

## Stato nutrizionale e abitudini alimentari

Lo stato nutrizionale è un determinante 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 dell'aspettativa e della qualità della vita nei paesi industrializzati.

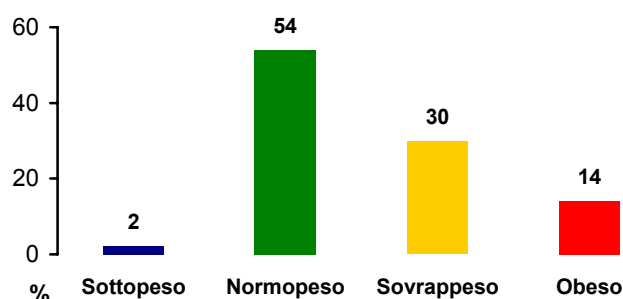
Le persone vengono classificate in 4 categorie in base al valore dell'Indice di massa corporea (*Body Mass Index* o BMI), calcolato dividendo il peso in kg per la statura in metri elevata al quadrato: sottopeso (BMI <18,5), normopeso (BMI 18,5-24,9), sovrappeso (BMI 25,0-29,9), obeso (BMI ≥ 30).

Ad alcuni alimenti è riconosciuto un ruolo protettivo: è ormai evidente, per esempio, il ruolo protettivo rispetto alle neoplasie dell'elevato consumo di frutta e verdura. Per questo motivo ne viene consigliato il consumo tutti i giorni: le raccomandazioni internazionali prevedono il consumo di almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno ("five a day").

### Qual è lo stato nutrizionale della popolazione?

- A Modena il 2% delle persone intervistate risulta sottopeso, il 54% normopeso, il 30% sovrappeso e il 14% obeso.
- Complessivamente si stima che il 44% della popolazione presenti un eccesso ponderale (cioè in sovrappeso o con obesità).

Situazione nutrizionale della popolazione  
AUSL di Modena - PASSI 2007 (n=444)



### Quante e quali sono state le persone rilevate in eccesso ponderale?

- L'eccesso ponderale è significativamente più frequente:

- col crescere dell'età
- negli uomini: 52% contro 37% nelle donne
- nelle persone con livelli di istruzione più bassi

Non si sono rilevate differenze rispetto alle condizioni economiche.

- Analizzando con una opportuna tecnica statistica (*regressione logistica*) l'effetto di ogni singolo fattore in presenza di tutti gli altri, si mantengono le significatività solo per l'età e il sesso; a livello regionale rimangono significative tutte le variabili.

Popolazione con eccesso ponderale  
AUSL di Modena - PASSI 2007 (n=197)

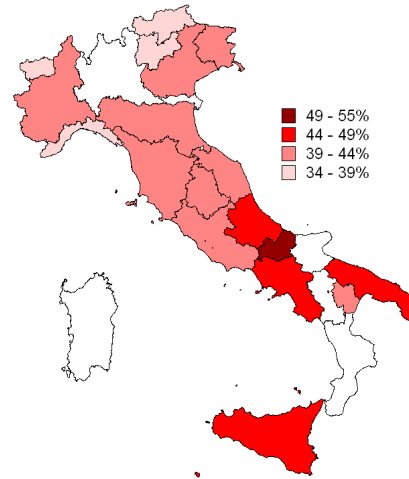
Caratteristiche	Sovrappeso		Obesi	
	%	(IC95%)	%	(IC95%)
<b>Totale</b>	<b>29,8</b>	<b>24,8-34,8</b>	<b>14,0</b>	<b>10,2-17,8</b>
<b>Classi di età</b>				
18 - 34	16,4	8,5-24,4	4,8	0,5-9,0
35 - 49	<u>31,7*</u>	23,1-40,3	11,7	5,7-17,6
50 - 69	<u>39,5</u>	30,4-48,6	24,3	16,0-32,6
<b>Sesso</b>				
uomini	35,5	27,9-43,0	16,2	10,6-21,8
donne	<u>24,1*</u>	17,5-30,6	11,7	6,6-16,8
<b>Istruzione</b>				
nessuna/elementare	35,3	21,1-49,6	29,5	15,8-43,2
media inferiore	36,7	27,6-45,9	16,8	9,7-23,8
media superiore	<u>25,8*</u>	18,0-33,6	7,4	2,8-11,9
laurea	<u>18,2*</u>	6,6-29,8	9,6	0,6-18,6
<b>Difficoltà economiche</b>				
molte	28,4	11,9-44,8	27,9	12,3-43,5
qualche	29,7	20,9-38,6	11,6	5,4-17,7
nessuna	30,3	23,7-36,9	13,1	8,1-18,1

