

Eccesso di peso: molti italiani lo controllano solo sulla bilancia

Secondo i dati Istat, 20 milioni di italiani conducono una vita sedentaria, solo il 5 per cento consuma le 5 porzioni al giorno di frutta e verdura raccomandate dall'OMS e la percentuale di persone con obesità è passata dal 10,9 per cento del 2019 all'11,4 per cento nel 2022

Questi sono alcuni dei dati Istat che fotografano la situazione attuale del fenomeno sovrappeso e obesità nel nostro Paese e alla base del confronto che si terrà oggi pomeriggio durante il quinto Italian Obesity Barometer Summit "No silos, strategie per contrastare l'obesità" tra Istituzioni, esperti, società scientifiche e associazioni pazienti

Il Summit e il report di quest'anno saranno dedicati alla memoria della prof.ssa Simona Frontoni, recentemente scomparsa, docente dell'Università di Roma Tor Vergata, socia fondatrice di IBDO e Presidente del Comitato Scientifico dello stesso

Durante l'evento riceveranno il premio OPEN ITALY l'On. Roberto Pella, la Sen. Daniela Sbröllini e il Sen. Filippo Sensi per il loro impegno nella lotta contro l'obesità

Roma, 10 ottobre 2023 – Oltre un italiano su due controlla il proprio peso mensilmente o quasi (54,1 per cento) e circa uno su quattro con una regolarità almeno settimanale (23,8 per cento), eppure quasi 20 milioni di italiani conducono una vita sedentaria, solo il 5 per cento consuma le 5 porzioni al giorno di frutta e verdura raccomandate dall'OMS e l'obesità è cresciuta oltre l'11 per cento. Questi sono alcuni dei dati Istat 2022 sulle abitudini degli italiani che verranno presentati oggi pomeriggio durante il quinto Italian Obesity Barometer Summit "No silos, strategie per contrastare l'obesità", durante il quale Istituzioni, esperti, società scientifiche e associazioni pazienti si confronteranno per definire le strategie da mettere in atto per contrastare la pandemia di sovrappeso e obesità nel nostro Paese.

L'evento è realizzato con il supporto scientifico e istituzionale dell'Intergruppo parlamentare obesità, diabete e malattie croniche non trasmissibili, Intergruppo parlamentare qualità di vita nelle città, Intergruppo parlamentare sanità digitale e terapie digitali, Intergruppo parlamentare per la prevenzione delle emergenze e l'assistenza sanitaria nelle aree interne, Italian Barometer Diabetes Observatory (IBDO) Foundation Spin off Università di Roma Tor Vergata, Istat, Coresearch, Crea Sanità, Bhave, Università di Roma Tor Vergata – Dipartimento di medicina dei servizi e con il contributo non condizionato di Novo Nordisk nell'ambito del progetto internazionale Driving change in obesity.

Quest'anno il Summit e il Report sono dedicati alla memoria della prof.ssa Simona Frontoni, recentemente scomparsa, docente dell'Università di Roma Tor Vergata, socia fondatrice di IBDO e Presidente del Comitato Scientifico dello stesso.

Secondo le stime Istat, in Italia, nel 2022 la percentuale di adulti con sovrappeso e obesità, pari al 46,3 per cento, è tornata ai livelli pre-pandemia, durante la quale si era raggiunto il picco del 47,6 per cento. Tuttavia, è solo il numero di persone con

sovrappeso che è sceso, tanto che quello delle persone con obesità è passato dal 10,9 per cento del 2019 all'11,4 per cento nel 2022, con un picco del 12 per cento nel 2021.

«Bisogna promuovere l'educazione alla prevenzione e adottare corretti stili di vita sin da piccoli. Un approccio propositivo sin dall'età evolutiva, è uno degli investimenti più produttivi e lungimiranti di politiche pubbliche. Per il Ministero della Salute è una priorità, lo dimostrano le numerose iniziative e strategie nazionali portate avanti attraverso le *'Linee di indirizzo per la prevenzione e il contrasto del sovrappeso e dell'obesità'* e in coerenza con gli obiettivi del Programma «Guadagnare salute» e del Piano Nazionale della Prevenzione 2020-2025. A questa logica risponde anche l'Italian Barometer Obesity Report che con la sua autorevolezza è diventato uno strumento importante per tutta la comunità scientifica e istituzionale», spiega il **Ministro della Salute Orazio Schillaci** nella prefazione dell'Italian Barometer Obesity Report 2023.

