

## ***Sistema di sorveglianza PASSI***

### **Rapporto aziendale 2012-2015 ASL Milano: Stato nutrizionale e abitudini alimentari**



#### **Hanno contribuito alla realizzazione dello studio PASSI (2012-2015):**

**nella ASL Milano:** Anna Silvestri (Coordinatore), Luisella Poli (Vice-Coordinatore); Danila Cecile (Organizzazione, informatizzazione, predisposizione report); Giulia Barbier, Carlangela Cappellini, Lucia Grassi, Jessica Sciuto, Laura Galessi, Maurizio Vicari, Manuela Volpi, Anna De Rosa (Conduzione interviste);

**a livello regionale:** Carlo Zocchetti (Regione Lombardia); Giuliana Rocca (ASL Bergamo); Anna Silvestri (ASL Milano); Luigi Camana (ASL Pavia); Roberto Bardelli (ASL Varese);

**a livello nazionale:** Maria Masocco, Sandro Baldissera, Paolo D'Argenio, Gianluigi Ferrante, Valentina Minardi, Valentina Possenti, Elisa Quarchioni, Stefania Salmaso (CNESPS, Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute - Istituto Superiore di Sanità, Roma);

Nicoletta Bertozzi (Dipartimento di sanità pubblica - AUSL Cesena); Stefano Campostrini (Dipartimento di Statistica – Fondazione Università Ca' Foscari, Venezia); Giuliano Carrozzini (Dipartimento di Sanità Pubblica - AUSL Modena); Angelo D'Argenio (Dipartimento di Prevenzione - ASL Caserta 2); Pirus Fateh-Moghadam (Osservatorio per la Salute – Provincia Autonoma di Trento); Massimo O.Trinito (Dipartimento di Prevenzione - AUSL Roma C); Stefania Vasselli (Direzione Generale della Prevenzione Sanitaria - Ministero della salute, Roma).

# Stato nutrizionale e abitudini alimentari

La situazione nutrizionale di una popolazione è un determinante importante delle sue condizioni di salute. In particolare 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.

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

Ad alcuni alimenti è riconosciuto un ruolo protettivo: è ormai evidente per esempio la protezione rispetto alle neoplasie associata all'elevato consumo di frutta e verdura. Per questo motivo ne viene consigliato il consumo tutti i giorni: l'adesione alle raccomandazioni internazionali prevede il consumo di almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno (*five-a-day*).

## Situazione nutrizionale e consumo di frutta e verdura – ASL Milano - PASSI 2012-15 (n=1402)

	% (IC95%)
Popolazione in eccesso ponderale	
<i>sovrappeso</i> <sup>1</sup>	27,72% (25,53%-30,03%)
<i>obesi</i> <sup>2</sup>	7,77% (6,49%-9,29%)
Consigliato di perdere peso da un medico o operatore sanitario <sup>3</sup>	
<i>Sovrappeso/obesi</i>	57,75% (53,13%-62,24%)
Adesione al <i>five-a-day</i>	9,81% (8,37%-11,47%)

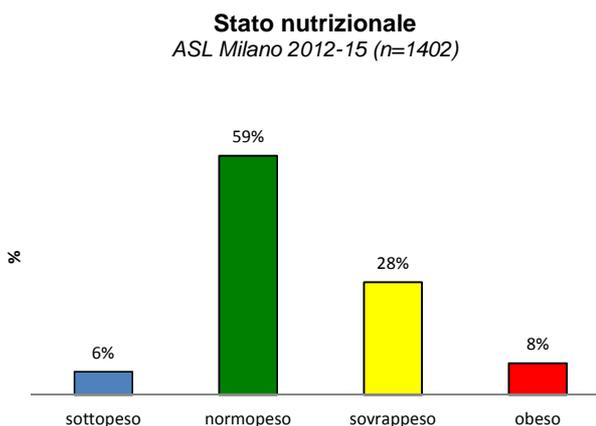
<sup>1</sup> sovrappeso = indice di massa corporea (*Imc*) compreso tra 25 e 29,9

