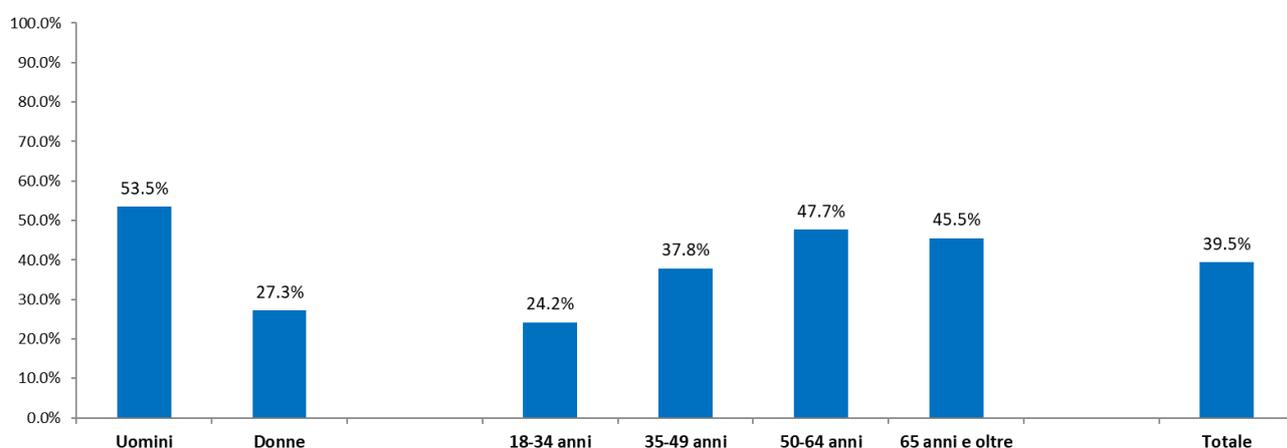


## Sovrappeso, obesità, sottopeso

L'Indice di massa corporea (IMC) - o *Body mass index* (BMI) – è un indicatore utilizzato per determinare a quale categoria di peso (sottopeso, normopeso, sovrappeso, obesa) una persona appartenga.

Proporzione di persone sovrappeso o obese in Ticino nel 2022

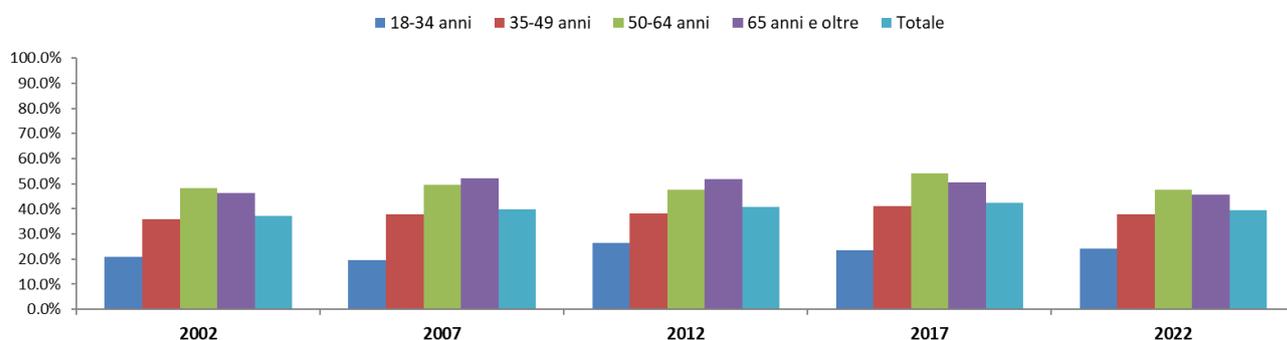
Fonte: ISS 2022; Elaborazione: SPVS



In Ticino nel 2022, il 39.5% della popolazione risulta sovrappeso o obesa. Gli uomini (53.5%) risultano significativamente più in sovrappeso rispetto alle donne (27.3%) e la tendenza all'eccesso di peso è sensibile alle variazioni di età. Infatti, se sovrappeso o obesità riguardano circa una persona su quattro nella popolazione della fascia compresa tra i 18 e i 34 anni (24.2%), tale percentuale sale fino a quasi 1 persona su 2 nella fascia dei 50-64 anni (47.7%) e dai 65 anni in su (45.5%).