La sottolineatura indica la significatività statistica rispetto alla prima modalità di ciascuna caratteristica (es. donne rispetto agli uomini)

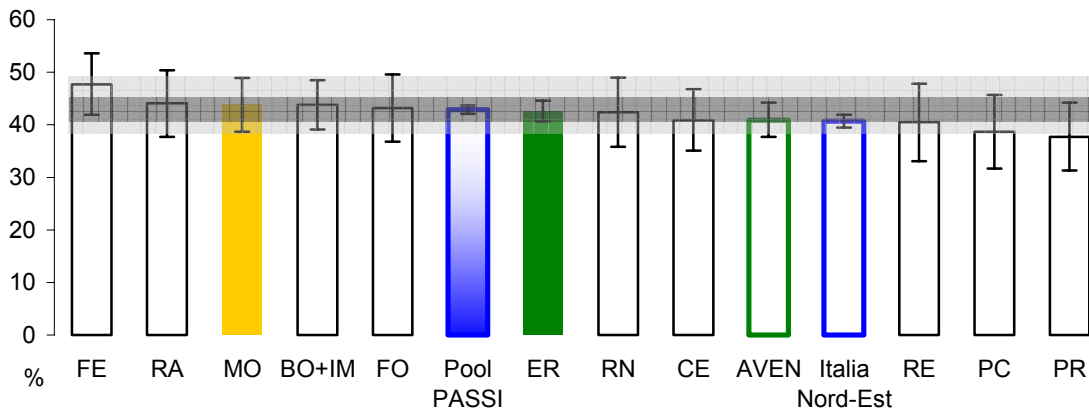
La sottolineatura con asterisco indica una differenza al limite della significatività statistica

- Nella provincia di Modena la percentuale rilevata di persone in eccesso ponderale è in linea con quella della Regione (42%) e con quella delle altre AUSL (range dal 38% di Parma al 48% di Ferrara); non sono state riscontrate differenze neppure con l'Emilia Nord (41%).
- Tra le ASL partecipanti al sistema PASSI a livello nazionale, il 43% degli intervistati ha presentato un eccesso ponderale (32% in sovrappeso e 11% obesi), nel Nord-Est Italia il 40% (30% in sovrappeso e 10% obesi); relativamente all'eccesso ponderale è presente un evidente gradiente territoriale.

**% persone in eccesso ponderale**  
Pool PASSI 2007



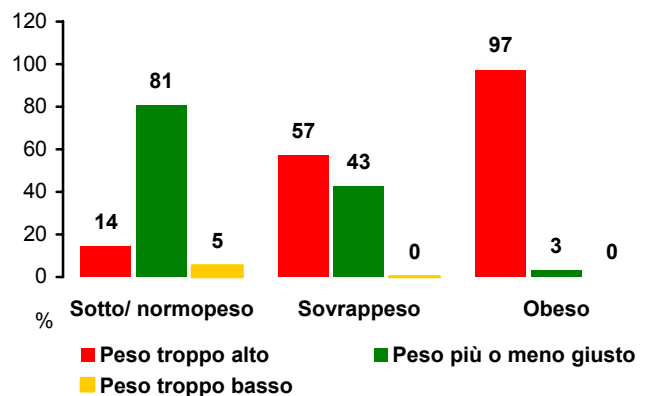
**% persone in eccesso ponderale**  
Distribuzione territoriale - PASSI 2007



### Come hanno considerato 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 BMI calcolato sulla base di peso ed altezza riferiti dagli stessi intervistati: a Modena si osserva un'alta coincidenza tra percezione del proprio peso e BMI negli obesi (97%) e nei normopeso (81%); tra le persone in sovrappeso invece ben il 43% ritiene il proprio peso giusto.

