

SOVRAPPESO e OBESITÀ in Trentino

Dati 2011-2014 dei sistemi di sorveglianza OKkio alla salute, HBSC e PASSI



PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO
Assessorato alla salute e politiche sociali



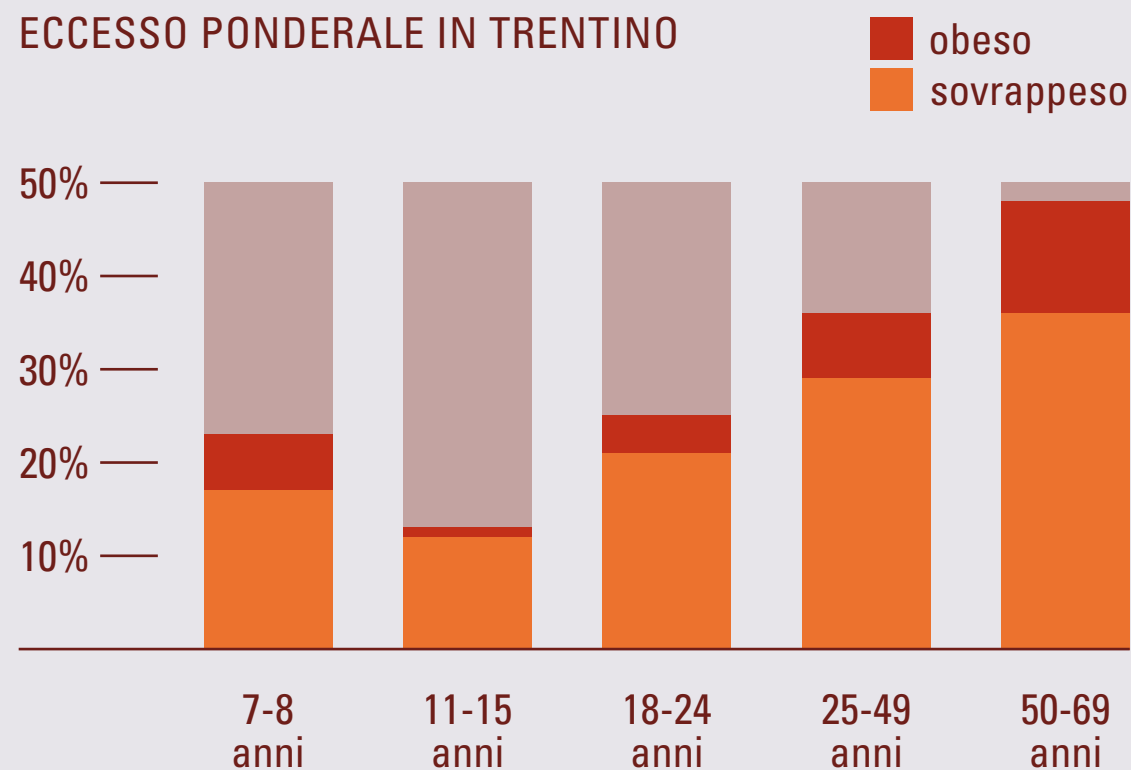
Azienda Provinciale
per i Servizi Sanitari

Lo stato nutrizionale

In Trentino la situazione nutrizionale è una delle migliori in Italia, indistintamente per bambini, adolescenti e adulti.