<sup>2</sup> obeso = indice di massa corporea (*Imc*) ≥30

<sup>3</sup> tra coloro che sono stati dal medico negli ultimi 12 mesi

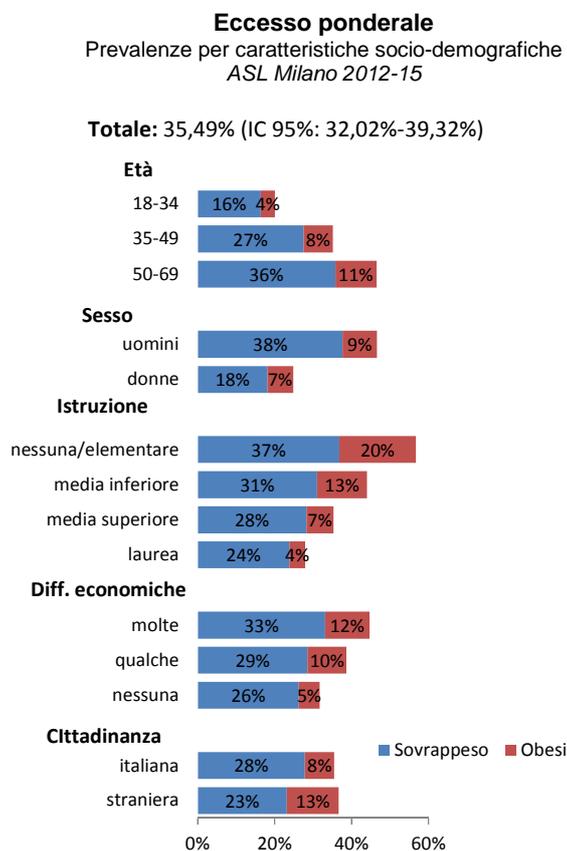
## Qual è lo stato nutrizionale della popolazione?

- Nella ASL Milano il 5,68% delle persone intervistate risulta sottopeso, il 27,72% sovrappeso e il 7,77% obeso.
- Complessivamente si stima che il 35,49% della popolazione presenti un eccesso ponderale.



## Quante e quali persone sono in eccesso ponderale ?

- L'eccesso ponderale è significativamente più frequente:
  - col crescere dell'età
  - negli uomini (47% vs 25%)
  - nelle persone con basso livello di istruzione.

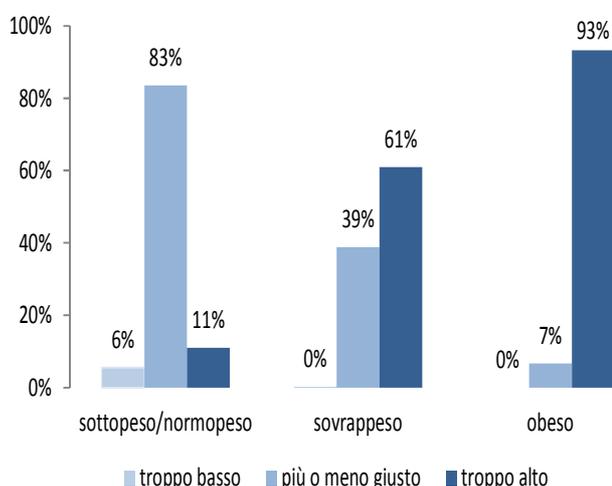




## Come considerano il proprio peso le persone intervistate?

- 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.
- La percezione del proprio peso non sempre coincide con il IMC calcolato sulla base di peso ed altezza riferiti dagli stessi intervistati: in ASL Milano si osserva un'alta coincidenza tra percezione del proprio peso e IMC negli obesi (93%) e nei normopeso (83%); tra le persone in sovrappeso invece ben il 39% ritiene il proprio peso giusto.
- Emerge una diversa percezione del proprio peso per sesso: tra le donne normopeso il 79,86% considera il proprio peso più o meno giusto rispetto all'88,77% degli uomini, mentre tra le donne sovrappeso il 18,83% considera il proprio peso più o meno giusto rispetto all'48,71% degli uomini.

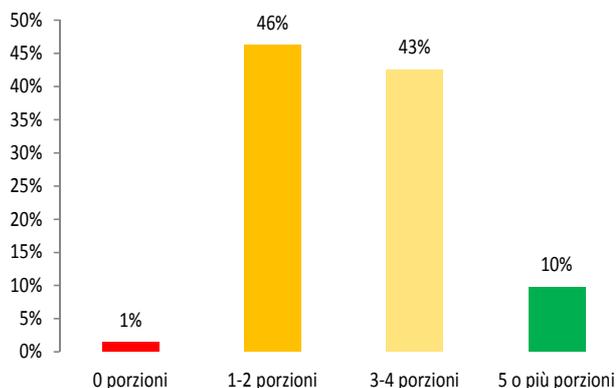
**Autopercezione del proprio peso corporeo**  
Prevalenze per stato nutrizionale – ASL Milano 2012-15 (n=1393)



## Quante persone mangiano almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno (“five a day”)?

- Nella ASL Milano il 98,55% degli intervistati ha dichiarato di mangiare frutta e verdura almeno una volta al giorno: il 42,51% ha riferito di mangiare 3-4 porzioni al giorno e solo il 9,81% le 5 porzioni raccomandate.