«Secondo l'OMS, il numero di persone con obesità nel mondo è quasi triplicato negli ultimi 50 anni e, ad oggi, si attesta a oltre 800 milioni di adulti che ne soffrono. A questo aumento hanno contribuito senz'altro i fattori ambientali, legati ai cambiamenti di stili di vita e di lavoro sempre più sedentari, l'uso crescente dei mezzi di trasporto privati e la progressiva urbanizzazione, nonché un maggior apporto di cibi ricchi di grassi saturi e di zuccheri a fronte di una riduzione del dispendio energetico. Abitudini sedentarie associate a un'alimentazione troppo ricca di cibi calorici e poveri di nutrienti sono, infatti, responsabili dello squilibrio tra apporto e consumo di energia, che può generare un eccesso ponderale», spiega **Paolo Sbraccia, Co-Editor di Obesity Monitor e Vice Presidente vicario di IBDO Foundation**. «Bisogna comunque ricordare che l'obesità è una malattia molto complessa e che se i fattori ambientali hanno sicuramente una grande responsabilità nell'accumulo di peso, la suscettibilità ad ammalarsi è data da fattori genetici, epigenetici, neuroendocrinologici e, in genere, biologici che oggi possono essere contrastati con nuovi e innovativi strumenti farmacoterapici nell'ambito comunque di un approccio multidisciplinare», aggiunge.

Sembra quasi che gli italiani controllino il peso solo sulla bilancia. Le raccomandazioni internazionali suggeriscono di ridurre il consumo di zuccheri e snack salati, consumare almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno e per gli adulti fare 150 minuti a settimana di attività di intensità moderata.

«L'Italia è uno dei paesi con i più bassi livelli di attività fisica. Sebbene i dati sulla sedentarietà mostrino un miglioramento in tutte le fasce di età, in particolare tra i 45 e i 74 anni (-20 per cento rispetto al 2001), resta un comportamento ancora troppo diffuso nel nostro Paese, con un andamento crescente all'aumentare dell'età: nel 2022 riguarda quasi una persona su quattro tra i giovani di 18-24 anni (23,6 per cento) e quasi sette su dieci tra gli over 74 (67,2 per cento)», spiega **Roberta Crialesi, Dirigente Servizio Sistema integrato salute, assistenza e previdenza, Istat**. «Per quanto riguarda le abitudini alimentari poco salutari, in Italia, circa una persona adulta su due consuma dolci, come torte farcite, merendine, gelati, almeno qualche volta a settimana e l'11,3 per cento tutti i giorni, mentre più di una persona su quattro consuma snack salati almeno qualche volta a settimana. In 20 anni il consumo degli snack salati tra gli adulti è aumentato del 50 per cento; in particolare è più che raddoppiato tra i 45-64enni. Inoltre, negli ultimi 20 anni il consumo giornaliero di frutta e verdura è diminuito del 5 per cento e quasi un adulto su cinque non assume frutta o verdura con cadenza giornaliera», aggiunge.

Secondo la commissione di esperti della rivista scientifica Lancet, obesità, denutrizione e cambiamento climatico rappresentano le più grandi minacce per la popolazione mondiale e sono legate tra loro da scopi di profitto e inerzia politica. «Per affrontare

concretamente queste minacce globali, è necessario un ripensamento radicale dei modelli di business, dei sistemi alimentari, del coinvolgimento della società civile e della governance nazionale e internazionale», dice **Andrea Lenzi, Co-Editor di Obesity Monitor e Presidente del Comitato Nazionale per la Biosicurezza, le Biotecnologie e le Scienze della Vita (CNBBSV) della Presidenza del Consiglio dei Ministri, Presidente di OPEN ITALY e Presidente dello Steering committee di IBDO Foundation.** «La governance a livello globale, di Paese e città è importante, ma di solito è frammentaria, bloccata in silos, spesso focalizzata sulla scelta individuale e incapace o non disposta a prendere le distanze da una forte influenza commerciale e da obiettivi politici a breve termine, motivo per cui è necessario lavorare insieme per cambiare percorso per una migliore salute umana e planetaria», conclude.

