

# Stato nutrizionale

GUADAGNARE SALUTE

# Stato nutrizionale

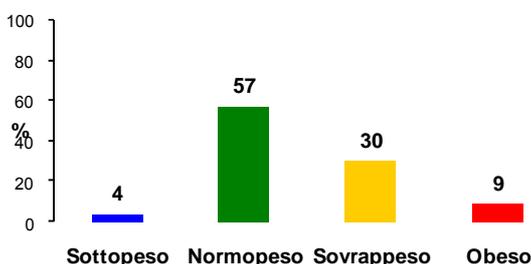
La situazione nutrizionale è un determinante importante delle condizioni di salute di una popolazione; l'eccesso di peso rappresenta un fattore di rischio rilevante per le principali patologie croniche (cardiopatie ischemiche, alcuni tipi di neoplasia, ictus, ipertensione, diabete mellito) ed è correlato con una riduzione di aspettativa e qualità di vita nei paesi industrializzati.

Le persone vengono classificate in 4 categorie in base al valore dell'Indice di massa corporea (*Body Mass Index* o BMI), calcolato dividendo il peso in kg per la statura in metri elevata al quadrato: sottopeso (BMI <18,5), normopeso (BMI 18,5-24,9), sovrappeso (BMI 25,0-29,9), obeso (BMI ≥ 30).

## Qual è lo stato nutrizionale della popolazione?

In Piemonte il 4% delle persone è sottopeso, il 57% normopeso, il 30% sovrappeso ed il 9% obeso.

**Situazione nutrizionale della popolazione**  
Piemonte - PASSI 2012 (n=3.028)



## Quante sono le persone in eccesso ponderale nella popolazione?

PASSI stima che tra i 18 e i 69 anni quasi 4 persone su 10 (39%) siano in eccesso ponderale.

Sia il sovrappeso che l'obesità aumentano:

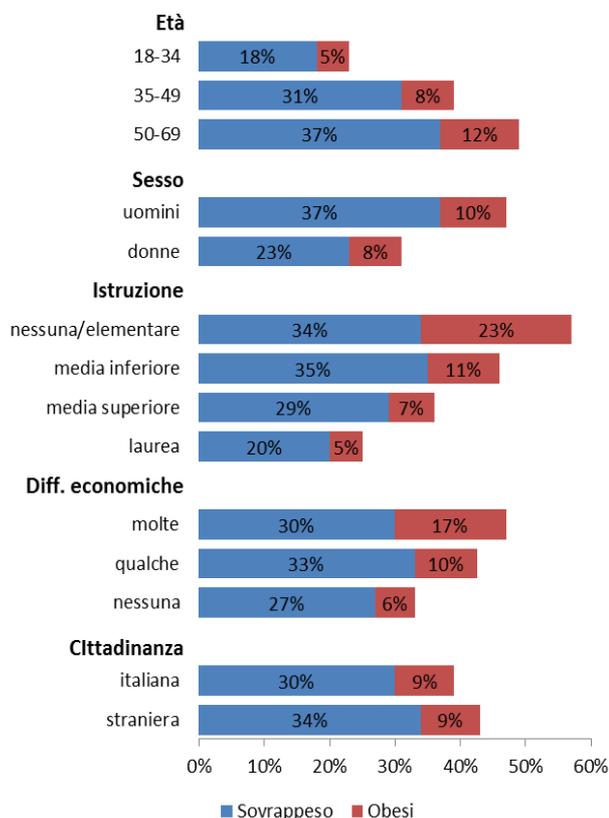
- all'aumentare dell'età;
- all'aumentare delle difficoltà economiche;
- al diminuire del livello d'istruzione.

L'eccesso ponderale è più diffuso negli uomini.

Analizzando separatamente per genere le caratteristiche socio-demografiche con un'analisi logistica multivariata, l'eccesso ponderale si conferma associato in entrambi i generi ad età e livello d'istruzione; nelle donne risulta associato anche a difficoltà economiche e cittadinanza.