Prevalenza sovrappeso-obesità per fascia d'età in Ticino dal 1997 al 2022

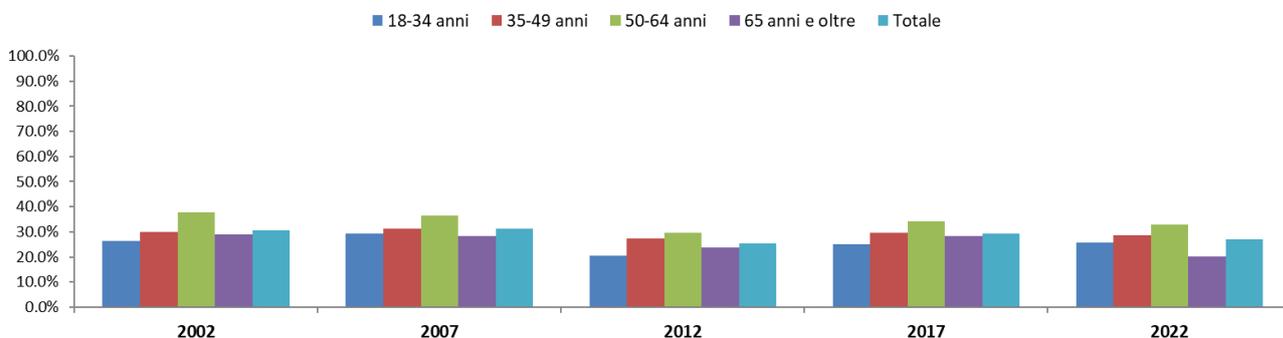
Fonte: ISS 1997-2022; Elaborazione: SPVS



Estendendo l'analisi della prevalenza di sovrappeso o obesità all'orizzonte temporale degli ultimi 20 anni, si possono notare almeno due aspetti principali: il primo è che risulta confermata in tutte le edizioni ISS la dipendenza della prevalenza di sovrappeso o obesità dall'età, con picchi percentuali rilevabili dai 50 anni in poi. Il secondo è che la prevalenza complessiva di persone in sovrappeso o obese nella popolazione ticinese è tendenzialmente costante in tutte le fasce d'età.

**Livello d'insoddisfazione del proprio peso corporeo in Ticino dal 1997 al 2022 per fascia d'età**

Fonte: ISS 1997-2022; Elaborazione: SPVS



Misurando il livello di soddisfazione del proprio peso corporeo e considerando come “insoddisfatto” chi risponde “piuttosto insoddisfatto” o “assolutamente insoddisfatto”, si può rilevare che quasi 1 persona su 3 in Ticino (2022: 27.2%) è insoddisfatto del proprio peso. Inoltre, l'età ove si registra la maggiore insoddisfazione è quella compresa tra i 50 e i 64 anni (2022: 32.8%). Nel corso degli ultimi 20 anni, l'insoddisfazione di questa fascia d'età resta la più elevata nella popolazione.

**Definizione**

L'IMC è ottenuto dividendo il peso in chilogrammi per il quadrato dell'altezza in metri. L'indice si calcola a partire dal peso e dall'altezza auto dichiarati.

Numerosi studi dimostrano che questo comporta una sovrastima dell'altezza e una sottostima del peso. Per questa ragione l'IMC è da ritenere sottovalutato<sup>1 2</sup>.

In base a questo indice si distinguono quattro classi di peso. Il sovrappeso è definito da un indice uguale o superiore a 25, l'obesità corrisponde a un indice uguale o superiore a 30; all'opposto un indice inferiore a 18.5 è considerato come insufficiente e predispone, come il sovrappeso, a una mortalità precoce. Il peso normale corrisponde a un indice compreso tra 18.5 e 24.9.

<sup>1</sup> Naudin F, Dauphinot V, Guéguen R, Perronin M, Sermet C. Ecart entre morbidité déclarée et morbidité diagnostiquée. L'exemple de l'obésité, de l'hypertension artérielle et de l'hypercholestérolémie. Questions d'économie de la santé IRDES 2006; no. 114 oppure < <http://www.irdes.fr/Publications/Qes/Qes114.pdf> >

<sup>2</sup> Faeh D, et al. Obesity in Switzerland: do estimates depend on how body mass index has been assessed. Swiss Med Weekly 2008; 138(13-14):204-210

Per approfondire

**Dati nazionali e regionali 1992-2017 (Ufficio federale di statistica)**

Tabelle standardizzate ISS 2017: "[Mesures corporelles](#)"

**Indicatori nazionali e cantionali Obsan**

[Sovrappeso e obesità \(età:15+\)](#)

Fonte dei dati

Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera (ISS), 2017

Cfr. anche la scheda "[Nota metodologica](#)" relativa all'indagine ISS.

Ultimo aggiornamento dei dati

Agosto 2024.