccesso ponderale che hanno diminuito il peso di almeno 2 kg negli ultimi 12 mesi	30%
Diabetici che fanno attività fisica moderata o intensa aderendo alle linee guida *	31%

\*Adesione alle linee guida: 30 minuti di attività moderata per almeno 5 giorni alla settimana, e/o attività intensa per più di 20 minuti per almeno 3 giorni settimanali.

**Attività fisica moderata:** attività fisica che per quantità, durata e intensità comporta un leggero aumento della respirazione e del battito cardiaco o un po' di sudorazione, come per esempio camminare a passo sostenuto, andare in bicicletta, fare ginnastica dolce, ballare, fare giardinaggio o svolgere lavori in casa come lavare finestre o pavimenti. **Attività fisica intensa:** attività fisica che per quantità, durata e intensità provoca grande aumento della respirazione e del battito cardiaco o abbondante sudorazione, come per esempio correre, pedalare velocemente, fare ginnastica aerobica o sport agonistici.

### Consigli ai diabetici da parte di medici e operatori sanitari

Regione Calabria - PASSI 2009-12

Consiglio di praticare regolare attività fisica	62%
Consiglio di perdere peso (ai sovrappeso/obesi)	78%
Consiglio di smettere di fumare	84%

### Consigli di medici e operatori sanitari

6 diabetici su 10 dichiarano di aver ricevuto negli ultimi 12 mesi il consiglio, da un medico o altro operatore sanitario, di praticare regolare attività fisica. Il 78% dei diabetici in eccesso ponderale ha invece ricevuto il suggerimento di perdere peso.

## Conclusioni

Anche in Calabria la patologia diabetica è una condizione che riguarda soprattutto la fascia sociale più svantaggiata, cioè le persone con difficoltà economiche e con basso livello di istruzione. La compresenza di ulteriori condizioni di rischio cardiovascolare quali l'ipertensione, ipercolesterolemia, l'obesità, la sedentarietà e l'abitudine al fumo di sigaretta, contribuisce ad aumentare il rischio di complicanze micro e macrovascolari.

Fra le azioni volte a modificare gli stili di vita, prevalgono l'attività fisica e la dieta ipocalorica anche se la riduzione duratura del peso corporeo è un obiettivo raggiunto solo da un diabetico sovrappeso/obeso su tre.

Complessivamente, l'informazione e l'educazione dei pazienti per la promozione di stili di vita sani sembra un'area suscettibile di ampio miglioramento in particolare per quanto attiene alla pratica dell'attività fisica.

### Che cos'è il sistema di sorveglianza PASSI?

PASSI (Progressi delle aziende sanitarie per la salute in Italia) è un sistema di sorveglianza della popolazione adulta. 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 2012, sono state caricate complessivamente oltre 200 mila interviste. Per maggiori informazioni, visita il sito [www.epicentro.iss.it/passi](http://www.epicentro.iss.it/passi).

A cura di: **Francesco Sconza e B. Grasso** - Coordinatori Regionali Sistema di Sorveglianza PASSI -  
Con la collaborazione di: **C. Azzarito, G. Brancati, R. Curia, A. De Luca, A. Bisbano, T. Leone, A. Sutera**.

