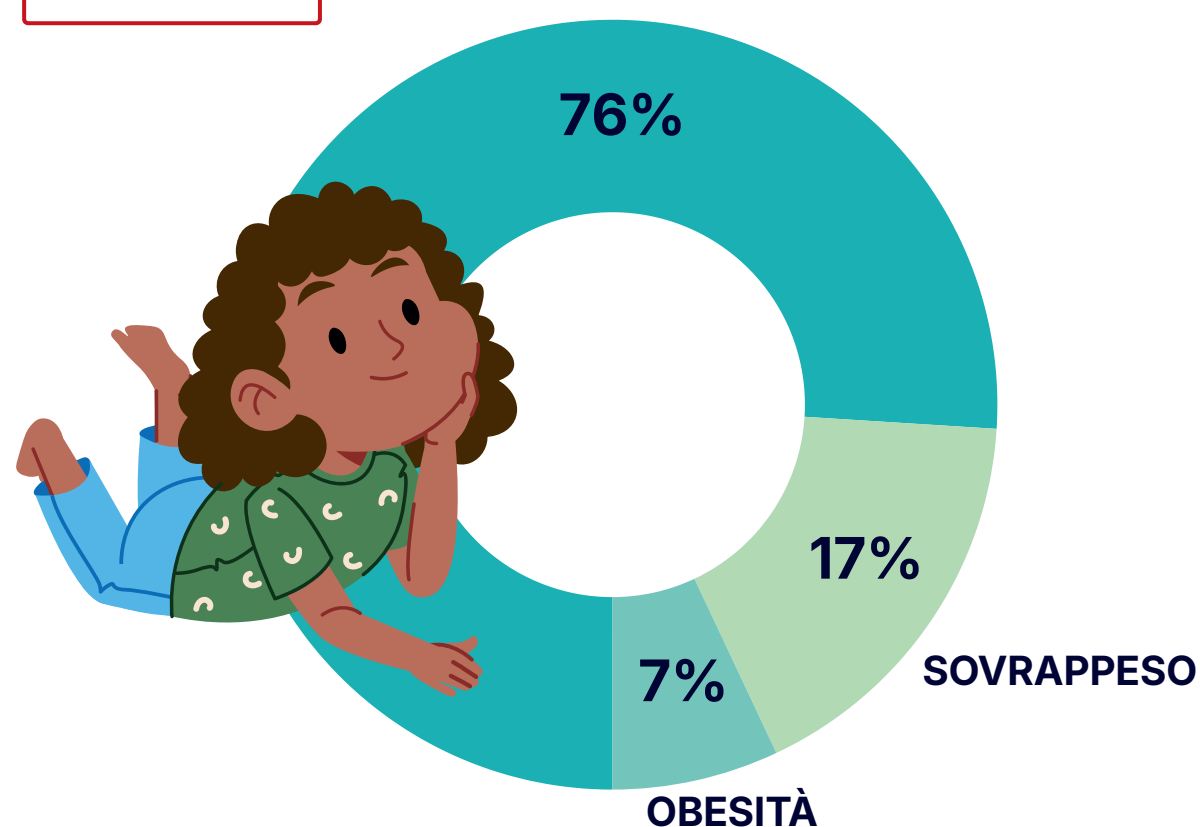


Lo STATO NUTRIZIONALE in provincia di MODENA

Dati del sistema di sorveglianza PASSI (anni 2022-2024)

