



Informazioni tecniche Nutrizione

Indice di massa corporea (IMC) in Svizzera, 2014/15

Il sondaggio nazionale sull'alimentazione menuCH evidenzia che in Svizzera più della metà della popolazione fra i 18 e i 75 anni ha un peso corporeo normale, mentre il 31% è sovrappeso e il 13% obeso, cioè fortemente sovrappeso. La percentuale di uomini sovrappeso è più che doppia rispetto a quella delle donne. Il 2,4% della popolazione risulta invece essere sottopeso, con una percentuale di donne tripla rispetto agli uomini.

I dati relativi all'IMC sono frutto di misurazioni.

INDICE DI MASSA CORPOREA (IMC)

L'IMC è un valore che permette di classificare fra sottopeso ($IMC < 18,5$), peso normale ($18,5 \leq IMC < 25$), sovrappeso ($25 \leq BMI < 30$) e obesità ($IMC \geq 30$). Si calcola nel modo seguente: peso (in chili) diviso per altezza (in metri) al quadrato.

Intera popolazione	La popolazione svizzera fra i 18 e i 75 anni ha un IMC medio pari a 25.
Percentuale di popolazione con un peso normale	Il 54,3% della popolazione adulta ha un peso normale ($IMC \geq 18$ e < 25).
Percentuale di popolazione sovrappeso oppure obeso	Il 43,4% è sovrappeso oppure obeso (sovrappeso: 30,7%; obeso: 12,7%).
Percentuale di popolazione sottopeso	Il 2,4% della popolazione fra i 18 e i 75 anni è sottopeso.
Differenze fra le fasce d'età	La percentuale maggiore di popolazione con un peso normale si rileva nella fascia 18-29 anni (72,8%) mentre quella minore nella fascia 64-75 anni (40,9%). Nel caso di sovrappeso e obesità la situazione è opposta. La percentuale maggiore si rileva nella fascia 65-75 anni (39,8%) mentre quella inferiore nella fascia d'età più bassa (17,9%). Per quanto riguarda i soggetti sottopeso non vi sono differenze degne di nota a seconda delle fasce d'età, anche se va segnalato che la percentuale del 4,3% fra i 18 e i 29 anni è proporzionalmente elevata.