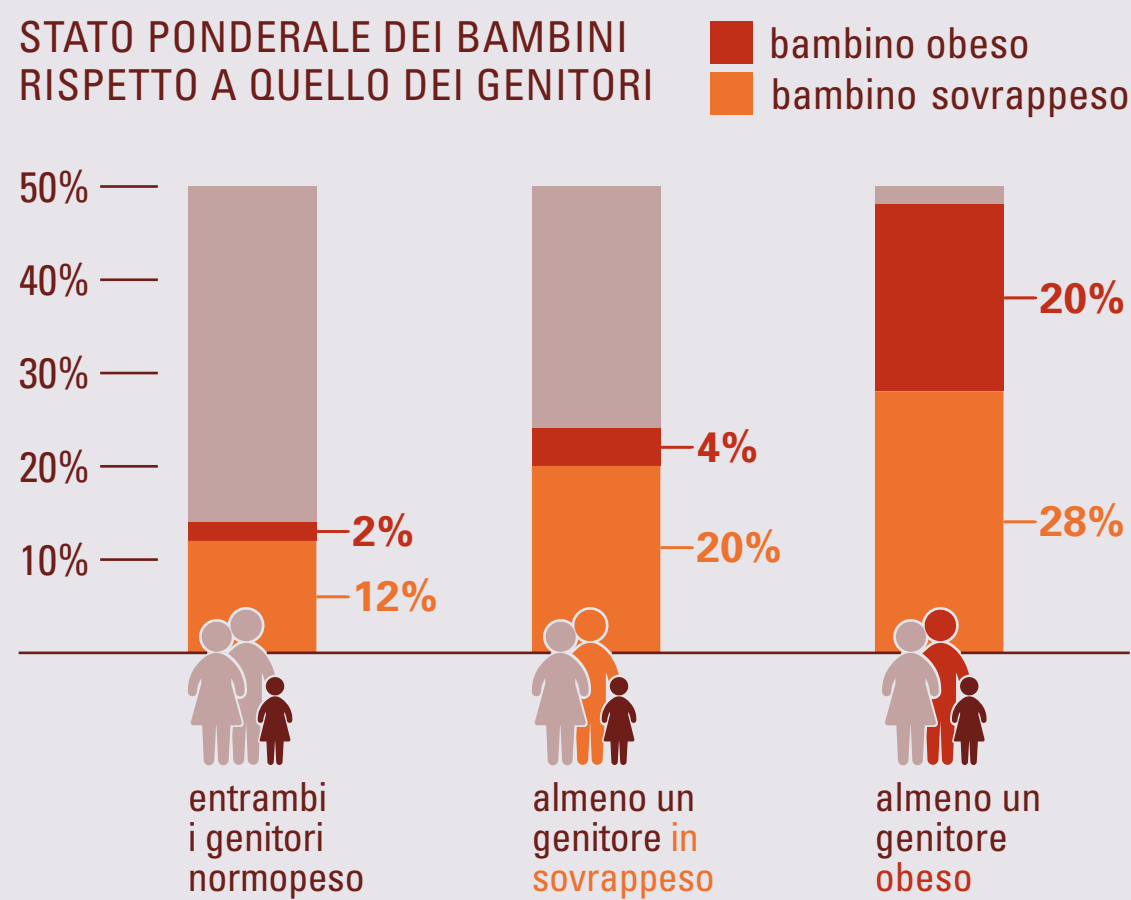
Tuttavia presenta **ECESSO PONDERALE** un bambino ogni cinque (7-8 anni; 17% in sovrappeso, 6% obeso), un adolescente ogni sei (11-15 anni; 12% sovrappeso, 1% obeso), un ragazzo ogni quattro (18-24 anni; 21% sovrappeso, 4% obeso), un giovane ogni tre (25-49 anni; 29% sovrappeso, 7% obeso), un adulto ogni due (50-69 anni; 36% sovrappeso, 12% obeso).

ECESSO PONDERALE IN TRENTO



Lo stato ponderale dei **BAMBINI** è fortemente influenzato da quello dei genitori: quando almeno uno dei due genitori è in sovrappeso il 20% dei bambini risulta in sovrappeso e il 4% obeso; quando almeno un genitore è obeso il 28% dei bambini è in sovrappeso e il 20% obeso.

