



# Scheda informativa

## Sovrappeso: Conoscenza dei rischi per la salute

La conoscenza nella popolazione sull'impatto del sovrappeso sulla salute ha margini di miglioramento. Questo è quanto emerge dall'indagine «Salute e lifestyle», condotta nel 2018 presso la popolazione svizzera.

### CIFRE ESSENZIALI

**6 persone  
su 10**

sanno che il sovrappeso è un  
fattore di rischio per le **malattie  
cardiovascolari**.

Solo

**la metà**

della popolazione indica  
spontaneamente un nesso tra  
**il diabete e il sovrappeso**.

**9 persone  
su 10**

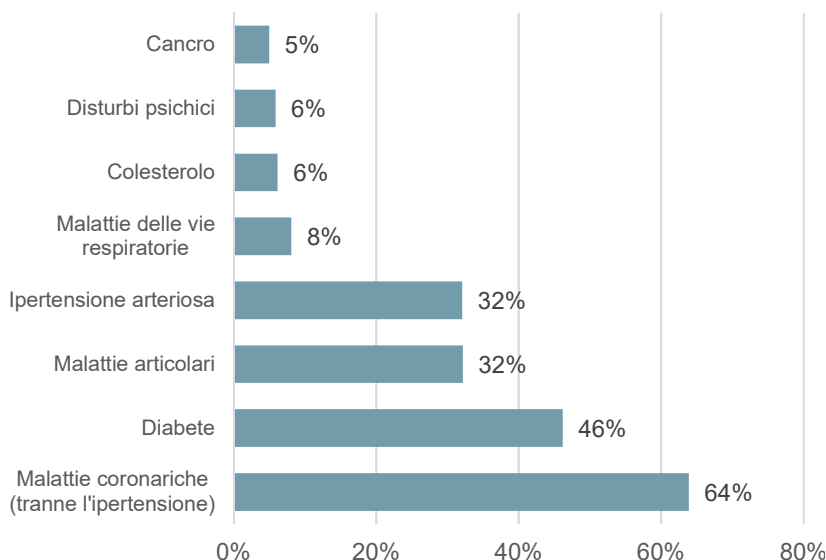
credono che il peso corporeo  
sano possa essere raggiunto  
attraverso **la dieta e l'attività  
fisica**.

### RISULTATI PRINCIPALI

#### Conoscenza dell'impatto del sovrappeso sulla salute

I problemi di salute più frequentemente citati nella letteratura specializzata sul tema del sovrappeso sono le malattie cardiovascolari e il diabete, che sono anche le malattie maggiormente menzionate spontaneamente dalla popolazione.

Malattie correlate al sovrappeso più citate dalla popolazione



Fonte: Indagine «Salute e Lifestyle», 2018, UFSP

La relazione stabilita dalla popolazione tra il sovrappeso e i problemi di salute è corretta ma non ancora sufficientemente condivisa: solo la metà della popolazione cita spontaneamente il nesso tra diabete e sovrappeso; inoltre, le altre malattie che potrebbero entrare in linea di conto sono menzionate solo marginalmente.

Alla domanda su cosa ognuno potrebbe fare per mantenere o raggiungere un peso corporeo equilibrato, le risposte più frequenti sono state le seguenti:

- l'86% pensa che questo obiettivo possa essere raggiunto adeguando l'alimentazione;
- l'87% ritiene che questo sia realizzabile facendo sport e attività fisica mentre
- il 10% pensa che sia possibile raggiungere lo scopo riducendo o cessando il consumo di alcol e/o tabacco.

Il questionario conteneva domande con risposte multiple.



L'indagine «Salute e Lifestyle 2018» è stata condotta dall'UFSP su un campione rappresentativo della popolazione residente dai 15 anni in su (N=5600).

L'indagine è stata svolta su quattro argomenti:

1. le conoscenze sulle conseguenze di determinati comportamenti sulla salute;
2. l'opinione in merito a determinate misure strutturali;
3. il consumo di medicinali;
4. il tabacco non da fumo (per es. snus), la disassuefazione e altre questioni.

Sono stati tematizzati i comportamenti riguardanti il consumo di alcol, tabacco, medicinali e canapa, l'alimentazione e l'attività fisica.

I risultati completi sono disponibili sul sito dell'UFSP [\[LINKS\]](#).

#### **FONTE**

Indagine «Salute e Lifestyle», 2018, UFSP

#### **CONTATTO**

Ufficio federale della sanità pubblica UFSP  
Divisione Prevenzione malattie non trasmissibili  
Sezione Basi scientifiche  
[BAGncdGrundlagen@bag.admin.ch](mailto:BAGncdGrundlagen@bag.admin.ch)

#### **DATA**

Ottobre 2019