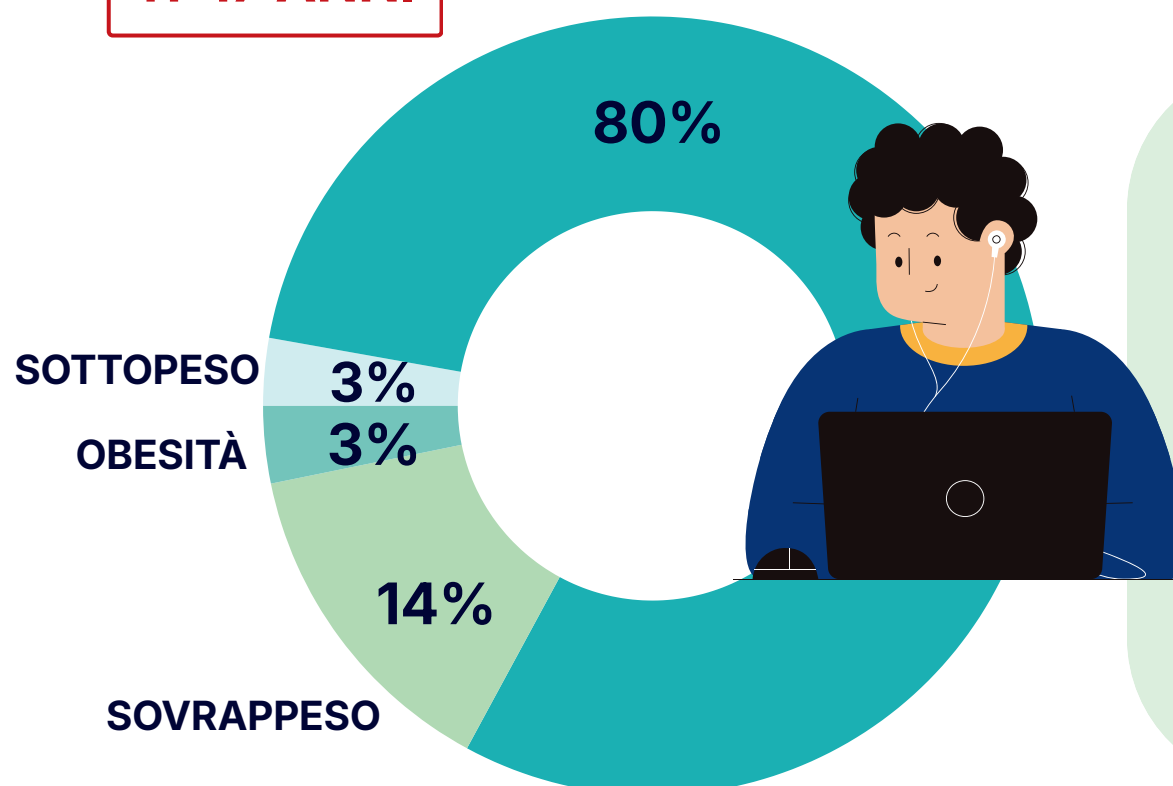
8-9 ANNI

SOTTO/NORMOPESO



11-17 ANNI

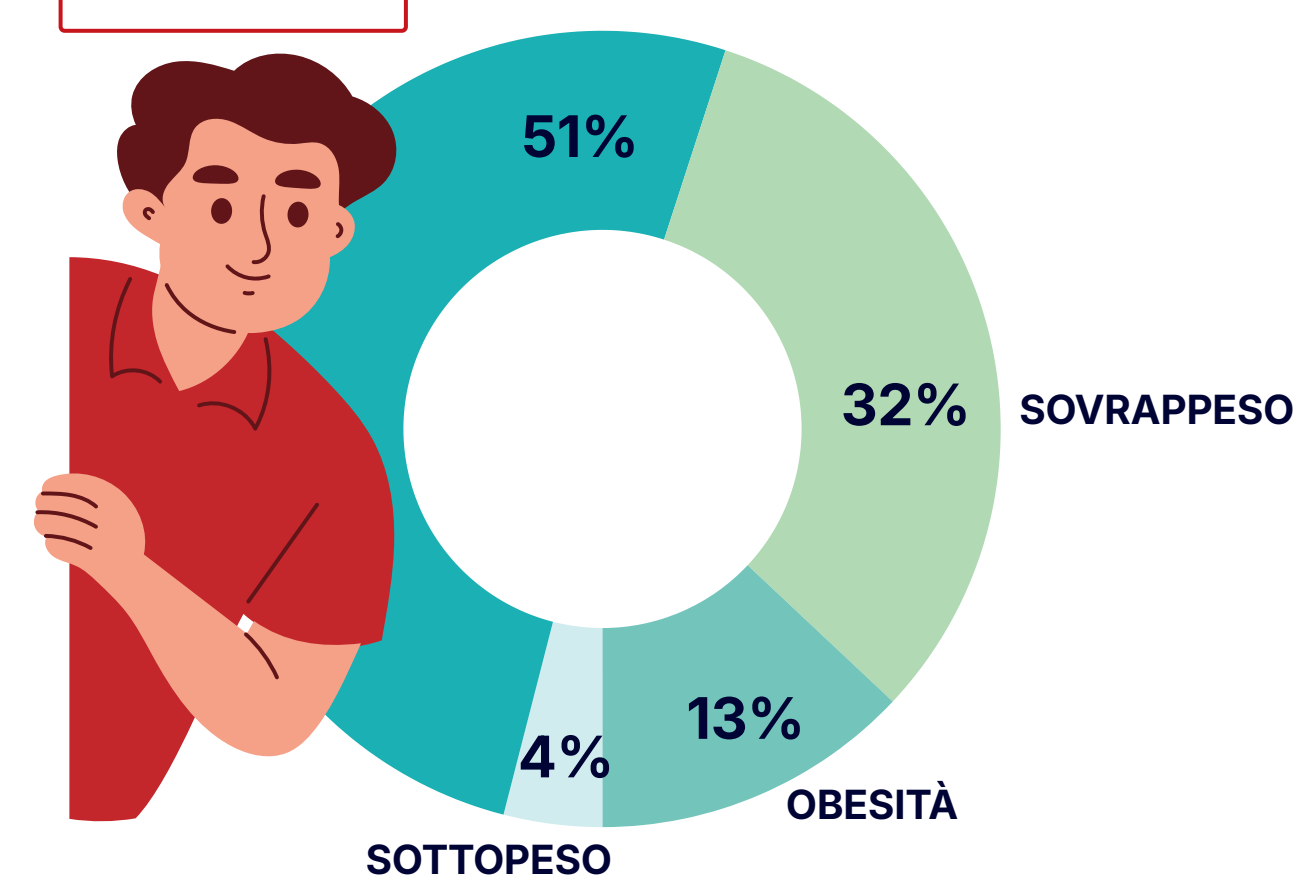
NORMOPESO



Tra gli adolescenti, gli **11enni** presentano una percentuale maggiore di **sovrappeso** (16,1%) e di **obesità** (3,6%). La quota di **ragazzi maschi** in eccesso ponderale è decisamente maggiore rispetto alle femmine indipendentemente dall'età.

