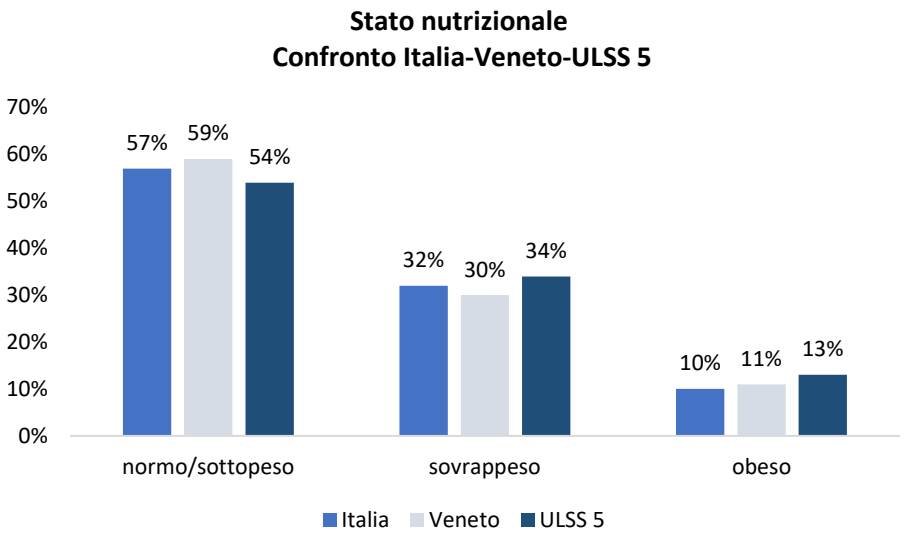
STATO NUTRIZIONALE E ABITUDINI ALIMENTARI

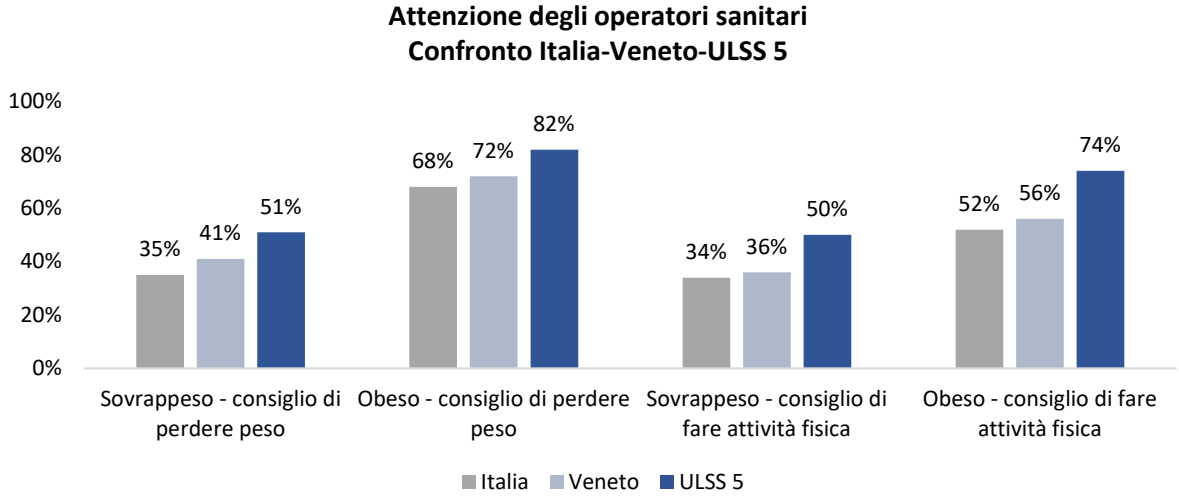
ULSS 5 Polesana

Sistema di Sorveglianza PASSI anni 2024-2025

Le caratteristiche ponderali di un individuo vengono definite mediante l'indice di Massa Corporea (IMC) in 4 categorie: sottopeso (IMC <18,5), normopeso (IMC 18,5-24,9), sovrappeso (IMC 25-29,9) e obeso (IMC >30).
Si considerano in eccesso ponderale le persone in sovrappeso e obese.



I dati riferiti dagli intervistati, nel biennio 2024-2025, relativi a peso e altezza portano a stimare che il 46% degli adulti tra i 18 e i 69 anni residenti nel territorio dell'ULSS 5 Polesana siano in eccesso ponderale. Valori maggiori rispetto ai dati nazionali (43%) e regionali (41%).
L'essere in **eccesso ponderale** è una caratteristica più frequente al crescere dell'età (53% nei 50-69enni rispetto al 30% dei 18-34enni), fra gli uomini (57% vs 36% nelle donne), fra le persone con un basso livello di istruzione.
Nelle persone in sovrappeso/obese il 30% ha dichiarato di essere iperteso e il 32% di avere il colesterolo alto.



Nel biennio 2024-2025 l'attenzione degli operatori sanitari dell'ULSS 5 Polesana al problema dell'eccesso ponderale è notevolmente aumentata: il 60% delle persone in sovrappeso/obeso ha riferito di aver ricevuto il consiglio di porre attenzione al peso corporeo (dato nazionale 43% - dato regionale 50%).
L'attenzione è stata indirizzata soprattutto alle persone obese. 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 rispetto a quelli che non lo hanno ricevuto (41% vs 27%).