STATO PONDERALE DEI BAMBINI RISPETTO A QUELLO DEI GENITORI

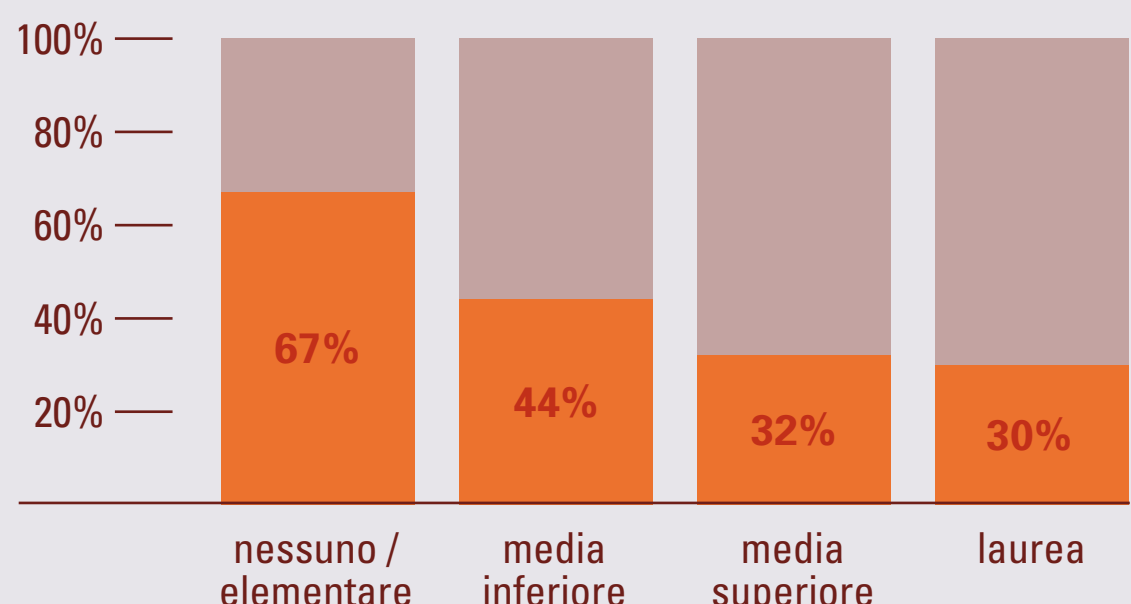


Tra gli **ADOLESCENTI** la prevalenza di eccesso ponderale è doppia nei ragazzi rispetto alle ragazze (17% vs 8%). È presumibile che le ragazze diano più importanza al proprio aspetto fisico rispetto ai coetanei maschi, prestando maggior attenzione al proprio peso.

Anche l'autopercezione del proprio peso è diversa tra ragazzi e ragazze: la proporzione di ragazzi che pensa di essere *un po' o decisamente troppo grasso* corrisponde al 17%, mentre tra le ragazze è il 21% nelle 11enni, il 34% nelle 13enni e il 38% nelle 15enni.

Negli **ADULTI** l'eccesso di peso aumenta con l'età (dal 25% dei 18-24enni al 48% degli ultra 49enni), è più diffuso tra gli uomini (47% vs 28% delle donne), si riduce al diminuire delle difficoltà economiche (dal 43% di chi ha molte difficoltà al 35% di chi non ne ha) e all'aumentare della scolarità delle persone (dal 67% di chi ha il titolo di scuola elementare al 30% dei laureati).

PREVALENZA DI PERSONE SOPRAPPESO/OBESE NELLA POPOLAZIONE ADULTA, PER TITOLO DI STUDIO



SOVRAPPESO e OBESITÀ

sono il risultato di una dieta ipercalorica e sbilanciata, dovuta anche al consumo di cibi poveri in nutrienti, ma ricchi di grassi, sale e zuccheri (cibo spazzatura) sempre più accessibili grazie a sistemi commerciali efficienti e metodi di marketing convincenti e pervasivi.