«L'obesità rappresenta quindi una sfida irrisolta di salute pubblica, che troppo spesso viene sottovalutata e ignorata. I problemi di salute correlati si riflettono quotidianamente sulla qualità di vita, sui casi di assenteismo dal lavoro, impattando sui bilanci economici delle famiglie e della spesa pubblica e sanitaria», commenta **Nathan Leviardi Ghiron, Rettore dell'Università di Roma Tor Vergata** nella prefazione dell'Italian Barometer Obesity Report 2023. «È giunto il momento di mettere in atto soluzioni di politica sanitaria e di governance clinica che siano in grado di dare risposte concrete e soprattutto che coinvolgano l'intera popolazione, partendo dall'inclusione dell'obesità nel Piano Nazionale delle Malattie Croniche al fine di aumentare il supporto e diminuire le disuguaglianze di accesso alle cure sul territorio».

«Il mondo sta vivendo una trasformazione epocale di tipo demografico, sociale, economico e ambientale. L'epidemia dell'obesità e delle malattie non trasmissibili, insieme all'invecchiamento della popolazione, minaccia seriamente i sistemi sanitari. Per ritenere, ragionevolmente, di avere successo nel fronteggiare questa sfida bisogna agire in modo diverso dal passato ed essere in grado di concepire politiche pubbliche coraggiose e dirimpenti», chiosa **l'On. Roberto Pella, Presidente Intergruppo parlamentare "Obesità, diabete e malattie croniche non trasmissibili" e Vicepresidente vicario ANCI.**

«Per noi, per le generazioni attuali e future, è giunto il momento di mettere in pratica gli obiettivi indicati in molti dei programmi politici nazionali e internazionali degli ultimi quindici anni che hanno avuto il merito di riuscire a sensibilizzare l'opinione pubblica e politica sul tema, ma il demerito di non essere ancora attuati. Bisogna creare una forte alleanza tra istituzioni governative, parlamentari, scientifiche, accademiche e persone con obesità per coinvolgere e rendere partecipi tutti della necessità di agire ora», aggiunge la **Sen. Daniela Sbröllini, Presidente Intergruppo parlamentare "Obesità, diabete e malattie croniche non trasmissibili".**

«L'impegno di Novo Nordisk va oltre la semplice produzione di farmaci per l'obesità e comprende attività di sensibilizzazione e di supporto, realizzate all'interno del programma internazionale Driving Change in Obesity che ha l'ambizione di cambiare il modo in cui viene percepita, prevenuta e trattata questa malattia cronica», dice **Drago Vuina, General Manager e Vice President Novo Nordisk Italia.** «In Italia con il nostro sostegno continuo a Ibdofoundation e al suo Italian Obesity Barometer Summit annuale, vogliamo contribuire a favorire il confronto virtuoso tra tutte le parti interessate attraverso l'implementazione di strategie efficaci per combattere e prevenire l'obesità, così da migliorare la salute e il benessere delle persone che ne sono affette».

Durante l'evento hanno ricevuto il premio OPEN l'**On. Roberto Pella** e la **Sen. Daniela Sbrollini** e il **Sen. Filippo Sensi**, Membro della quarta Commissione permanente (Politiche dell'Unione europea), per il loro impegno nella lotta contro l'obesità.

Ufficio stampa Novo Nordisk:

Hill+Knowlton Strategies

Laura Fezzigna, mob. +39 347 4226427, email laura.fezzigna@hkstrategies.com

Martina Persico, mob. +39 3425488403, email martina.persico@hkstrategies.com

Aurora Marchetti, mob. +39 340 5926048, email marchetti.consultant@hkstrategies.com

Novo Nordisk Italia

Arianna Baroni, mob. +39 347 0786417, email arbi@novonordisk.com

HealthCom Consulting

Diego Freri, mob. +39 335 8378332, email diego.freri@hcc-milano.com

Simone Aureli, mob. +39 366 984 7899, email simone.aureli@hcc-milano.com