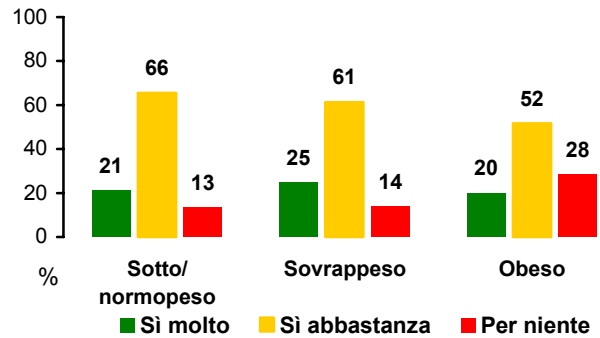
**Percezione della proprio peso**  
AUSL di Modena - PASSI 2007 (n=444)



## Come hanno considerato la propria alimentazione le persone intervistate?

- A Modena l'83% degli intervistati ritiene di avere una alimentazione positiva per la propria salute ("Sì, abbastanza" o "Sì, molto") con valori che rimangono alti anche tra le persone con eccesso ponderale:
  - l'85% delle persone sottopeso o normopeso
  - l'86% dei sovrappeso
  - il 71% degli obesi.

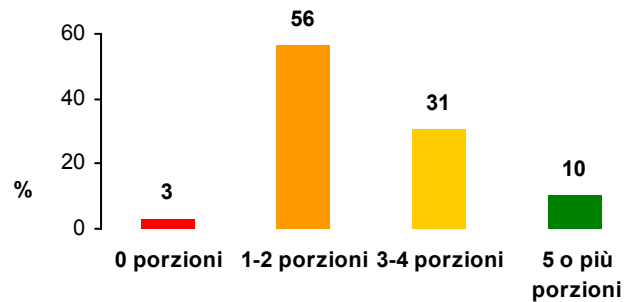
Quello che mangia fa bene alla sua salute?  
AUSL di Modena - PASSI 2007 (n=436)



## Quante persone hanno mangiato almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno ("five a day")?

- A Modena il 97% degli intervistati ha dichiarato di mangiare frutta e verdura almeno una volta al giorno: il 56% ha riferito di mangiare 1-2 porzioni al giorno, il 31% 3-4 e solo l'10% le 5 porzioni raccomandate.
- 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
  - nelle persone con basso livello d'istruzione
  - nelle persone obese.

Numero di porzioni di frutta e verdura consumate al giorno  
AUSL di Modena - PASSI 2007 (n=445)



Non emergono differenze legate alla condizione economica.

- Analizzando con una opportuna tecnica statistica (*regressione logistica*) l'effetto di ogni singolo fattore in presenza di tutti gli altri, l'adesione al "five a day" rimane associata al limite della significatività con l'età maggiore, il sesso femminile e l'obesità (situazione analoga nella Regione).

Consumo di frutta e verdura  
AUSL di Modena - PASSI 2007 (n=445)

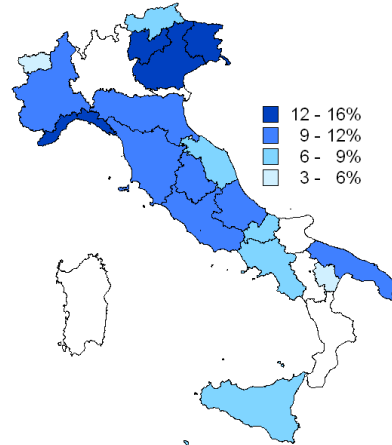
Caratteristiche	Adesione al "5 a day"° % (IC95%)	
<b>Totale</b>	<b>10,1</b>	<b>6,8-13,4</b>
<b>Classi di età</b>		
18 - 34	5,8	1,0-10,7
35 - 49	6,9	2,3-11,5
50 - 69	<u>17,1*</u>	9,9-24,3
<b>Sesso</b>		
uomini	6,7	2,9-10,5
donne	<u>13,6*</u>	8,1-19,1
<b>Istruzione</b>		
nessuna/elementare	20,2	7,6-32,9
media inferiore	<u>9,6*</u>	4,1-15,1
media superiore	<u>7,6*</u>	3,0-12,3
laurea	7,7	0,8-16,2
<b>Difficoltà economiche</b>		
molte	13,8	2,0-25,6
qualche	12,4	5,7-19,1
nessuna	8,2	4,2-12,3
<b>Stato nutrizionale</b>		
sotto/normopeso	7,7	3,7-11,7
sovrappeso	8,1	2,8-13,5
obeso	<u>23,8*</u>	10,9-36,7