**Eccesso ponderale**  
Prevalenze per sottogruppi di popolazione  
Piemonte 2012 (n=3.028)

Totale: **38,8%** (IC 95%: 36,7%-40,8%)

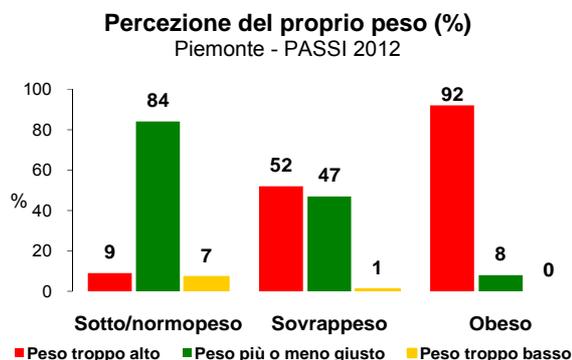


## Come considerano il proprio peso le persone intervistate?

La percezione che la persona ha del proprio peso è un fattore che condiziona il cambiamento del proprio stile di vita e non sempre coincide con il BMI calcolato sulla base di peso e altezza riferito.

In Piemonte vi è una corretta percezione del proprio peso negli obesi (92%) e nei normopeso (84%); ma solo il 52% delle persone in sovrappeso capisce che il proprio peso è troppo alto.

La percezione varia in relazione al sesso: tra i normopeso l'80% delle donne e l'88% degli uomini valutano il proprio peso giustamente, mentre tra i sovrappeso più della metà degli uomini (59%) e "solo" 3 donne su 10 (29%) non comprendono che il proprio peso è alto.



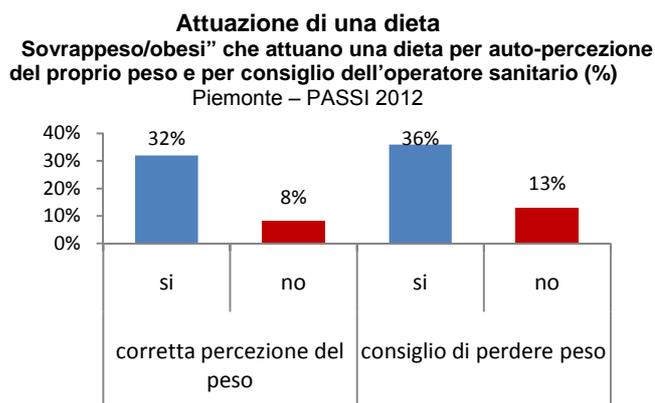
## Quante persone in eccesso ponderale ricevono consigli di perdere peso dagli operatori sanitari? Quante fanno una dieta? Con quale effetto?

In Piemonte il 50% delle persone in eccesso ponderale ha ricevuto il consiglio di perdere peso da un medico o da un altro operatore sanitario (il 42% dei sovrappeso ed il 74% degli obesi).

Il 23% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di seguire una dieta per perdere o mantenere il proprio peso.

La proporzione di persone in eccesso ponderale che seguono una dieta è significativamente più alta:

- nelle donne (34% rispetto a 15% negli uomini);
- negli obesi (31% rispetto a 20% nei sovrappeso);
- in coloro che ritengono il proprio peso "troppo alto" (32%) rispetto a chi lo ritiene "giusto" (8%);
- in coloro che hanno ricevuto il consiglio da un operatore sanitario (36% rispetto a 13%).



## Quante persone sovrappeso/obese ricevono consigli di fare attività fisica dagli operatori sanitari e con quale effetto?

In Piemonte, tra le persone in eccesso ponderale, il 33% è sedentario ed il 34% ha ricevuto il consiglio di fare attività fisica da parte di un medico o di un altro operatore sanitario (il 30% dei sovrappeso e il 47% degli obesi). Tra coloro in eccesso ponderale che hanno ricevuto il consiglio, il 74% pratica attività fisica almeno moderata, rispetto al 63% di chi non l'ha ricevuto.

