056 - poster

Le abitudini alimentari della popolazione adulta italiana: l'Osservatorio Epidemiologico Cardiovascolare/Health Examination Survey

Simona Giampaoli¹, Vittorio Krogh², Sara Grioni², Luigi Palmieri¹, Massimo Michele Gulizia³ e Diego Vanuzzo³ a nome del gruppo di ricerca dell'Osservatorio Epidemiologico Cardiovascolare/Health Examination Survey

¹Istituto Superiore di Sanità, Roma; ²Fondazione IRCCS, Istituto Nazionale dei Tumori, Milano; ³Associazione Nazionale Medici Cardiologi Ospedalieri – Heart Care Foundation, Firenze

Obiettivo: Descrivere i comportamenti alimentari della popolazione Italiana adulta raccolti nell'ambito dell'Osservatorio Epidemiologico Cardiovascolare/Health Examination Survey, indagine condotta fra il 2008 e il 2012.

Disegno: indagine trasversale condotta in tutte le regioni; popolazione eleggibile: campioni casuali di popolazione residente, stratificata per età e genere, arruolata in un comune di ciascuna regione, 440 persone ogni 1.5 milioni di abitanti.

Setting e partecipanti: 8714 persone esaminate, con tutti i dati disponibili per questa analisi; tasso di partecipazione 53%

Principali misure: sono stati misurati stili di vita, fattori di rischio e condizioni a rischio. I comportamenti alimentari sono stati raccolti attraverso il questionario EPIC, che include frequenza di consumo degli alimenti, porzioni e modalità di consumo; i comportamenti alimentari e i nutrienti sono presentati per macroaree; il consumo di sodio e potassio sono stati misurati anche attraverso l'escrezione nelle urine delle 24 ore; i dati sono confrontati con il "modello mediterraneo" descritto nell'indagine alimentare condotta negli anni '60.

Risultati: I comportamenti alimentari sono salutari in parte della popolazione: solo il 30% ha un consumo adeguato di verdura e di pesce; solo il 10% fa uso di dolci/torte una volta a settimana come raccomandato. Fra i nutrienti il consumo calorico dovuto ai grassi saturi e agli zuccheri risulta molto alto. Confrontati con il modello mediterraneo degli anni '60 il consumo di cereali, patate e legumi è ridotto alla metà, mentre carni, formaggi, latte e in particolare i dolci sono più che raddoppiati.

Conclusioni: prendendo in considerazione la distribuzione dei fattori di rischio e le condizioni ad alto rischio come sovrappeso/obesità, che affliggono quasi il 75% della popolazione adulta, l'ipertensione che colpisce il 50%, l'ipercolesterolemia nel 35%, e il diabete nel 11-7%, sono urgenti azioni di comunità per migliorare l'alimentazione della popolazione. Inoltre è necessario diffondere nella popolazione la cultura della riduzione del consumo di sale, di olio d'oliva e di vino a causa del loro alto valore energetico e suggerire il consumo di porzioni modeste.

simona.giampaoli@iss.it