



ECCESSO PONDERALE

L'eccesso ponderale è una condizione caratterizzata da un eccessivo accumulo di grasso corporeo, in genere a causa di un'alimentazione scorretta e di una vita sedentaria. Abitudini alimentari ipercaloriche e sbilanciate determinano un eccesso di peso e, di conseguenza, un impatto considerevole sulla salute di una popolazione poiché favoriscono l'insorgenza di numerose patologie e/o aggravano quelle preesistenti, riducono la durata della vita e ne peggiorano la qualità. Sovrappeso e obesità sono infatti i principali fattori di rischio oncologico: si stima che, globalmente, nel 2012 lo sviluppo di mezzo milione di nuovi tumori fosse attribuibile all'eccesso ponderale, con valori ancora più alti nella Regione europea dell'Organizzazione mondiale della sanità (Oms).

Secondo il rapporto 2018 dalla Fao, dallo Ifad (Fondo internazionale per lo sviluppo agricolo), dall'Unicef, dal Programma alimentare mondiale (Wfp) e dall'Oms, intitolato "The state of food security and nutrition in the world 2018. Building climate resilience for food security and nutrition", nel 2017 nel mondo 672 milioni di persone (circa 1 su 8) erano obese e 38,3 milioni di bambini sotto i 5 anni di età (5,6%) erano in sovrappeso.



I dati riferiti dagli intervistati Passi relativi a peso e altezza portano a stimare che 4 adulti su 10 siano in eccesso ponderale: 3 in sovrappeso (con un indice di massa corporea - Imc - compreso fra 25 e 29,9) e 1 obeso (Imc \geq 30).

L'essere in eccesso ponderale è una caratteristica più frequente al crescere dell'età, fra gli uomini rispetto alle donne, fra le persone con difficoltà economiche e fra le persone con un basso livello di istruzione. Il gradiente geografico è chiaro e mostra quote crescenti di persone in sovrappeso o obese dal Nord al Sud Italia. Le analisi temporali non mostrano significative variazioni nell'eccesso ponderale, ma questo è solo il risultato di andamenti diversi fra le due componenti di sovrappeso e obesità, nelle tre ripartizioni geografiche: la quota di persone in sovrappeso non si modifica, mentre l'obesità aumenta ovunque, in particolare nel Sud Italia, con l'eccezione del Centro Italia, in cui si registra una riduzione.

Le persone in sovrappeso o obese sembrano essere poco consapevoli del loro stato di eccesso ponderale e non si percepiscono tali. Generalmente le donne sono più consapevoli del problema rispetto agli uomini, la consapevolezza del proprio eccesso ponderale favorisce l'adozione di comportamenti alimentari corretti. Bassa, e in riduzione nel tempo, sembra essere l'attenzione degli operatori sanitari al problema.

Inoltre l'attenzione è indirizzata soprattutto alle persone obese, molto meno a quelle in sovrappeso. Questo aspetto è molto importante perché quando il consiglio di mettersi a dieta arriva da parte di un medico incoraggia chi lo riceve a metterlo in pratica. Infatti la quota di persone in eccesso ponderale che dichiara di seguire una dieta è significativamente maggiore fra coloro che hanno ricevuto il consiglio medico rispetto a quelli che non lo hanno ricevuto (41% vs 13%).

Eccesso ponderale per regione di residenza

Passi 2015-2018

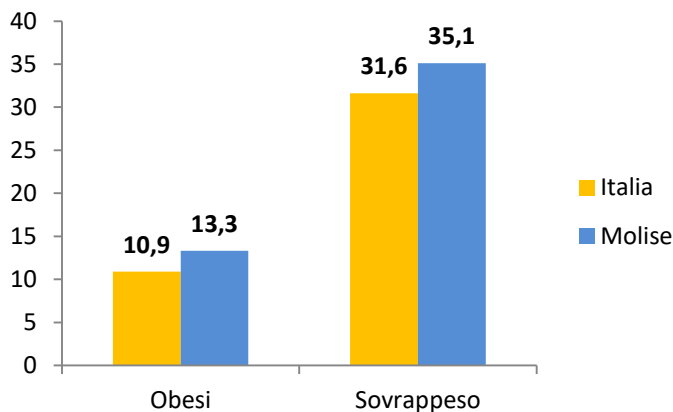


- peggiore del valore nazionale
- simile al valore nazionale
- migliore del valore nazionale

Sorvegliar



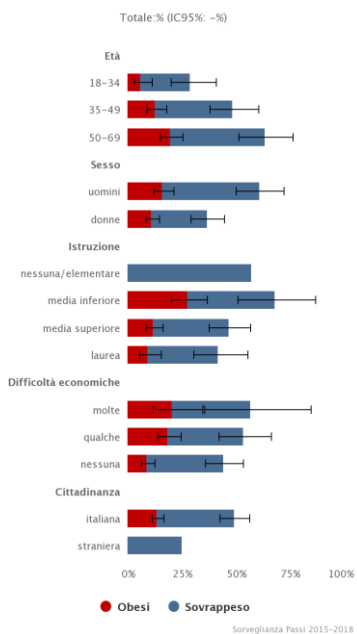
Eccesso Ponderale Molise-Italia PASSI 2015-2018



Passi Molise 2015-18

La percentuale degli obesi risulta essere leggermente superiore rispetto all'Italia (13,3% contro 10,9% del dato nazionale), come la quota degli individui in sovrappeso (35,1% contro il 31,6%).

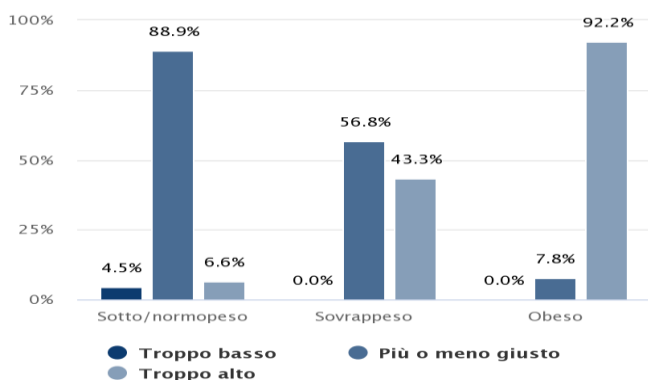
Eccesso ponderale per caratteristiche socio-demografiche e stime di popolazione Molise



L'eccesso ponderale risulta più frequente:

- in soggetti di sesso maschile,
- di età superiore ai 50 anni,
- con livello di istruzione medio-basso
- con difficoltà economiche.

Autopercezione del proprio peso corporeo Prevalenze per stato nutrizionale Molise



Il 57% degli individui in sovrappeso e l'8% degli obesi non è consapevole del problema, ritenendo giusto il proprio peso corporeo; infatti, meno di una persona su tre segue una dieta per perdere peso.



Attenzione degli operatori sanitari. Passi 2015 -18		
	Molise	Italia
Obesi consigliati dal medico operatore sanitario di perdere peso	84,2	73,2
Sovrappeso consigliati dal medico operatore sanitario di perdere peso	51,3	38,2
Obesi consigliati dal medico operatore sanitario di fare attività fisica	76,6	51,8
Sovrappeso consigliati dal medico operatore sanitario di fare attività fisica	40,7	33,7

Il 51% degli individui in sovrappeso dichiara di aver ricevuto la raccomandazione di perdere peso da parte di operatori sanitari (38,2% in Italia); Solo il 41% degli individui sovrappeso ha ricevuto il consiglio di fare attività fisica