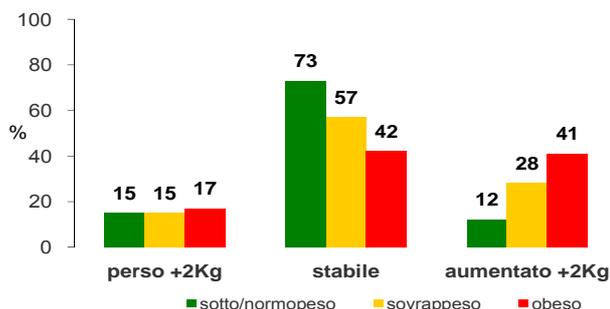
## Quante persone hanno cambiato peso nell'ultimo anno?

Nell'ultimo anno, in Piemonte, il 19% degli intervistati è aumentato di almeno 2 kg mentre il 15% ha perso almeno 2 kg.

La proporzione di persone aumentate di peso è maggiore:

- nelle persone in eccesso ponderale;
- nelle fasce d'età 50-69 anni (21%);
- nelle donne (23% rispetto al 16% maschile).

**Cambiamenti ponderali negli ultimi 12 mesi (%)**  
Piemonte - PASSI 2012



## Per un confronto temporale

Situazione nutrizionale	Piemonte											
	2007		2008		2009		2010		2011		2012	
	%	(IC al 95%)	%	(IC al 95%)	%	(IC al 95%)	%	(IC al 95%)	%	(IC al 95%)	%	(IC al 95%)
<b>Eccesso ponderale</b>	39,4	37,6 - 41,2	38,5	37,2 - 39,9	38,1	36,6 - 39,6	37,4	35,8 - 39,0	34,7	33,0 - 36,4	38,8	36,7 - 40,8
sovrappeso	29,8	28,0 - 31,6	29,5	28,2 - 30,7	29,4	27,9 - 30,8	28,9	27,4 - 30,4	26,9	25,3 - 28,5	29,9	27,9 - 31,9
obeso	9,5	8,4 - 10,7	9,1	8,3 - 9,9	8,8	7,8 - 9,7	8,5	7,6 - 9,4	7,8	6,8 - 8,8	8,9	7,7 - 10,1
<b>Persone in sovrappeso che ritengono corretto il proprio peso</b>	46,2	42,8 - 49,2	41,1	38,4 - 43,7	45,2	42,2 - 48,1	42,4	39,2 - 45,5	46,2	42,6 - 49,7	47,4	43,3 - 51,4
<b>Persone in eccesso ponderale che seguono una dieta</b>	24,6	22,2 - 27,0	25,0	23,0 - 27,0	25,3	23,0 - 27,6	27,0	24,6 - 29,4	26,2	23,7 - 28,8	22,6	19,8 - 25,4
<b>Consiglio di un operatore sanitario a persone in eccesso ponderale*</b>												
di perdere peso	54,6	50,5 - 58,6	54,3	51,9 - 56,7	53,1	50,4 - 55,8	52,9	50,1 - 55,7	55,0	51,7 - 58,3	50,1	46,2 - 54,0
di fare attività fisica	36,9	32,9 - 41,0	37,9	35,4 - 40,5	36,9	34,2 - 39,7	38,2	34,4 - 42,0	39,9	36,6 - 43,2	34,2	30,5 - 37,8

\* Tra coloro che sono stati da un medico o un operatore sanitario negli ultimi 12 mesi.

I dati PASSI 2012 non confermano la diminuzione della prevalenza di persone in eccesso ponderale osservata dal 2007 al 2011.

Non si modificano significativamente neppure le prevalenze dei soggetti in sovrappeso che ritengono corretto il proprio peso (poco meno della metà) e che seguono una dieta (circa un quarto). Invariata risulta anche la diffusione dei consigli di perdere peso e di fare attività fisica da parte degli operatori sanitari.

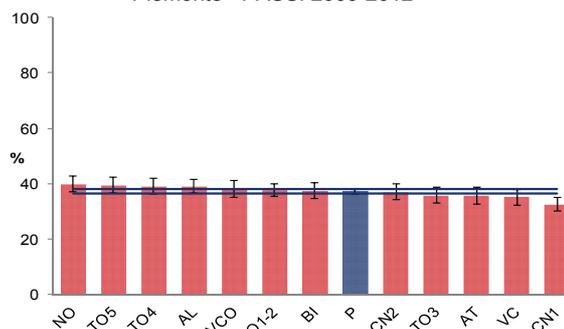
## Per un confronto territoriale

### Confronto tra le ASL del Piemonte

Con le interviste PASSI 2009-2012, la prevalenza di persone in eccesso ponderale risulta variare dal 32% dell'ASL CN1 al 40% dell'ASL NO, con una media regionale del 37%.

