

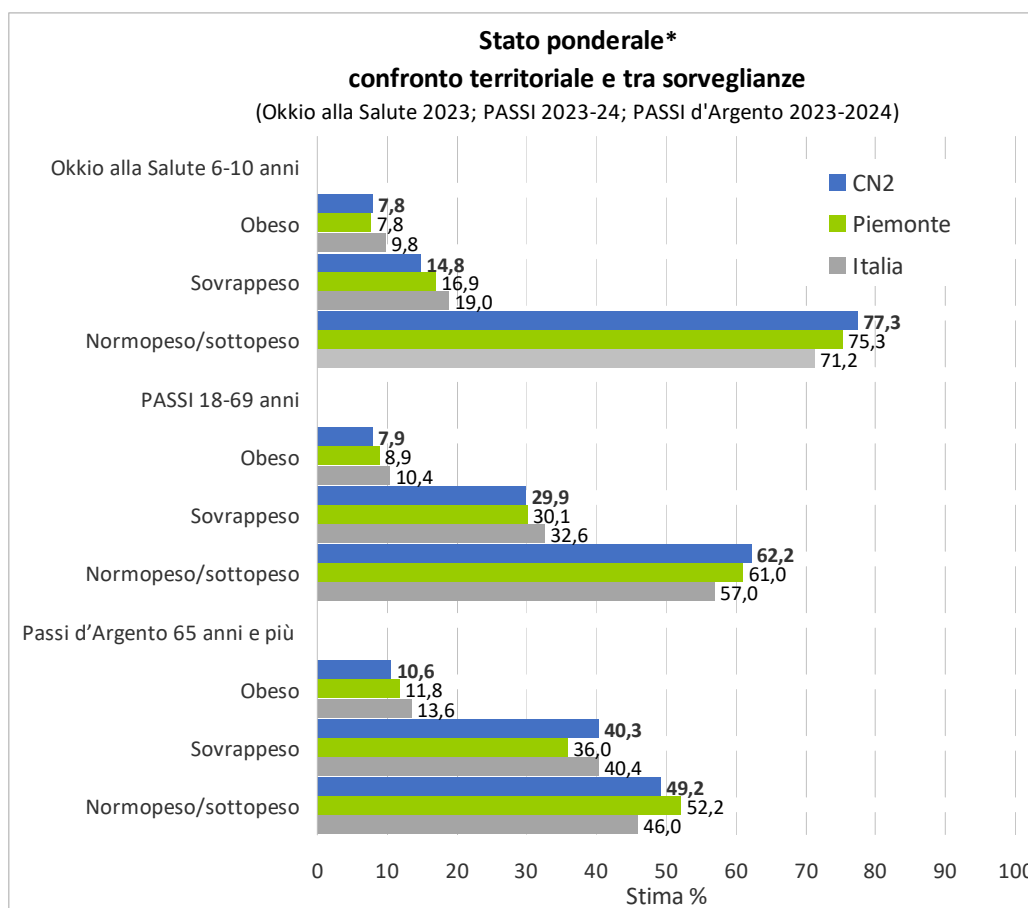
LO STATO NUTRIZIONALE E L'ALIMENTAZIONE NELL'ASL CN2 ALBA-BRA: i dati dei Sistemi di Sorveglianza PASSI, Passi d'Argento, Okkio alla salute

Obesità e sovrappeso (eccesso ponderale) sono condizioni riconosciute come fattori di rischio di malattie croniche, cardiovascolari e metaboliche, soprattutto in bambini e adolescenti.

Nell'ASL CN2,

- 1) dalle interviste della sorveglianza Okkio alla Salute (6-10 anni) 2023 risultano obesi il 7,8% e sovrappeso il 14,8%, mentre risultano normopeso/sottopeso il 77,3%;
- 2) dalle interviste della Sorveglianza Passi 2023-2024 (18-69 anni) risultano obesi il 7,9% e sovrappeso il 29,9%, mentre il 62,2% sono in normopeso/sottopeso;
- 3) dalle interviste della sorveglianza PASSI d'Argento (65 anni e più) 2023-2024 risultano obesi circa il 10,6%, e sovrappeso il 40,3%, mentre risulta normopeso/sottopeso il 49,2%.