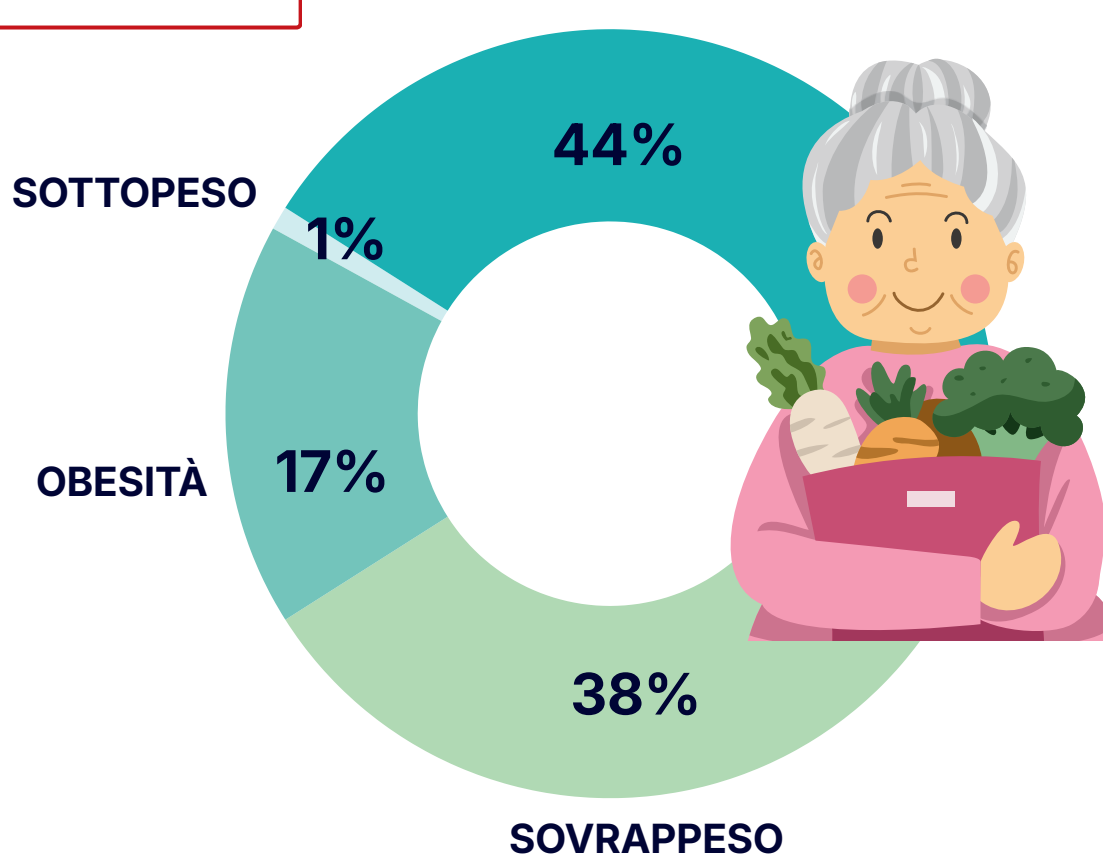
18-69 ANNI

NORMOPESO



69+ ANNI

NORMOPESO



Con il termine **eccesso ponderale** si fa riferimento alle persone in condizioni di **sovrappeso** o **obesità**.

COME POSSO VALUTARE IL MIO STATO NUTRIZIONALE?

Le caratteristiche ponderali sono definite in relazione all'**indice di massa corporea (BMI)** in 4 categorie:

- Sottopeso (BMI <18.5)
- Normopeso (BMI 18.5 - 24.9)
- Sovrappeso (BMI 25.0 - 29.9)
- Obesità (BMI ≥30)



Si calcola come peso in Kg diviso altezza in metri elevato al quadrato!

Tra i **18-69enni** l'eccesso ponderale **aumenta** con l'**età**, è maggiore tra gli **uomini**, tra le persone con **bassa istruzione** e quelle con **difficoltà economiche**.

Tra gli ultra **69enni** l'eccesso ponderale è maggiore tra gli **uomini**, tra le persone con **bassa istruzione**, con **difficoltà economiche** e senza **patologie croniche**.

QUALI PRINCIPALI ABITUDINI CI MANTENGONO IN SALUTE?

ALIMENTAZIONE

Viene raccomandato il consumo giornaliero di **almeno 5 o più porzioni di frutta e verdura**.

I dati riportati si riferiscono al loro consumo giornaliero da parte di soggetti in eccesso ponderale:



0-2 Porzioni



3-4 Porzioni



5+ Porzioni

18-69 anni

61%

31%

8%

69+ anni

43%

45%

12%

ATTIVITÀ FISICA

L'OMS raccomanda per i giovani (**5-17 anni**) di svolgere quotidianamente almeno **60'** di attività motoria moderata-intensa e almeno tre volte a settimana attività fisica intensa. Per gli adulti (**18-69 anni**) attività aerobica moderata di almeno **150'** oppure intensa di almeno **75'** alla settimana; le attività moderate e intense possono essere combinate. Per gli ultra **69enni** almeno **150'-300'** settimanali di attività aerobica moderata (o **75'-150'** vigorosa), più esercizi di rafforzamento muscolare almeno 2 volte a settimana, e attività per migliorare equilibrio e prevenire cadute almeno 3 volte a settimana.

I dati riportati si riferiscono all'attività praticata da soggetti in eccesso ponderale:



Sedentari



Parzialmente attivi



Fisicamente attivi

18-69 anni	19%	32%	49%
69+ anni	53%	22%	25%

STATO NUTRIZIONALE E PATOLOGIE CRONICHE

Tra i 18-69enni



Il **59%** delle persone affette da **almeno una patologia cronica** è in **eccesso ponderale**. La prevalenza di **sovrappeso** tra le persone con una patologia cronica (36%) è sovrapponibile a quella di chi non è affetto da nessuna patologia (32%), mentre la prevalenza di **obesità** è statisticamente superiore (23%).