L'ASL CN1 presenta valori significativamente inferiori alla media regionale.

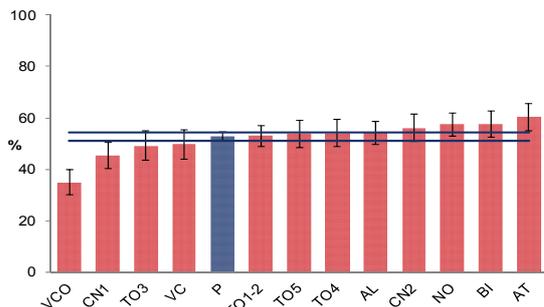
**Eccesso ponderale (%)**  
Prevalenze per ASL di residenza  
Piemonte - PASSI 2009-2012



Righe orizzontali: limiti di confidenza della prevalenza regionale.

**Persone in eccesso ponderale  
che hanno ricevuto da un operatore sanitario  
il consiglio di perdere peso (%)**

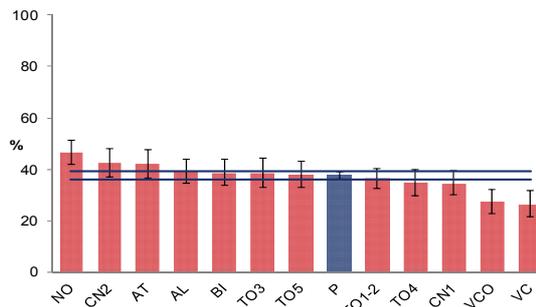
Prevalenze per ASL di residenza  
Piemonte - PASSI 2009-2012



Righe orizzontali: limiti di confidenza della prevalenza regionale.

**Persone in eccesso ponderale  
che hanno ricevuto da un operatore sanitario  
il consiglio di fare attività fisica (%)**

Prevalenze per ASL di residenza  
Piemonte - PASSI 2009-2012



Righe orizzontali: limiti di confidenza della prevalenza regionale.

La prevalenza di persone in eccesso ponderale che riferisce di aver ricevuto il consiglio da parte di un operatore sanitario di perdere peso varia dal 35% dell'ASL VCO al 60% dell'ASL AT, con un valore medio regionale del 53%: le ASL VCO e CN1 presentano valori significativamente inferiori al valore regionale, mentre l'ASL AT presenta valori significativamente superiori.

Le persone in eccesso ponderale che hanno ricevuto il consiglio di svolgere attività fisica da parte di un operatore sanitario variano dal 26% dell'ASL VC al 47% dell'ASL NO, con un valore medio regionale del 38%: le ASL VC e VCO presentano valori significativamente inferiori alla media regionale, mentre l'ASL NO un valore significativamente superiore.

### Confronto tra Piemonte e Pool PASSI

Situazione nutrizionale	Piemonte		Pool PASSI	
	2009-2012		2009-2012	
	%	(IC al 95%)	%	(IC al 95%)
Eccesso ponderale	37,2 36,3 - 38,0		41,9 41,6 - 42,2	
	sovrappeso 28,6 27,8 - 29,5		31,4 31,1 - 31,7	
	obeso 8,5 8,0 - 9,0		10,5 10,3 - 10,7	
Consiglio di un operatore sanitario a persone in eccesso ponderale	di perdere peso* 52,7 51,2 - 54,3		52,5 52,0 - 53,0	
	di fare attività fisica* 37,6 36,0 - 39,2		35,9 34,8 - 37,0	

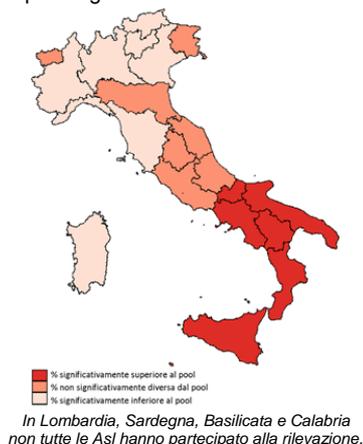
\* Tra coloro che sono stati da un medico o un operatore sanitario negli ultimi 12 mesi.