L'ECESSO DI PESO

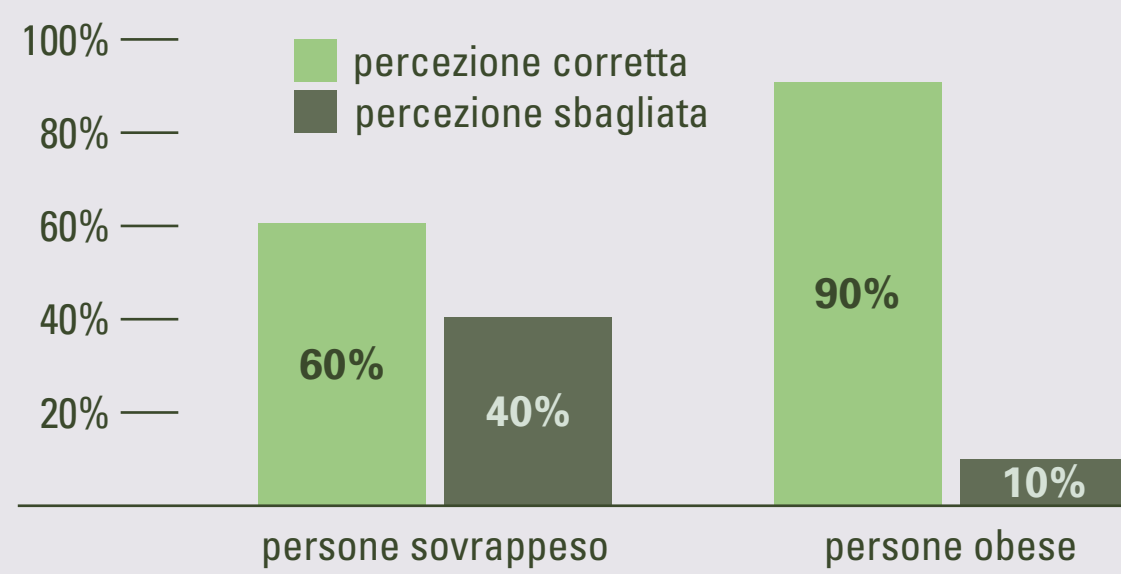
favorisce l'insorgenza di gran parte delle malattie croniche (malattie cardiovascolari, diabete di tipo 2 e alcuni tipi di cancro) e aggrava quelle preesistenti, peggiorando la qualità della vita e riducendone la durata.

La consapevolezza del proprio peso

La presa di coscienza del proprio peso è un primo passo per un cambiamento verso uno stile di vita più sano.

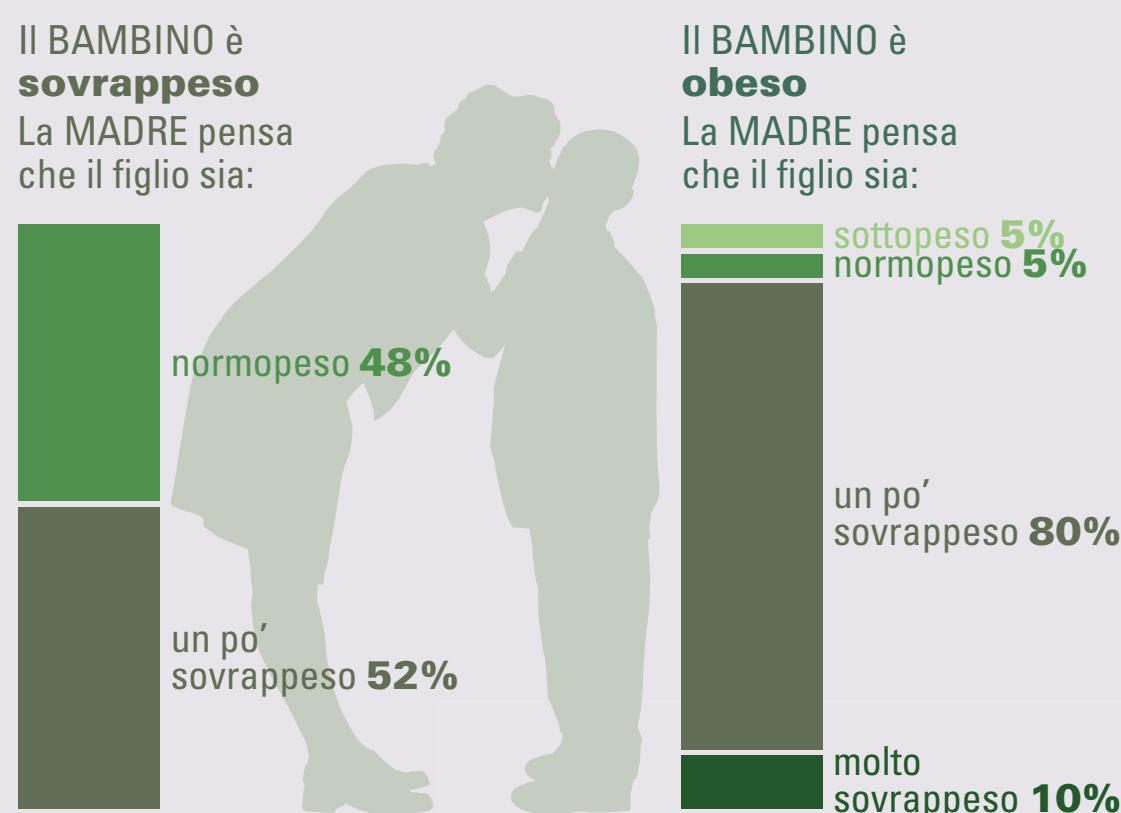
Non sempre però le persone in eccesso ponderale si percepiscono tali: una persona obesa ogni dieci e 4 persone in sovrappeso ogni dieci ritengono il proprio peso giusto.

