

Stato nutrizionale e abitudini alimentari della popolazione con 65 anni e più nel Lazio: i dati della Sorveglianza di Popolazione Passi d'Argento (PDA)

Iacovacci S¹, Brandimarte MA², Biscaglia L³, Giudiceandrea B⁴, Di Fabio M⁵, Trinito MO⁶, Trivellini R⁷, Casagni L⁸, Coia M⁹, Falera A¹⁰, Trovato F¹¹, Micali O¹², Fovi G¹², Bucca C¹³

¹ASL Latina, ²ASL RME, ³Agenzia di Sanità Pubblica Lazio, ⁴ASL RMA, ⁵ASL RMB, ⁶ASL RMC, ⁷ASL RMD, ⁸ASL RMF, ⁹ASL RMG, ¹⁰ASL RMH, ¹¹ASL Viterbo, ¹²ASL Rieti, ¹³ASL Frosinone

Introduzione

- In ogni fase della vita lo stato nutrizionale è un importante determinante delle condizioni di salute. In particolare a partire dai 65 anni l'eccesso di peso favorisce l'insorgenza o l'aggravamento di patologie preesistenti e influisce negativamente sulla qualità della vita della persona, mentre la perdita di peso non intenzionale rappresenta un indicatore comunemente utilizzato per la fragilità dell'anziano.
- Lo stato nutrizionale si misura comunemente attraverso l'indice di massa corporea (IMC).
- Adeguate quantità di frutta e verdura assicurano un rilevante apporto di carboidrati complessi, vitamine, minerali, acidi organici, sostanze antiossidanti e di fibre che oltre a proteggere da malattie cardiovascolari e neoplastiche, migliorano la funzionalità intestinale e contribuiscono a prevenire o migliorare la gestione del diabete mellito non insulino-dipendente. Secondo stime dell'OMS lo scarso consumo di frutta e verdura è responsabile di circa un terzo degli eventi coronarici e di circa il 10% di ictus cerebrale. In accordo con le linee guida, che raccomandano di consumare almeno 5 porzioni al giorno (five-a-day) di frutta o verdura, insalata o ortaggi, PDA misura il consumo di questi alimenti.

Obiettivo

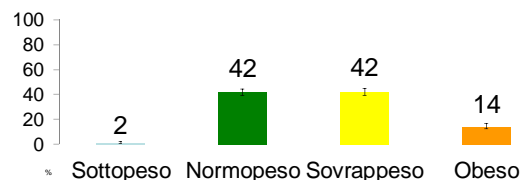
- Descrivere abitudini alimentari e stato nutrizionale della popolazione anziana del Lazio.

Metodi

- L'approccio metodologico è quello della sorveglianza di popolazione, che si basa su indagini periodiche su campioni rappresentativi della popolazione. Passi d'Argento prevede che ad un campione di residenti con 65 anni e più, estratto con metodo casuale dagli elenchi delle anagrafi sanitarie, venga somministrato un questionario standardizzato mediante intervista telefonica o faccia a faccia. Se l'anziano non risulta in grado di rispondere può essere aiutato da un familiare o persona di fiducia. Nel Lazio PDA è realizzato dal 2010 e fa parte dei Piani di Prevenzione Regionali. Nel 2012, sono stati intervistati 2011 soggetti con 65 anni e più residenti nelle 12 ASL del Lazio. Il tasso complessivo di risposta nel Lazio è stato del 86,6% (88,5% a livello nazionale), il tasso di rifiuto è stato del 9,4% (9,6% a livello nazionale).

Stato nutrizionale delle persone con 65 anni e più

Indagine PASSI d'Argento anno 2012
Regione Lazio (n=2011)

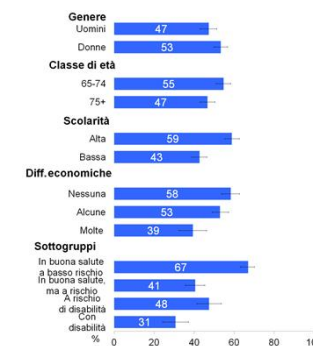


Risultati

- Nel Lazio tra le persone con 65 anni e più il 42% risulta normopeso, il 42% in sovrappeso, il 15% obeso. Il 2% è sottopeso.
- Le persone in eccesso ponderale, cioè in sovrappeso e obese, sono il 56%.
- Consumano almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno il 9%; il 42% consuma 3-4 porzioni e il 48% solo 1-2 porzioni.
- Consumare almeno tre porzioni di frutta e verdura è più frequente tra le persone con 65-74 anni, le donne, le persone con livello di istruzione alta, le persone con poche o nessuna difficoltà economica, le persone in buone condizioni e a basso rischio di malattia.

Persone che consumano almeno 3 porzioni di frutta e verdura (%)

Indagine PASSI d'Argento anno 2012
Regione Lazio (n=2011)



Conclusioni

- PDA si è rivelato un ottimo ed innovativo strumento per dare informazioni sullo stato di salute e di malattia della popolazione anziana producendo in tempo utile un'informazione per gli amministratori, per chi opera nel sistema sanitario, per gli ultra64enni stessi e per le loro famiglie, in maniera tale da offrire a tutti un'opportunità per fare meglio proteggendo e promuovendo la salute, prevenendo le malattie e migliorando l'assistenza per questo gruppo di popolazione, in particolare favorendo scelte che contrastino l'obesità, aumentando il consumo di frutta e verdura e facilitando il movimento.

Per maggiori informazioni è possibile contattare i Coordinatori regionali della Sorveglianza PASSI d'Argento:

~ Silvia Iacovacci (silvia.iacovacci@asllatina.it);

~ M. Alessandra Brandimarte (ale.brandimarte@asl-rme.it);

~ Lilia Biscaglia (biscaglia@asplazio.it)