Nel periodo 2009-2012, il Piemonte si caratterizza rispetto al Pool nazionale, per una minore prevalenza di soggetti in eccesso ponderale, sia in sovrappeso che obesi.

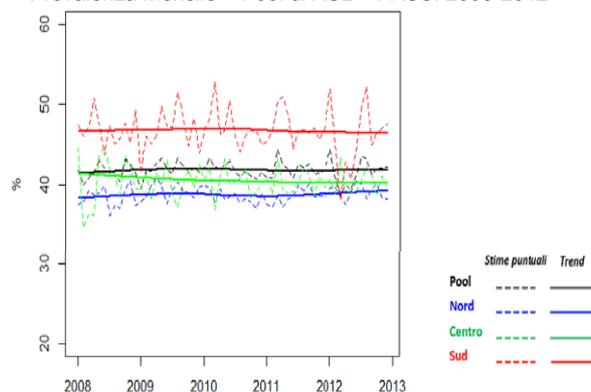
Non vi è differenza tra Piemonte e Pool PASSI rispetto alla diffusione dei consigli degli operatori sanitari ai soggetti in eccesso ponderale relativamente alla perdita di peso e all'effettuazione di attività fisica.

## La situazione nel resto d'Italia

**Eccesso ponderale**  
Prevalenze per Regione di residenza – PASSI 2009-2012



**Trend dell'eccesso ponderale**  
Prevalenza mensile – Pool di ASL – PASSI 2008-2012

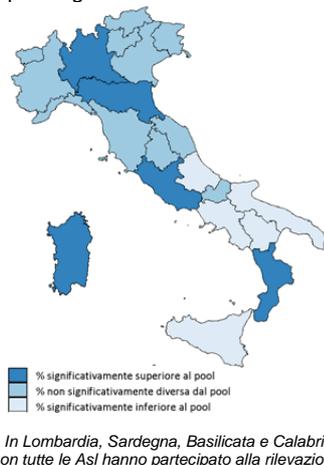


I dati PASSI 2009-2012 mostrano fra le Regioni significative differenze nelle prevalenze delle persone in eccesso ponderale, con un chiaro gradiente in aumento da Nord a Sud.

La PA di Bolzano presenta la prevalenza più bassa di persone in eccesso ponderale (33,7%), mentre in Basilicata si registra quella più alta (48,8%).

Dal 2008 al 2012 l'analisi delle serie storiche mensili non registra variazioni significative dell'eccesso ponderale, né nel Pool che in nessuna delle tre ripartizioni geografiche.

**Persone in eccesso ponderale  
che hanno ricevuto da un operatore sanitario  
il consiglio di perdere peso**  
Prevalenze per Regione di residenza – PASSI 2009-2012



I dati PASSI 2009-2012 indicano che il consiglio di un operatore sanitario alle persone in eccesso ponderale di perdere peso è diffuso in maniera differente tra le regioni.

Il valore più basso si registra in Basilicata (29%) mentre quello più alto in Sardegna (64%).

## Conclusioni

I sistemi di sorveglianza basati su interviste telefoniche utilizzano valori riferiti di peso e altezza, e, secondo quanto noto in letteratura, sottostimano la prevalenza di eccesso ponderale; nonostante questo, PASSI rileva che nel 2012, tra 18 e 69 anni, in Piemonte quasi 4 persone su 10 (39%) sono in eccesso di peso.

L'attenzione dei programmi di intervento va rivolta, oltre che alle persone obese (9%), alle persone in sovrappeso (30%), nelle quali emerge che quasi 1 persona in sovrappeso su 2 non capisce di essere sovrappeso e meno di 1 persona su 4 intraprende una dieta.

I consigli degli operatori sanitari, anche se efficaci per l'attuazione di una dieta, non sono abbastanza diffusi: il consiglio di perdere peso raggiunge solo 1 persona sovrappeso su 2 e quello di fare attività fisica solo 1 su 3.