PERCEZIONE SBAGLIATA DEL PROPRIO PESO IN PERSONE OBESE O IN SOPRAPPESO



Anche la percezione da parte dei genitori del peso del loro figlio può essere distorta. La metà (48%) delle mamme di bambini in sovrappeso e il 10% delle mamme di bambini obesi pensa che il proprio bambino sia normopeso o addirittura sottopeso.

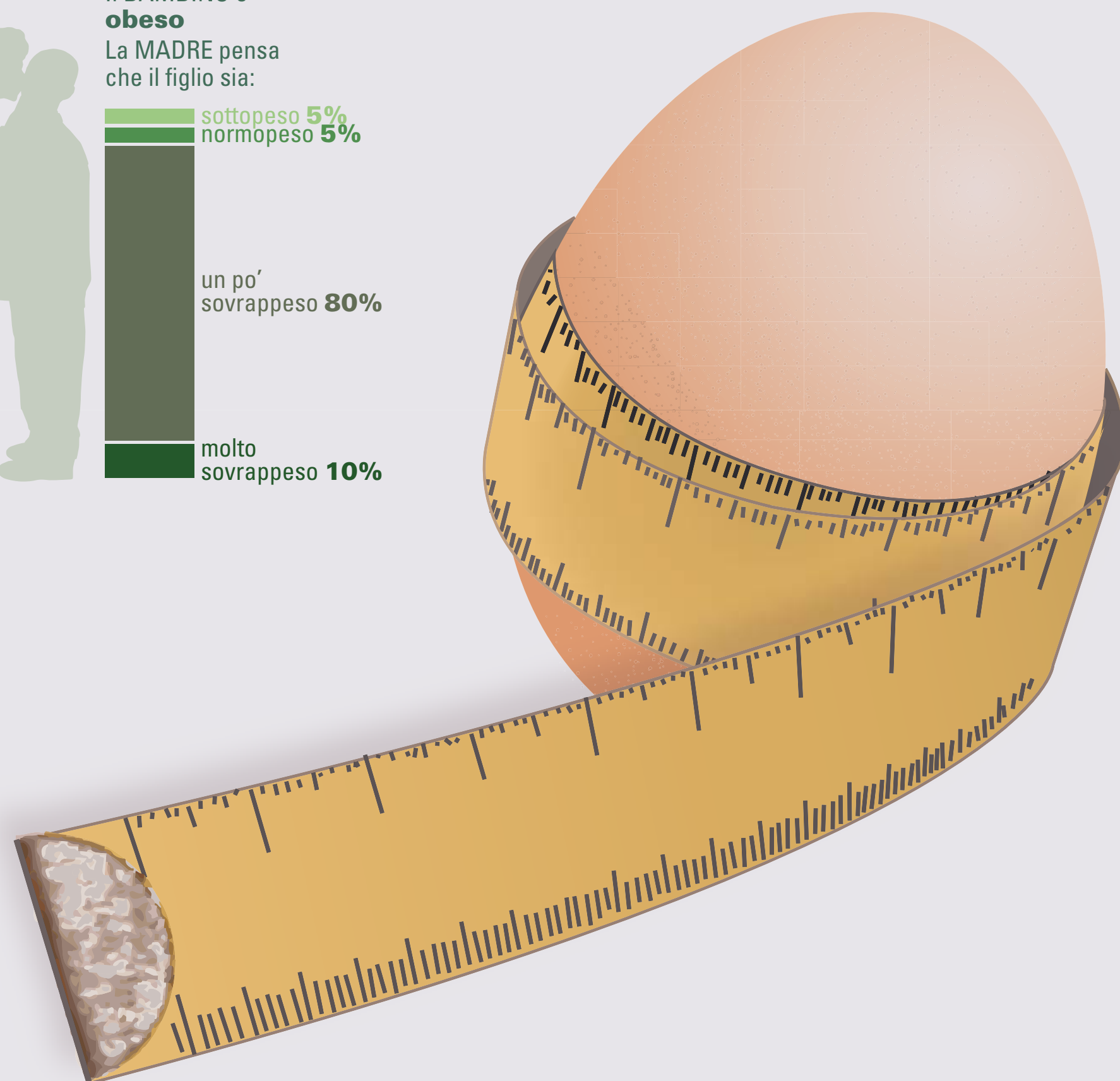
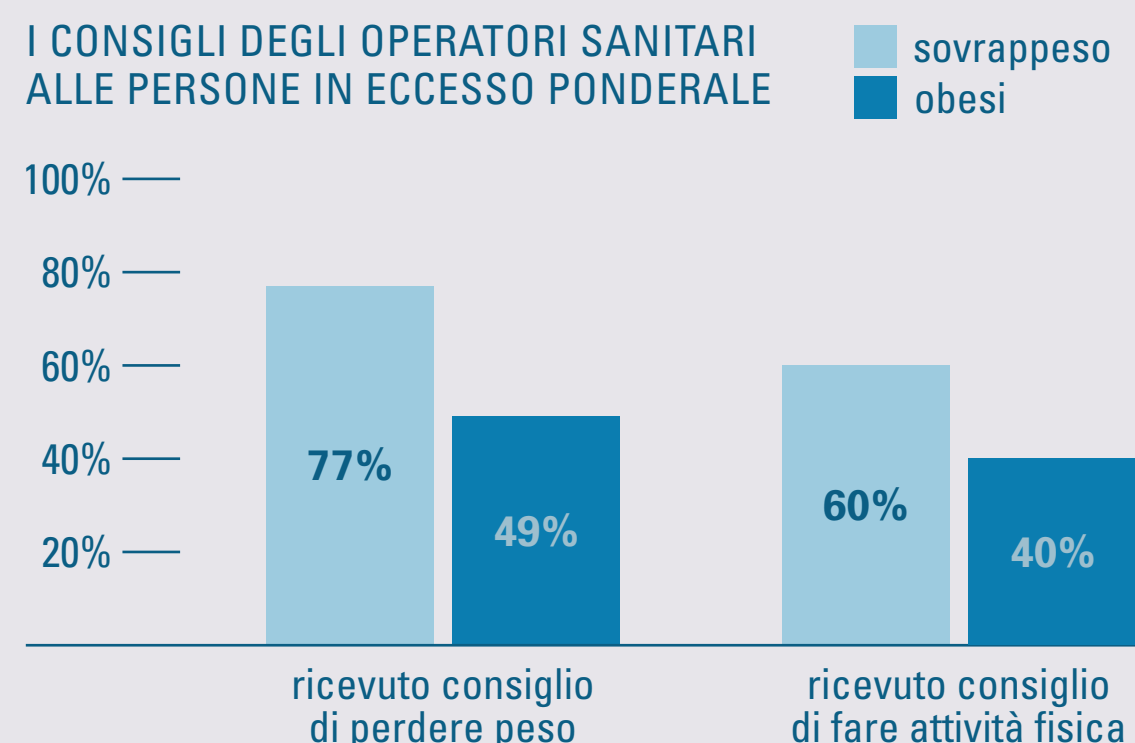
PERCEZIONE MATERNA DELLO STATO PONDERALE DEL FIGLIO



L'attenzione degli operatori sanitari

I consigli degli operatori sanitari sono efficaci: il 37% di persone in eccesso ponderale che riceve il suggerimento del proprio medico di perdere peso controlla il proprio regime alimentare, a fronte del 18% di chi invece non è stato consigliato. Ma solo a una parte delle persone in eccesso ponderale è consigliato dal medico di mettersi a dieta (56%) o di praticare attività fisica (44%) e l'attenzione degli operatori sanitari non è di tipo preventivo, ma rivolta soprattutto alle persone obese: ricevono il consiglio di perdere peso il 49% dei sovrappeso e il 77% degli obesi, di fare attività fisica il 40% dei sovrappeso e il 60% degli obesi.

I CONSIGLI DEGLI OPERATORI SANITARI ALLE PERSONE IN ECESSO PONDERALE



PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO