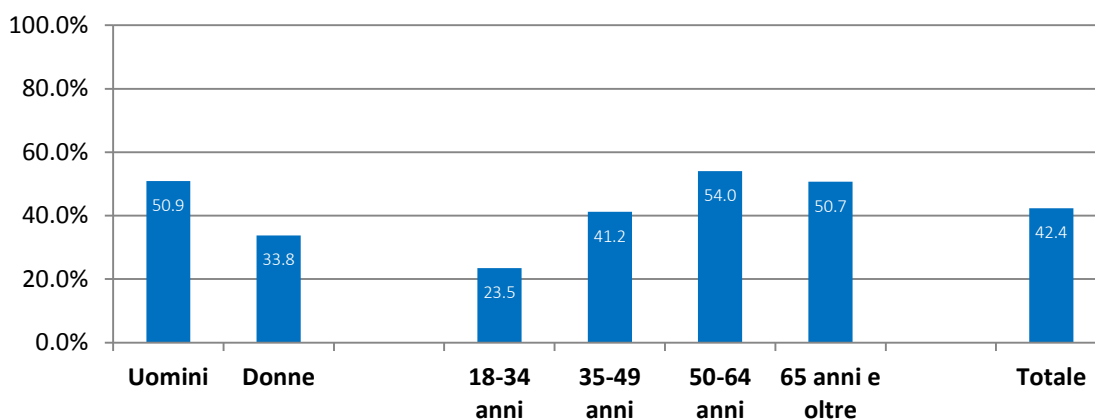


Sovrappeso, obesità e sottopeso

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 2017

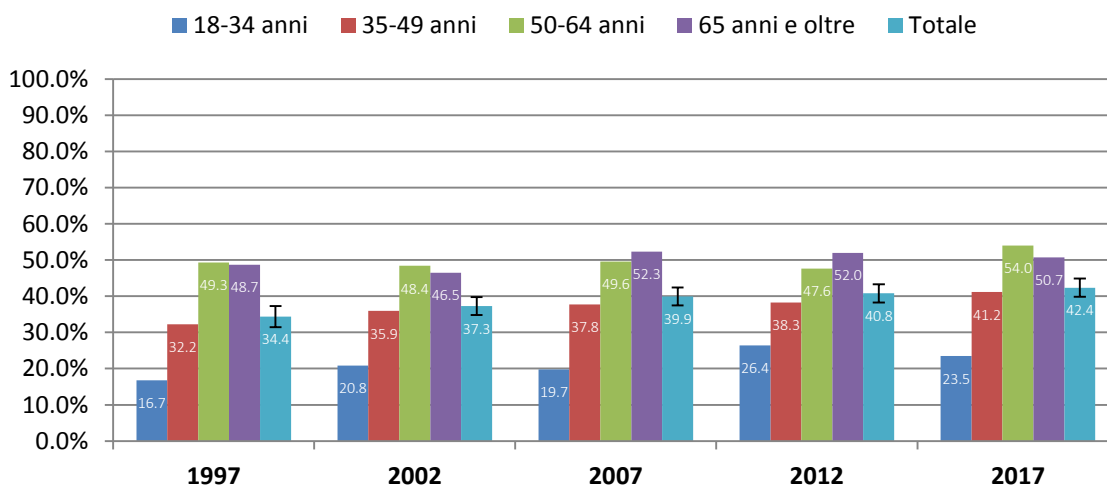
Fonte: ISS 2017; Elaborazione: SPVS



In Ticino nel 2017, il 42.4% della popolazione risulta sovrappeso o obesa. Gli uomini (50.9%) risultano significativamente più in sovrappeso delle donne (33.8%) e, come si può notare, 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 (23.5%), tale percentuale sale fino una persona su due (50.7%) nella fascia dei 65 anni e oltre.