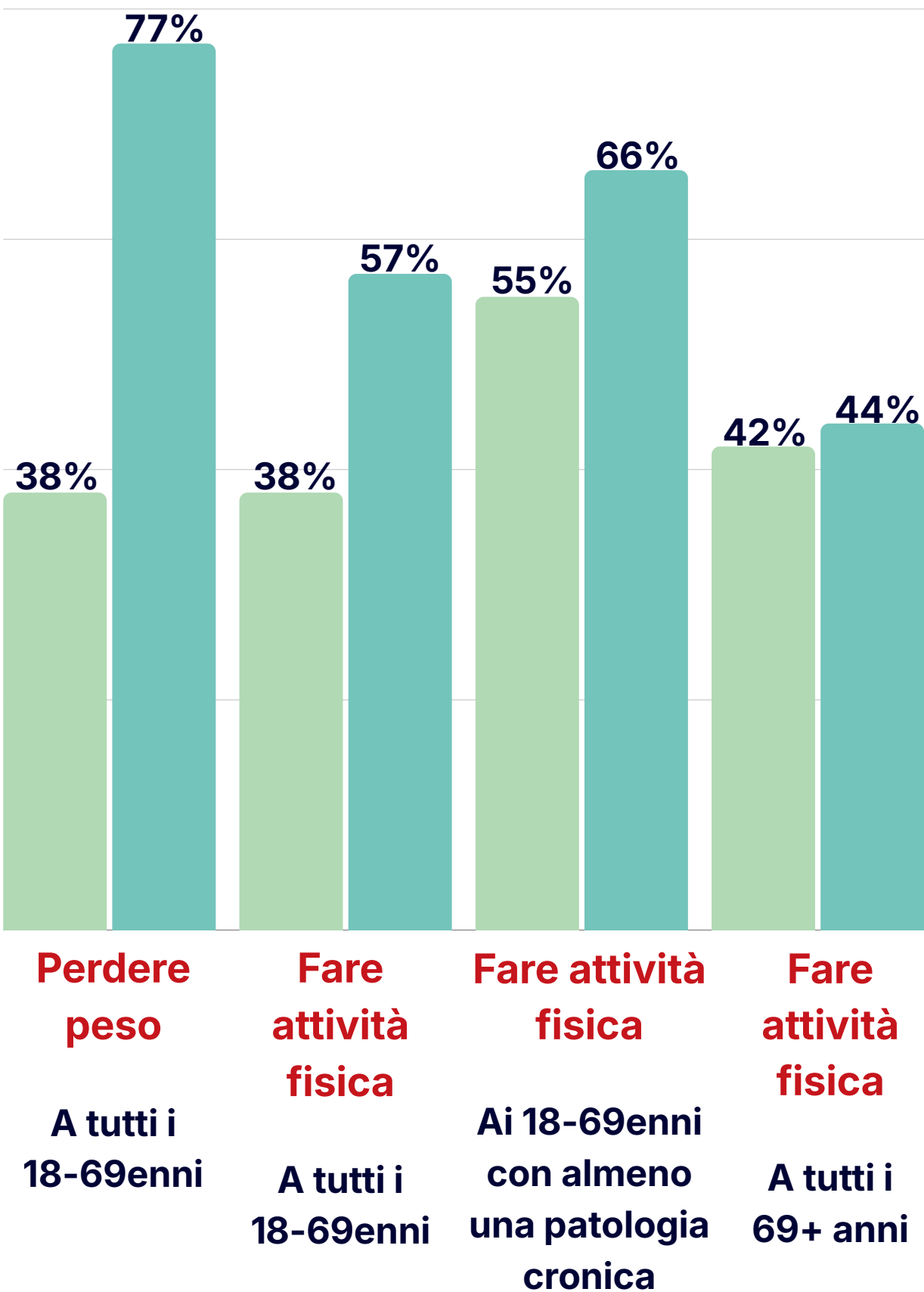
Tra gli ultra 69enni



Il **53%** di chi ha almeno una patologia cronica è in eccesso ponderale, arrivando al **62%** dopo i **75 anni**.

QUAL È L'ATTENZIONE DEGLI OPERATORI SANITARI?

● sovrappeso ● obesità



A CHI VIENE MAGGIORMENTE RIVOLTO IL CONSIGLIO SANITARIO TRA LE PERSONE IN ECCESSO PONDERALE?

- Alle donne (60%)
- Di età compresa tra i 50-69 anni (57%)
- Che riferiscono difficoltà economiche (53%)
- Con cittadinanza italiana o provenienti da Paesi a Sviluppo Avanzato (52%)



“L'attenzione degli **operatori sanitari** è rivolta principalmente alle persone con **obesità**, sia in **assenza** sia in **presenza** di almeno una **patologia cronica**; risulta infatti inferiore la percentuale di pazienti in sovrappeso che ricevono consigli sugli stili di vita.

”