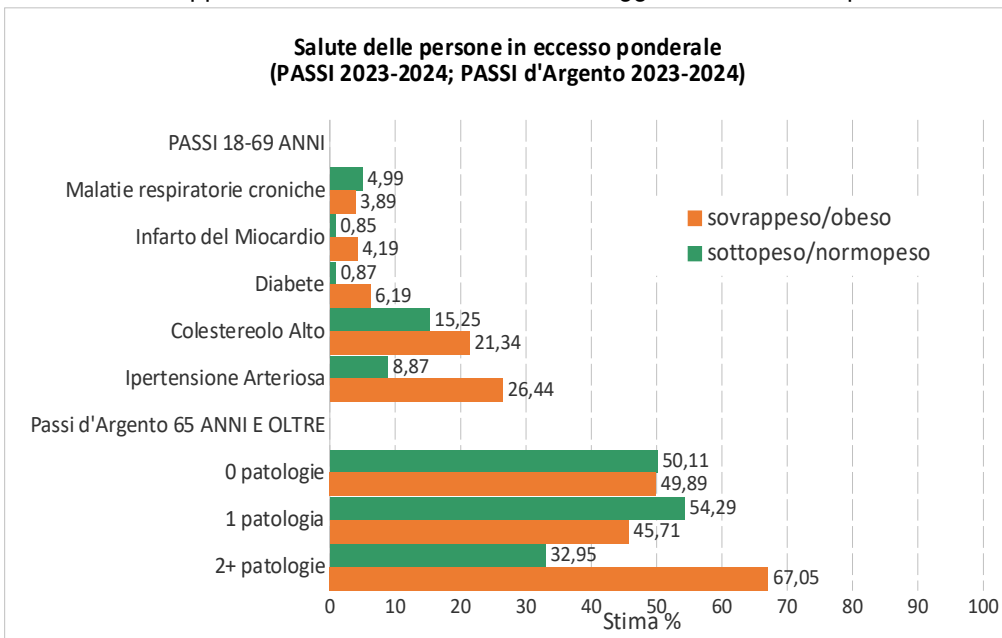
Complessivamente nella popolazione infantile dell'ASL CN2 risultano in eccesso ponderale circa il 22,7%, poco più di 1 bambino su 4, valori inferiori al dato regionale e nazionale. Nell'età adulta (18-69 anni) circa 1 persona su 3 risulta essere in eccesso ponderale, e in particolare, circa 1 persona su 10 risulta obesa. Tali dati risultano complessivamente sovrapponibili a quelli regionali, ma inferiori a quelli nazionali. Nella popolazione anziana (65 anni e più) 1 su 10 è obeso, e complessivamente circa 1 su 2 è in eccesso ponderale; anche per la popolazione anziana i valori di obesità sono di poco inferiori al valore regionale, ma inferiori al valore nazionale, mentre la quota del sovrappeso è di poco superiore al valore regionale e sovrapponibile al valore nazionale.



*La Sorveglianza Passi misura le caratteristiche ponderali della popolazione adulta (18-69 anni) mediante l'Indice di Massa Corporea (Imc) stimato sulla base dei dati riferiti di altezza e peso. Le caratteristiche ponderali delle persone sono definite in 4 categorie, in relazione all'Imc: sottopeso (Imc <18,5), normopeso (Imc 18,5-24,9), sovrappeso (Imc 25,0-29,9) e obeso (Imc ≥ 30). Si considerano in eccesso ponderale le persone in sovrappeso o obese.

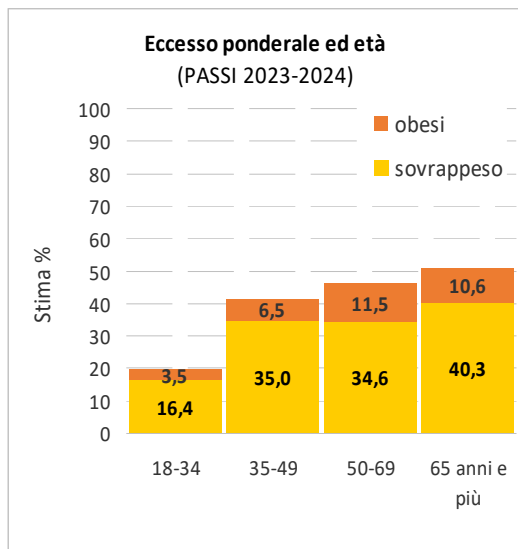
Salute delle persone in eccesso ponderale – Malattie Croniche

Le persone in condizione di sovrappeso o di obesità mostrano profili di salute più critici di quelli della popolazione generale, sopportano un maggior carico di malattia e, più frequentemente di altre, dichiarano di soffrire di condizioni croniche. Dalla sorveglianza PASSI (18–69 anni) osserviamo che nei soggetti in sovrappeso/obesità (rispetto ai normopeso e sottopeso) vi è una maggior prevalenza di infarto (4,2% vs 0,9%), diabete (6,9% vs 0,9%), ipertensione arteriosa (26,4% vs 8,9%) e colesterolo alto (21,3% vs 15,3%), invece le malattie respiratorie croniche risultano sovrapponibili. Mentre, dalla sorveglianza PASSI d'Argento (≥65 anni) negli anziani, il 67,1% dei sovrappeso/obesi presenta ≥ 2 patologie (rispetto al 33% dei normopeso/sottopeso). La quota di anziani senza patologie è simile (49,9% vs 50,1%), ma la multimorbilità appare fortemente concentrata nei soggetti con eccesso ponderale.