Prevalenza sovrappeso-obesità per fascia d'età in Ticino dal 1997 al 2017

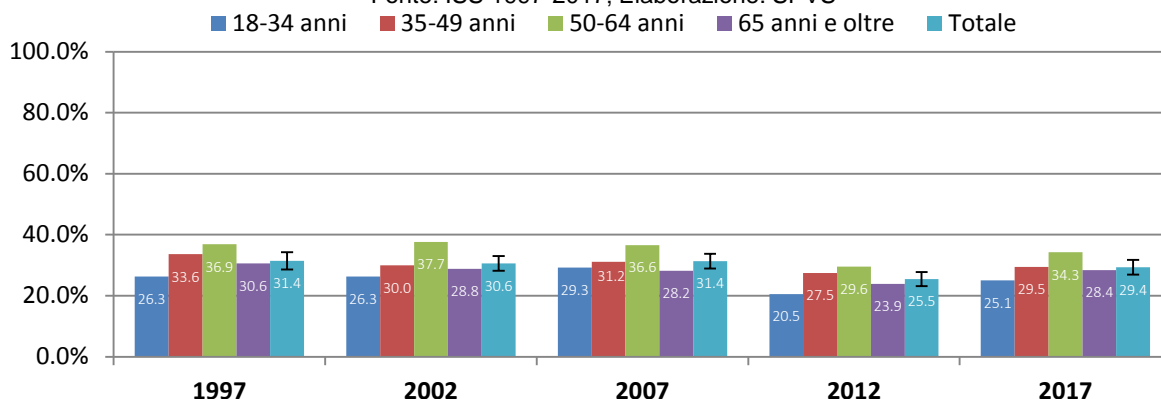
Fonte: ISS 1997-2017; Elaborazione: SPVS



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 sovrappeso e obese nella popolazione ticinese è tendenzialmente in crescita, con una differenza, statisticamente significativa, di 8 punti percentuali tra il 1997 (34.4%) e il 2017 (42.4%).

Livello d'insoddisfazione del proprio peso corporeo in Ticino dal 1997 al 2017 per fascia d'età

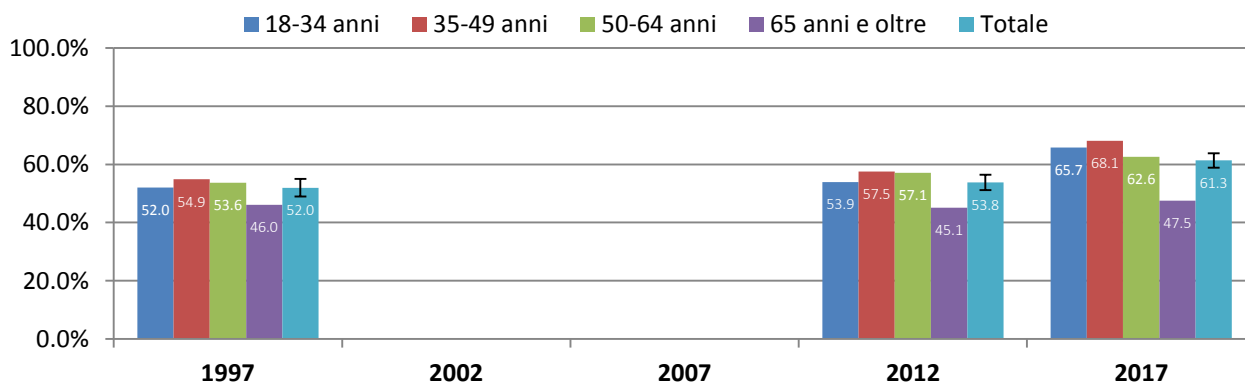
Fonte: ISS 1997-2017; Elaborazione: SPVS



Misurando il livello di soddisfazione del proprio peso corporeo (domanda ISS 2017: "In questo momento è contento/a del suo peso?") e considerando come "insoddisfatto" chi risponde "piuttosto insoddisfatto" o "assolutamente insoddisfatto", si può rilevare che il 29.4% dei ticinesi dai 18 anni in poi è insoddisfatto del proprio peso e l'età ove si registra la maggiore insoddisfazione è quella compresa tra i 50 e i 64 anni (34.3%). Nel corso degli ultimi 20 anni, l'insoddisfazione di questa fascia d'età resta la più elevata nella popolazione e l'insoddisfazione totale nella popolazione dal 1997 al 2017 oscilla tra il 25 e il 30% circa senza variazioni di rilievo.

Desiderio di modificare il proprio peso corporeo in Ticino dal 1997 al 2017 per fascia d'età

Fonte: ISS 1997-2017; Elaborazione: SPVS



È interessante notare che, misurando il desiderio di modificare il proprio peso corporeo (domanda ISS 2017: "Vorrebbe modificare il suo peso?") si rileva che il 61.3% dei ticinesi vorrebbe modificarlo ma le fasce d'età che mostrano le più alte percentuali in questo senso sono - insieme a quella già citata dei

50-64 anni (62.6%) - quelle che fanno segnare le prevalenze più basse di sovrappeso o obesità, cioè quelle dei 18-34 anni (65.7% nel 2017) e quella dei 35-49 anni (68.1% nel 2017). Globalmente, nella popolazione sembra rilevabile un incremento del desiderio di modificare il proprio peso, in particolare nel corso dell'indagine del 2017 dove si è registrato un incremento di 7.5 punti percentuali rispetto all'indagine del 2012 (rispettivamente, il 61.3% contro il 53.8%)¹.