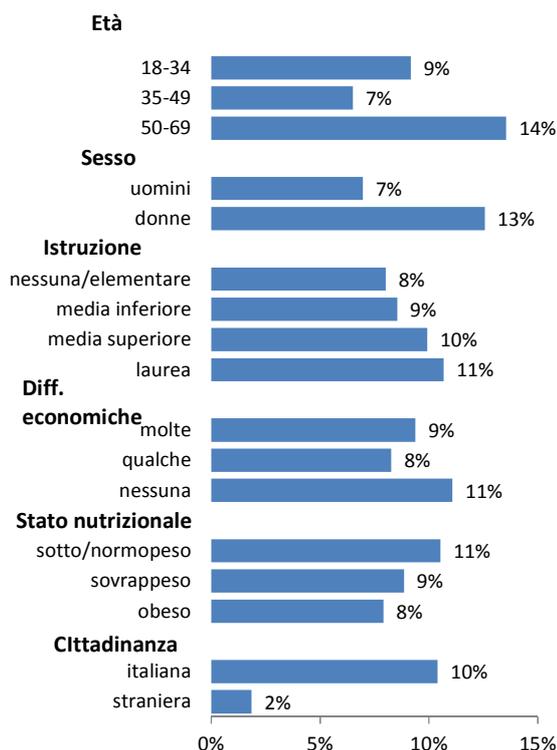
**Consumo di frutta e verdura**  
Prevalenze per porzioni consumate  
ASL Milano 2012-15 (n=1409)



- L'abitudine a consumare 5 o più porzioni di frutta e verdura al giorno è più diffusa nelle persone sopra ai 50 anni, nelle donne (12,56%) e tra i cittadini italiani.

### Adesione al five-a-day

Prevalenze per caratteristiche socio-demografiche  
ASL Milano 2012-15 (n=1409)



### Adesione al five-a-day\*

Prevalenze per regione di residenza – Pool di ASL 2012-15

#### Consumo quotidiano di 5 porzioni frutta e verdura per regione di residenza

Passi 2012-2015



- peggiore del valore nazionale
- simile al valore nazionale
- migliore del valore nazionale

Sorveglianza Passi

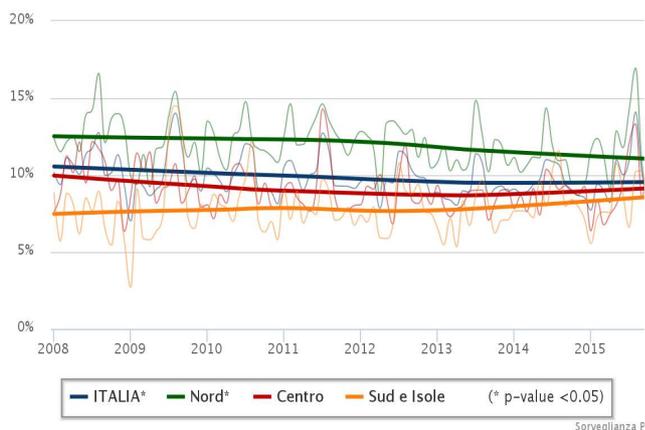
in Lombardia non tutte le Asl hanno partecipato alla rilevazione  
\*dati standardizzati

- Consumare almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno, come raccomandato, è un'abitudine che cresce con l'avanzare dell'età, è più frequente fra le donne e fra le persone senza difficoltà economiche.
- Il gradiente geografico è chiaro e mostra che l'adesione al five a day scende significativamente nelle Regioni centrali e meridionali rispetto a quelle del Nord Italia.

## Trend del *five a day*

Serie storica Consumo quotidiano di 5 porzioni frutta e verdura per area geografica

Passi 2008-2015



- Per quanto riguarda l'evoluzione temporale, nel periodo 2008-2015, si evidenzia un lieve ma significativo andamento in diminuzione a livello nazionale nella prevalenza di consumatori di almeno 5 porzioni di frutta e verdura (da 10,54% a 9,51%) a carico del Nord e principalmente delle regioni del Centro (diminuzione da 9,93% a 8,96%). Tendenza opposta al Sud dove il consumo aumenta da 7,48% a 8,30%.

## Quante persone sovrappeso/obese ricevono consigli di perdere peso dagli operatori sanitari e con quale effetto?

- Nella ASL Milano il 57,75% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di aver ricevuto il consiglio di perdere peso da parte di un medico o di un altro operatore sanitario; in particolare hanno riferito questo consiglio il 49,50% delle persone in sovrappeso e 86,97% delle persone obese.