° Consumo di almeno 5 porzioni al giorno di frutta e verdura  
La sottolineatura indica la significatività statistica rispetto alla prima modalità di ciascuna caratteristica (es. donne rispetto agli uomini)  
La sottolineatura con asterisco indica una differenza al limite della significatività statistica

- Nella provincia di Modena la percentuale di persone intervistate che hanno riferito di aderire al “five a day” è in linea con il dato regionale (11%) e con quello delle altre AUSL emiliano-romagnole, ad eccezione di Cesena significativamente superiore (range dall’8% di Reggio Emilia al 19% di Cesena); non sono emerse differenze dal punto di vista statistico con l’Emilia Nord (11%).
- Tra le ASL partecipanti al sistema a livello nazionale, hanno aderito al “five a day” il 10% del campione (13% nel Nord-Est Italia).

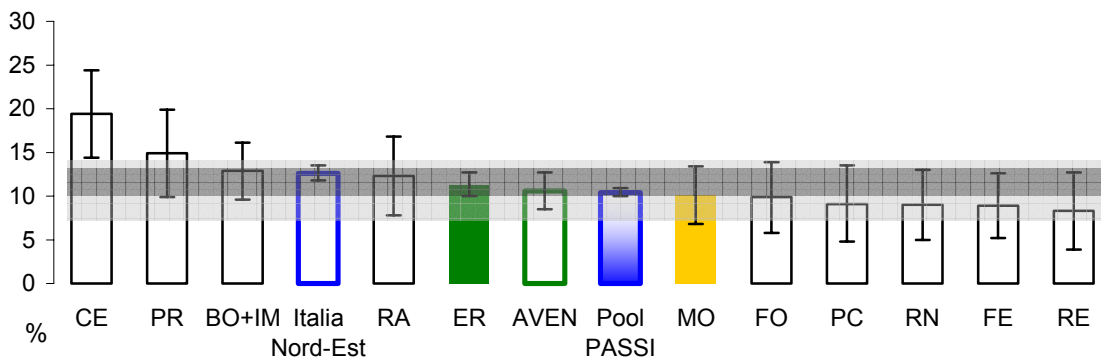
**% persone che hanno aderito al “five a day”**

Pool PASSI 2007



**% persone che hanno aderito al “five a day”**

Distribuzione territoriale - PASSI 2007

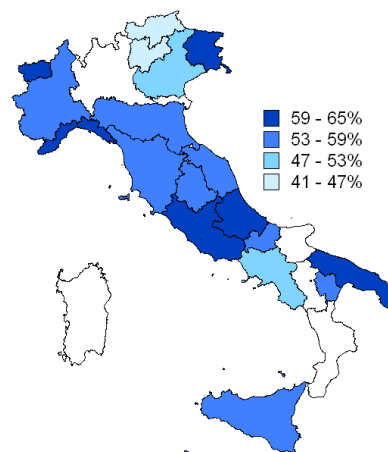


**Quante persone sovrappeso/obese hanno ricevuto consigli di perdere peso dagli operatori sanitari e con quale effetto?**