Dal punto di vista della *percezione* individuale, incrociando il livello di soddisfazione del proprio peso con l'indice di massa corporea, risulta che circa la metà delle persone in sovrappeso (57.0% nel 2017) e circa un terzo delle persone obese (30.0% nel 2017) si dichiara "soddisfatta" del proprio peso (inteso come somma di chi si dichiara "assolutamente soddisfatto" e "abbastanza soddisfatto"). Questo dato non sembra subire importanti variazioni nel corso del tempo, restando pressoché costante negli ultimi 20 anni.

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^{2 3}.

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.

Dati analitici

Indice di massa corporea, Ticino, 2017

	Età									
	18-34		35-49		50-64		65+		Totale	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Sottopeso	19	5.1%	9	2.2%	10	2.3%	12	3.2%	50	3.2%
Peso normale	206	71.4%	207	56.6%	180	43.7%	177	46.1%	770	54.5%
Sovrappeso	54	20.1%	112	31.2%	150	37.9%	136	35.6%	452	31.2%
Obesità	10	3.4%	37	9.9%	66	16.1%	58	15.1%	171	11.1%
Totale	289	100.0%	365	100.0%	406	100.0%	383	100.0%	1443	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

¹ Non vengono mostrati i dati relativi alle indagini 2002 e 2007 poiché, in queste due edizioni, la domanda è stata posta solo ad alcune classi d'età rendendo quindi difficile il confronto a livello di popolazione.

² Naudin F, Dauphinot V, Guéguen R, Perronin M, Sermet C. Ecarts 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>>

³ 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 oppure <<http://www.smw.ch/docs/pdf200x/2008/13/smw-12065.pdf>>

Indice di massa corporea, Ticino, 2012

	Età									
	18-34		35-49		50-64		65+		Totale	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Sottopeso	34	12.3%	17	3.2%	7	1.4%	18	4.4%	76	5.4%
Peso normale	191	66.9%	263	60.8%	198	50.2%	192	49.1%	844	57.3%
Sovrappeso	53	17.5%	124	30.5%	135	38.9%	157	38.9%	469	31.0%
Obesità	9	3.4%	23	5.4%	34	9.5%	31	7.6%	97	6.3%
Totale	287	100.0%	427	100.0%	374	100.0%	398	100.0%	1486	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Indice di massa corporea, Ticino, 2007

	Età									
	18-34		35-49		50-64		65+		Totale	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Sottopeso	17	7.6%	26	4.3%	13	3.9%	17	3.3%	73	4.7%
Peso normale	176	72.6%	255	58.0%	187	46.5%	202	44.4%	820	55.3%
Sovrappeso	36	14.9%	118	30.7%	109	35.2%	162	40.0%	425	30.3%
Obesità	11	4.9%	23	7.0%	48	14.4%	53	12.3%	135	9.6%
Totale	240	100.0%	422	100.0%	357	100.0%	434	100.0%	1453	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Indice di massa corporea, Ticino, 2002

	Età									
	18-34		35-49		50-64		65+		Totale	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Sottopeso	34	12.3%	17	3.2%	7	1.4%	18	4.4%	76	5.4%
Peso normale	191	66.9%	263	60.8%	198	50.2%	192	49.1%	844	57.3%
Sovrappeso	53	17.5%	124	30.5%	135	38.9%	157	38.9%	469	31.0%
Obesità	9	3.4%	23	5.4%	34	9.5%	31	7.6%	97	6.3%
Totale	287	100.0%	427	100.0%	374	100.0%	398	100.0%	1486	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Indice di massa corporea, Ticino, 1997

	Età									
	18-34		35-49		50-64		65+		Totale	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Sottopeso	33	11.4%	16	5.1%	6	2.4%	11	5.1%	66	6.4%
Peso normale	224	71.9%	198	62.7%	114	48.3%	103	46.2%	639	59.2%
Sovrappeso	44	14.2%	81	29.0%	83	37.9%	85	37.5%	293	28.1%
Obesità	7	2.5%	9	3.2%	25	11.4%	26	11.2%	67	6.3%
Totale	308	100.0%	304	100.0%	228	100.0%	225	100.0%	1065	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Per approfondire

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

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

Indicatori nazionali e cantionali Obsan

[Sovrappeso e obesità \(età: 15+\)](#)

Dati relativi al Ticino e confronti con il dato nazionale o di altri cantoni

Rapport de base sur la santé pour le canton du Tessin: exploitations standardisées des données de l'Enquête suisse sur la santé 2017 et d'autres bases de données. Neuchâtel: Obsan, 2019. [Accesso al full text.](#)

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 2019.