Meno frequente (57%) è il consiglio di praticare attività fisica per le persone in eccesso ponderale, percentuale maggiore rispetto al dato nazionale (39%) e regionale (41%).
A praticare un'attività fisica sono maggiormente le persone in sovrappeso (80% vs 70% nelle persone obese).



Il 35% delle persone in eccesso ponderale ha riferito di seguire una **dieta** per perdere o mantenere costante il proprio peso, valore maggiore rispetto al dato nazionale (30%) e regionale (29%). La proporzione di persone in eccesso ponderale che segue una dieta è più alta nelle donne (41% vs 32% negli uomini), mentre non vi sono differenze rilevanti tra sovrappeso e obeso, rispettivamente 35% e 36%.

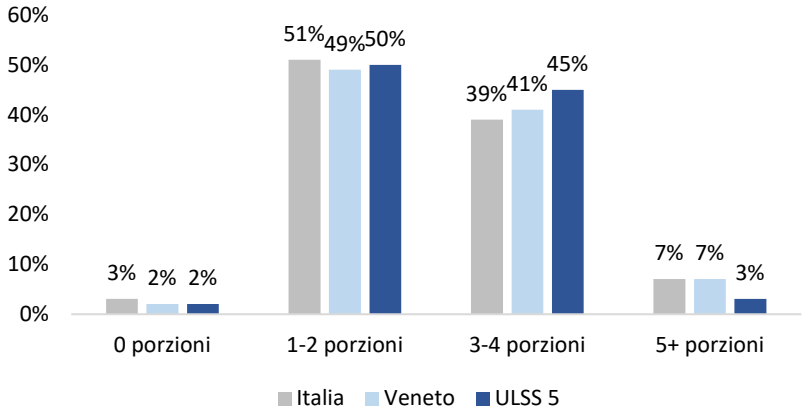
L'eccesso ponderale incide profondamento sullo stato di salute poiché è uno dei fattori di rischio per l'insorgenza delle principali malattie croniche non trasmissibili (cardiopatie ischemiche, ictus, ipertensione, diabete, alcuni tipi di tumore) e contribuisce all'aggravamento di patologie già esistenti. È causato nella maggior parte dei casi da stili di vita scorretti, quali un'alimentazione ipercalorica e sbilanciata e da uno scarso livello di attività fisica. L'obesità è quindi una condizione ampiamente prevenibile.
Secondo le stime dell'Institute for Health Metrics and Evaluation (anno 2019) a sovrappeso e obesità sarebbero attribuibili oltre 5 milioni di decessi in tutto il mondo; in Italia, si stima che sia responsabile di oltre 64.000 decessi.

Nell'ULSS 5 Polesana, solo il 3% degli intervistati riferisce di consumare 5 o più porzioni di **frutta e verdura** al giorno, quantità raccomandata dalle linee guida per una corretta alimentazione (***five a day***).



Consumare almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno è un'abitudine più frequente fra le donne, fra i 50-69enni, fra le persone con un livello di istruzione più elevato e fra chi ha qualche difficoltà economica. Non si evidenziano differenze fra le persone sottopeso/normopeso o in eccesso ponderale.

Consumo quotidiano frutta e verdura
Confronto Italia-Veneto-ULSS 5



Se l'adesione al *five a day* resta un'abitudine di pochi, quasi la metà della popolazione (48%) consuma complessivamente almeno 3 porzioni di frutta e verdura al giorno. Le caratteristiche di chi ha comunque questa buona abitudine restano significativamente associate al genere femminile (56% vs 39% negli uomini).

Adeguate quantità di frutta e verdura, oltre a proteggere da malattie cardiovascolari, neoplastiche e respiratorie, assicurano un rilevante apporto di carboidrati complessi, nutrienti (vitamine, minerali), sostanze protettive antiossidanti e consentono di ridurre l'apporto calorico della dieta, grazie al fatto che questi alimenti danno una sensazione di sazietà.
Le linee guida italiane per una sana alimentazione e le indicazioni internazionali raccomandano l'assunzione di 400 g di frutta e verdura commestibili al giorno (che si traducono in 5 porzioni).

Presso l'ULSS 5 Polesana sono attivi ambulatori nutrizionali per la presa in carico di soggetti con eccesso ponderale o malnutrizione.
Sono disponibili informazioni al sito internet: https://www.aulss5.veneto.it/servizio-di-igiene-degli-alimenti-e-della-nutrizione

Che cos'è il sistema di sorveglianza PASSI?
PASSI (Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia) è un sistema di sorveglianza della popolazione adulta. L'obiettivo è stimare la frequenza e l'evoluzione dei fattori di rischio per la salute, legati a comportamenti individuali, oltre alla diffusione delle misure di prevenzione. Un campione di residenti di età compresa tra i 18 e i 69 anni viene estratto con metodo casuale dall'elenco dell'anagrafe sanitaria. Personale dell'ULSS, specificamente formato, effettua interviste telefoniche con un questionario standardizzato. I dati vengono trasmessi in forma anonima all'Istituto Superiore di Sanità.
Per maggiori informazioni: Sorveglianza PASSI (adulti 18-69 anni) http://www.epicentro.iss.it/passi/

A cura di: Paolo Portesan - coordinatore aziendale sorveglianza PASSI ULSS 5 Polesana, Marinella Cattozzo UOSD Epidemiologia ULSS 5 Polesana