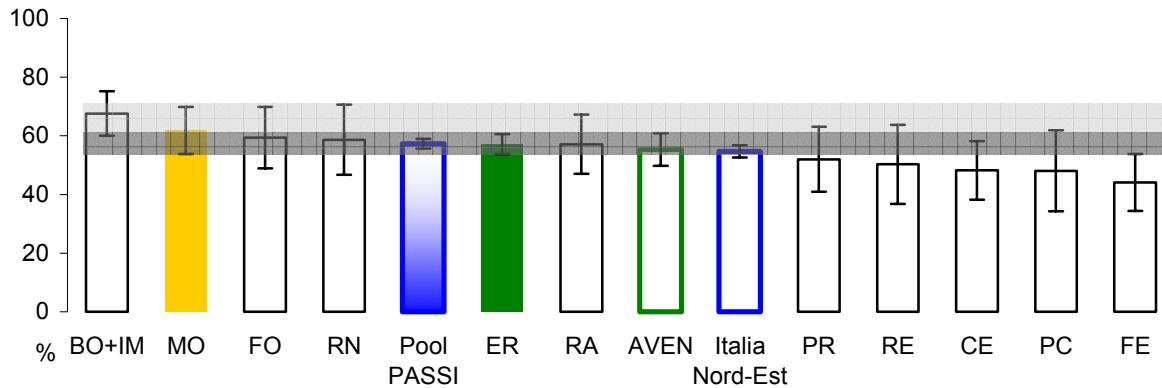
- A Modena il 66% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di aver ricevuto il consiglio di perdere peso da parte di un medico o di un altro operatore sanitario; in particolare hanno riferito questo consiglio il 54% delle persone in sovrappeso e il 92% delle persone obese.
- Nella provincia di Modena la percentuale di persone intervistate in eccesso ponderale che ha riferito di aver ricevuto il consiglio da un operatore sanitario il consiglio di perdere peso non appare statisticamente differente dal dato regionale e da quello delle restanti AUSL, ad eccezione di Ferrara, significativamente inferiore (range dal 44% di Ferrara al 68% di Bologna-Imola); non sono emerse differenze dal punto di vista statistico con l’Emilia Nord (55%).
- Tra le ASL partecipanti al sistema PASSI a livello nazionale, il 57% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di aver ricevuto questo consiglio (in particolare il 48% delle persone in sovrappeso e l’81% delle persone obese); nel Nord-Est Italia i valori sono rispettivamente 55%, 45% e 82%.

**% di persone in sovrappeso/obese che hanno ricevuto il consiglio di perdere peso da un operatore sanitario**

Pool PASSI 2007

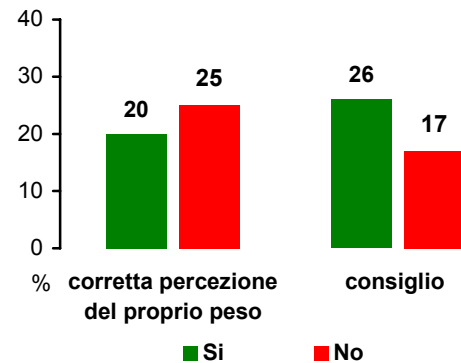


**% di persone in sovrappeso/obese  
che hanno ricevuto il consiglio di perdere peso  
da un operatore sanitario**  
Distribuzione territoriale - PASSI 2007



- Il 24% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di seguire una dieta per perdere o mantenere il proprio peso (20% nei sovrappeso e 30% negli obesi).
  - La proporzione di persone con eccesso ponderale che hanno seguito una dieta è significativamente più alta:
    - negli obesi (30% contro 20% nei sovrappeso)
    - in coloro che hanno una percezione corretta del proprio peso e lo ritengono "troppo alto" (25% contro 20%)
    - in coloro che hanno ricevuto il consiglio da parte di un operatore sanitario (26% contro 17%).

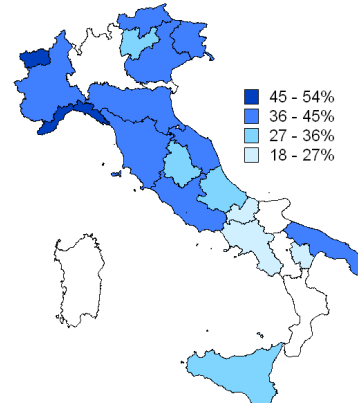
**Attuazione della dieta in rapporto a percezione del proprio peso e ai consigli degli operatori sanitari**  
AUSL di Modena - PASSI 2007 (n=197)