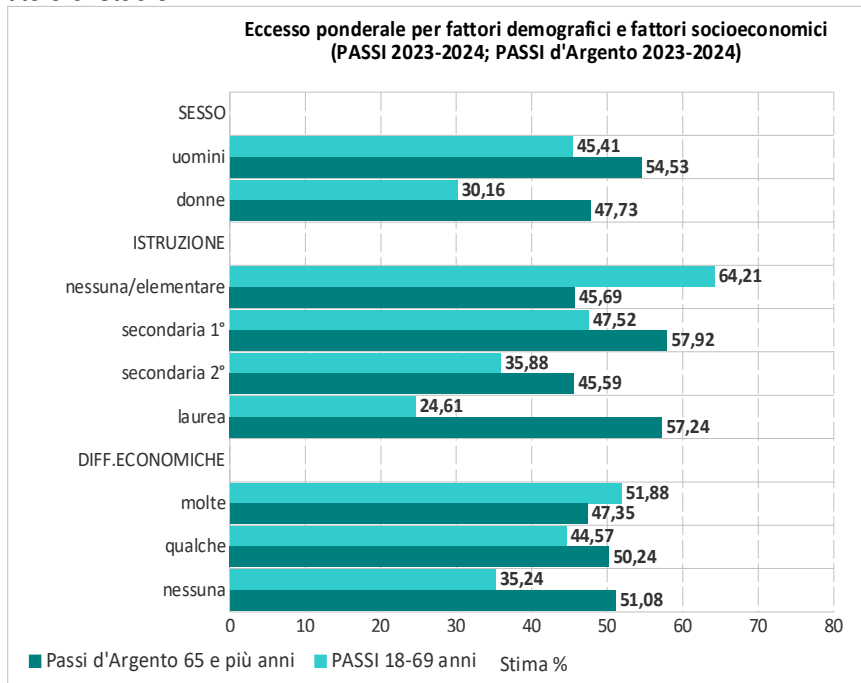


Eccesso ponderale e fattori sociodemografici

L'eccesso ponderale presenta un chiaro gradiente per età.



Inoltre, in entrambe le sorveglianze, si osserva che la quota di maschi in condizioni di eccesso ponderale è superiore a quella delle donne. Soprattutto negli adulti 18-69 anni il livello di istruzione presenta un gradiente inverso: all'aumentare del livello di istruzione si riduce la quota di persone in eccesso ponderale; così come per quanto riguarda la condizione economica, dove a maggiori difficoltà si osserva una maggior quota di popolazione in eccesso ponderale; mentre negli anziani l'eccesso ponderale risulta indipendente dalle difficoltà economiche o dal titolo di studio.



L'atteggiamento degli operatori sanitari

Dalla sorveglianza PASSI 2023-2024 emerge che, tra i soggetti con età compresa tra i 18 e i 69 anni dell'ASL CN2, il 72,3% delle persone con obesità e il 36,6% di quelle in sovrappeso ha ricevuto il consiglio di perdere peso. Il consiglio di svolgere attività fisica riguarda il 52,5% degli obesi e il 36,2% dei soggetti in sovrappeso. I valori sono complessivamente in linea, talora lievemente inferiori, rispetto al dato regionale.

Il consumo di frutta e verdura

Il consumo quotidiano di almeno 5 porzioni di frutta e/o verdura rimane contenuto: nella popolazione 18-69 anni (PASSI) l'ASL CN2 risulta del 6,8%, valore inferiore sia al dato regionale (8,2%) sia a quello nazionale (7,4%). Negli over 65 (Passi d'Argento) la percentuale di consumo delle 5 porzioni giornaliere sale al 10,9%, ma resta inferiore al dato regionale (13,5%), pur superando quello nazionale (8,6%).

Promozione stili di vita salutari nell'ASL CN2

Sono attivi diversi programmi finalizzati a rendere le condizioni di vita più favorevoli a scelte che contrastino l'eccesso ponderale, attraverso l'aumento del consumo di frutta e verdura e la promozione di un'attività fisica costante e regolare.

Per essere efficaci, tali interventi richiedono un approccio multidisciplinare, nel quale la Sanità Pubblica svolge un ruolo fondamentale nel promuovere alleanze e integrazioni.