### Persone in eccesso ponderale che hanno ricevuto il consiglio di fare una dieta\*

Prevalenza per regione di residenza - Passi 2012-15

Consiglio di perdere peso a persone in eccesso ponderale per regione di residenza

Passi 2012-2015



- peggiore del valore nazionale
- simile al valore nazionale
- migliore del valore nazionale

Sorveglianza Passi

In Lombardia non tutte le Asl hanno partecipato alla rilevazione  
\*dati standardizzati

Nel periodo 2012-2015 a livello nazionale appare troppo bassa e in riduzione l'attenzione al problema dell'eccesso ponderale da parte degli operatori sanitari nel Paese:

solo la metà degli intervistati in eccesso ponderale riferisce di aver ricevuto il consiglio di seguire una dieta per perdere peso, questa attenzione è indirizzata soprattutto alle persone obese, molto meno alle persone in sovrappeso. In realtà il consiglio di un medico di mettersi a dieta è fondamentale perché incoraggia chi lo riceve a metterlo in pratica. Infatti la quota di persone in eccesso ponderale che dichiara di seguire una dieta è tre volte maggiore fra le persone che hanno ricevuto il consiglio medico rispetto a coloro che non lo hanno ricevuto (37% vs 12%).

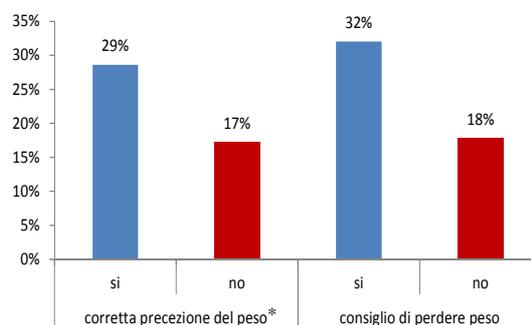
Da segnalare che l'attenzione degli operatori a questo problema è più scarsa proprio dove ce ne sarebbe più bisogno, come nelle Regioni meridionali.

## Attuazione di una dieta

% di "sovrappeso" che attuano una dieta per auto percezione del proprio peso

% di "sovrappeso/obesi" che attuano una dieta per consiglio dell'operatore sanitario  
ASL Milano 2012-15

- Il 24,99% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di seguire una dieta per perdere o mantenere il proprio peso (21,83% nei sovrappeso e 36,25% negli obesi).
- La proporzione di persone con eccesso ponderale che seguono una dieta è significativamente più alta:
  - nelle donne (32,89% vs 20,64% negli uomini);
  - negli obesi (36,25% vs 21,83%) nei sovrappeso;
  - nelle persone sovrappeso (esclusi gli obesi) che ritengono il proprio peso "troppo alto" (28,63%) rispetto a quelle che ritengono il proprio peso "giusto" (17,29%);
  - in coloro che hanno ricevuto il consiglio da parte di un operatore sanitario (32,05% vs 17,78%).



\* Questo confronto riguarda solo i sovrappeso

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

- In ASL Milano il 23,35% delle persone in eccesso ponderale è sedentario (20,53% nei sovrappeso e 33,65% negli obesi). Il 46,1% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di aver ricevuto il consiglio di fare attività fisica da parte di un medico o di un altro operatore sanitario; in particolare hanno ricevuto questo consiglio il 41,51% delle persone in sovrappeso e il 62,28% di quelle obese.
- Tra le persone in eccesso ponderale che hanno riferito il consiglio, il 73,24% pratica un'attività fisica almeno moderata, rispetto al 79,90% di chi non l'ha ricevuto.
- Nel pool nazionale di ASL 2012-15 il 32,9% di persone in sovrappeso e il 50,9% degli obesi hanno ricevuto il consiglio di fare regolare attività fisica da parte di un medico o di un operatore sanitario.

## ***Conclusioni e raccomandazioni***

In letteratura è ampiamente documentata una sottostima nel rilevare la prevalenza dell'eccesso ponderale attraverso indagini telefoniche analoghe a quelle condotte nel sistema di Sorveglianza PASSI; nonostante questa verosimile sottostima, in ASL Milano quasi una persona su tre presenta un eccesso ponderale.

Una particolare attenzione nei programmi preventivi va posta, oltre alle persone obese, alle persone in sovrappeso. In questa fascia di popolazione emerge infatti una sottostima del rischio per la salute legato al proprio peso: meno di una persona su tre percepisce il proprio peso come "troppo alto".

La dieta per ridurre o controllare il peso è praticata solo dal 25% delle persone in eccesso ponderale, mentre è più diffusa la pratica di un'attività fisica moderata (73%).

La maggior parte delle persone consuma giornalmente frutta e verdura: oltre la metà ne assume 3 o più porzioni, ma solo una su dieci assume le 5 porzioni al giorno raccomandate per un'efficace prevenzione delle neoplasie.

I risultati indicano la necessità di interventi multisettoriali per promuovere un'alimentazione corretta accompagnata da un'attività fisica svolta in maniera costante e regolare.

Per aumentare l'efficacia degli interventi appare fondamentale l'approccio multidisciplinare nel quale la Sanità Pubblica gioca un ruolo importante nel promuovere alleanze e integrazioni.

Rilevante risulta inoltre il consiglio ed il sostegno del Medico di Medicina Generale, spesso il primo operatore a confrontarsi con il problema legato al peso del proprio assistito.