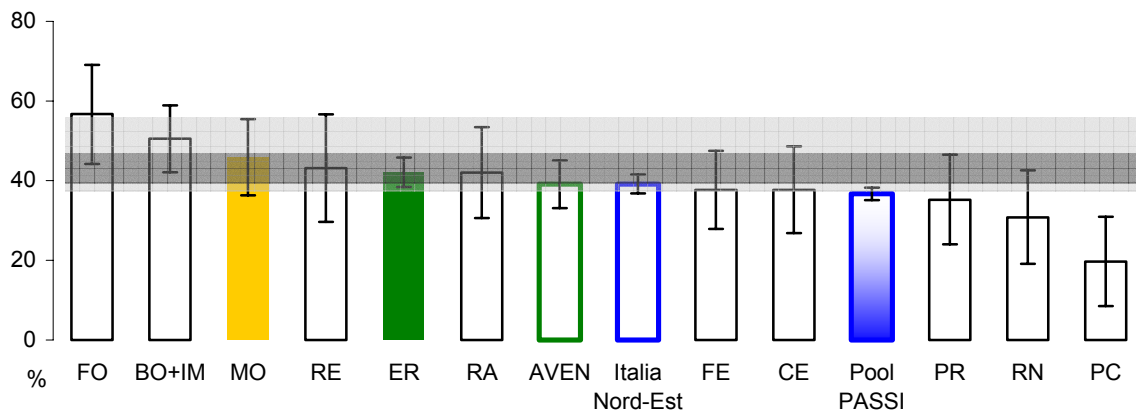
**Quante persone sovrappeso/obese hanno ricevuto consigli di fare attività fisica dagli operatori sanitari e con quale effetto?**

- A Modena il 25% delle persone in eccesso ponderale è sedentario (25% nei sovrappeso e 26% negli obesi). Il 45% 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 42% delle persone in sovrappeso e il 51% di quelle obese.
- Tra le persone in eccesso ponderale che hanno riferito il consiglio, il 84% pratica un'attività fisica almeno moderata, rispetto al 72% di chi non l'ha ricevuto.
- Nella provincia di Modena la percentuale di persone in eccesso ponderale che ha riferito di aver ricevuto il consiglio di fare attività fisica è in linea con il dato regionale (42%) e con quello delle restanti AUSL, ad eccezione di Piacenza significativamente inferiore (range dal 20% di Piacenza al 57% di Forlì); non sono emerse differenze con l'Emilia Nord (39%).
- Tra le ASL partecipanti al sistema PASSI a livello nazionale, il 37% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di aver ricevuto questo consiglio, in particolare il 33% delle persone in sovrappeso ed il 45% degli obesi; nel Nord-Est Italia i valori sono rispettivamente 39%, 35% e 48%.

**% di persone in eccesso ponderale che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica**  
Pool PASSI 2007



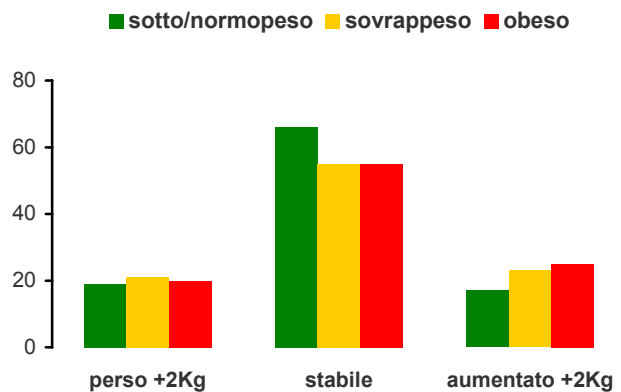
**% di persone in eccesso ponderale che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica**  
Distribuzione territoriale - PASSI 2007



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

- A Modena il 20% degli intervistati ha riferito di essere aumentato di almeno 2 kg di peso nell'ultimo anno.
- La proporzione di persone aumentate di peso nell'ultimo anno è più elevata:
  - nella fascia 18-34 anni (25% verso 19% 35-49 anni e 16% 50-69 anni)
  - nelle persone già in eccesso ponderale (25% obesi e il 23% sovrappeso contro il 17% normopeso).
- Non sono emerse differenze rilevanti tra donne (22%) e uomini (17%).

**Cambiamenti ponderali negli ultimi 12 mesi**  
AUSL di Modena - PASSI 2007 (n=440)



### 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 provincia di Modena quasi una persona adulta su due 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 maggior parte giudica la propria alimentazione in senso positivo e quasi una persona su quattro è aumentata di peso nell'ultimo anno.

La dieta per ridurre o controllare il peso è praticata solo dal 24% delle persone in eccesso ponderale, mentre è più diffusa la pratica di un'attività fisica moderata (75%).

La maggior parte delle persone consuma giornalmente frutta e verdura: circa la metà ne assume oltre 3 porzioni, ma solo una piccola quota 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.