Tra le azioni intraprese dal Dipartimento di Prevenzione dell'ASL CN2:

- **Sportello di counseling nutrizionale individuale** rivolto a minori e famiglie, persone con nuova diagnosi di celiachia, donne in gravidanza e in allattamento. L'obiettivo di tale attività è offrire supporto personalizzato per promuovere corrette abitudini alimentari e prevenire sovrappeso, obesità e patologie croniche correlate.
Per informazioni: <https://www.aslcn2.it/prevenzione/igiene-alimenti-e-nutrizione/sportello-di-counseling-nutrizionale/>;
- **Percorso di educazione alimentare di gruppo** su temi quali: sana alimentazione, organizzazione consapevole della spesa, lettura delle etichette, importanza dell'attività fisica e strategie per mantenere nel tempo i cambiamenti dello stile di vita. Per informazioni: <https://www.aslcn2.it/prevenzione/igiene-alimenti-e-nutrizione/sportello-di-counseling-nutrizionale/>;
- **Corso sull'alimentazione complementare (svezzamento)** online rivolto ai neogenitori in cui dietisti e medici forniscono informazioni chiare e scientificamente validate sull'introduzione dei cibi solidi, con particolare attenzione a tempi, modalità corrette, varietà della dieta e costruzione di sane abitudini alimentari fin dai primi anni di vita.
Per iscrizioni: https://docs.google.com/forms/d/1XwS8ppoyl0kkIZMgO1qCa_ZZb31YAqSMYZIKQ4Rgh78/edit;
- **Evento informativo "Maternità e Nutrizione"**: incontro dedicato all'alimentazione in gravidanza, con indicazioni pratiche su fabbisogni nutrizionali, prevenzione dei rischi alimentari, gestione dei disturbi più comuni e promozione di uno stile di vita sano. Per iscrizioni: <https://docs.google.com/forms/d/1cmY0sjDjJKIBert8FINJgcJWhvBe2naCUS8rX2tPak/edit>;
- **Attivazione, supporto e promozione dei Gruppi di Cammino sul territorio** per offrire a tutti un'opportunità accessibile per mantenere uno stile di vita attivo. Per informazioni: <https://www.aslcn2.it/prevenzione/promozione-ed-educazione-alla-salute/gruppi-di-cammino/>;
- **Diffusione delle "10 Raccomandazioni per uno stile di vita salutare"**, che comprendono consigli e indicazioni pratiche per mantenersi in buona salute fisica, mentale e relazionale. Per informazioni: <https://www.aslcn2.it/prevenzione/promozione-ed-educazione-alla-salute/stile-di-vita-salutare/>.

L'atteggiamento di medici e operatori sanitari e i loro consigli ASL CN2, Piemonte e Italia - PASSI 2023-2024			
18-69 anni	ASL CN2	Piemonte	Italia
Perdere peso: Persone in condizione di obesità che hanno ricevuto il consiglio dagli operatori sanitari di perdere peso	72,3%	73,3	67,1%
Perdere peso: Persone in condizione di sovrappeso che hanno ricevuto il consiglio dagli operatori sanitari di perdere peso	36,6%	37,7	34,8%
Fare attività fisica: Persone in condizione di obesità che hanno ricevuto il consiglio dagli operatori sanitari di fare attività fisica	52,5%	55,0%	50,8%
Fare attività fisica: Persone in condizione di sovrappeso che hanno ricevuto il consiglio dagli operatori sanitari di fare attività fisica	36,2%	34,3%	33,6%



Consumo quotidiano di 5 porzioni di frutta e/o di verdura ASL CN2, Piemonte e Italia PASSI / Passi d'Argento 2023-2024			
	ASL CN2	Piemonte	Italia
PASSI 18-69 anni	6,8%	8,2%	7,4%
Passi d'Argento 65 anni e oltre	10,9%	13,5%	8,6%



EPID ASL CN2/18/2026

Scheda informativa a cura: Carlo Di Pietrantonj Coordinamento aziendale PASSI e Passi D'Argento; Giuseppe Calabretta Direttore Dipartimento di Prevenzione; Laura Marinaro Responsabile S.S.D. Epidemiologia, promozione salute e coordinamento attività di prevenzione, Direttore FF S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione; Daniela Alessi, Anna Castiglione Vicecoordinatore aziendale PASSI e Passi D'Argento, Patrizia Pelazza, Giulia Picciotto Coordinatore aziendale "Okkio alla Salute", Giuseppina Zorogniotti - S.S.D. Epidemiologia, promozione salute e coordinamento attività di prevenzione; Elisa Allocco, Elena Kyoko Canova, Matteo Papurello - S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione; Gruppi di lavoro PASSI, Passi D'Argento e "Okkio alla Salute" ASL CN2.

I dati PASSI 2023-2024 sono stati tratti da www.epicentro.iss.it/passi e <https://sorveglianzepassi.iss.it/>, mentre quelli della Sorveglianza "Okkio alla Salute" 2023 da <https://www.aslcn2.it/okkio-alla-salute/>.