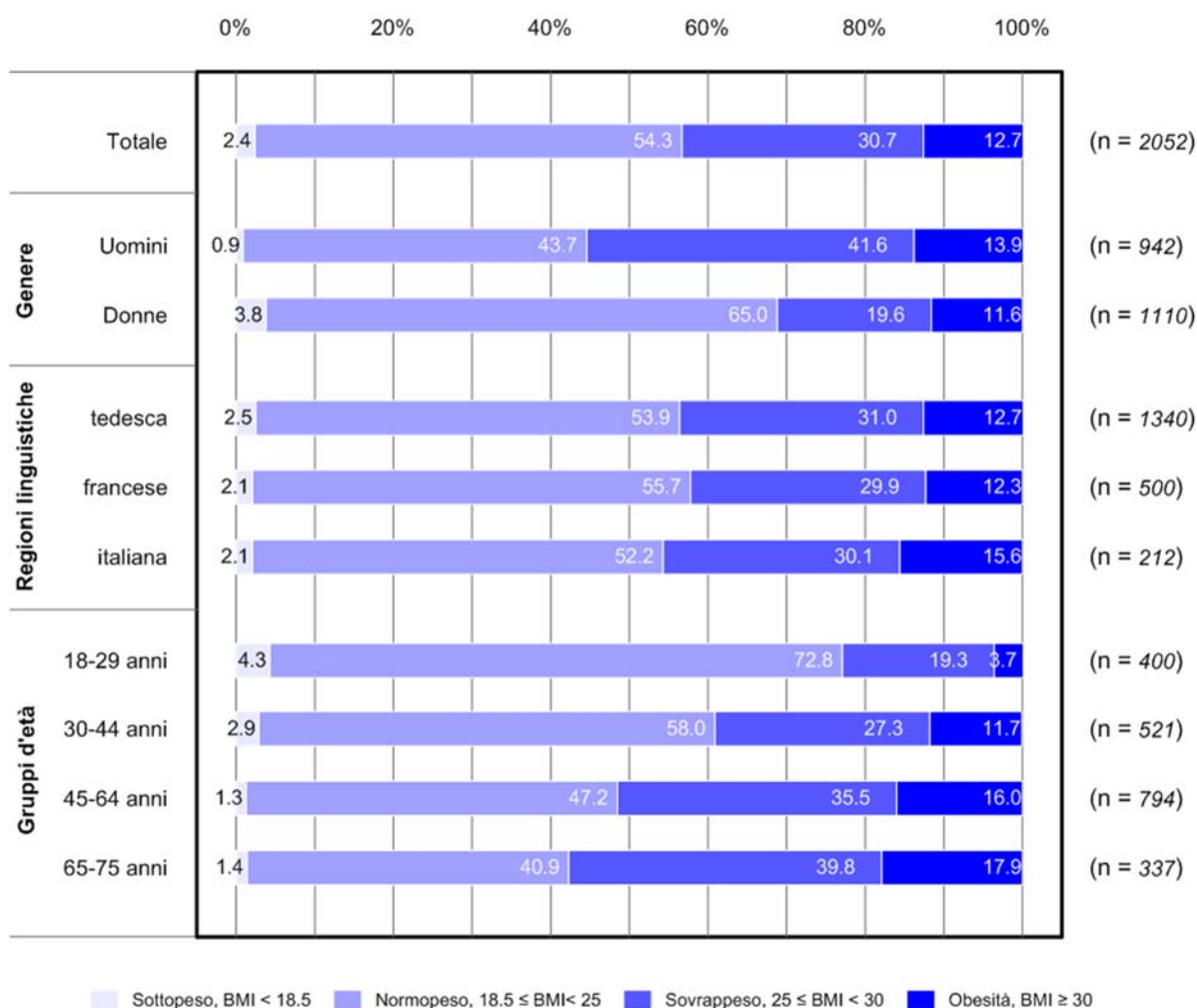
Differenze fra uomini e donne

L'IMC delle donne (24,1) è leggermente inferiore a quello degli uomini (25,9).
Le donne hanno più spesso un peso normale (65%) rispetto agli uomini (43,7%).
La percentuale di uomini sovrappeso (41,6%) è più che doppia rispetto a quella delle donne (19,6%).
L'obesità si presenta in percentuale simile nei due generi (uomini: 13,9%, donne: 11,6%).
La percentuale di donne sottopeso (3,8%) è più che tripla rispetto a quella degli uomini (0,9 %);

Differenze fra regioni linguistiche

Nella Svizzera francese il 55,7% ha un peso normale, in quella tedesca la percentuale è del 53,9% e in quella italiana è del 52,2%.
Per gli altri valori, ossia sovrappeso, obesità e sottopeso non si rilevano differenze degne di nota.

DISTRIBUZIONE DELL'IMC FRA LA POPOLAZIONE ADULTA IN SVIZZERA IN BASE A GENERE, REGIONE LINGUISTICA ED ETÀ (IN PERCENTUALE)



«Sondaggio nazionale sull'alimentazione menuCH»

menuCH è il primo sondaggio nazionale sull'alimentazione effettuato in Svizzera, nell'ambito del quale da gennaio 2014 a febbraio 2015 sono state intervistate circa 2000 persone provenienti da tutto il Paese. Donne e uomini di età compresa fra i 18 e i 75 anni hanno fornito volontariamente informazioni sulle loro abitudini alimentari e sull'attività fisica, e sono stati sottoposti a misurazioni della massa corporea. Il sondaggio è un progetto dell'Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria (USAV) in collaborazione con l'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP) ed è stato svolto su incarico di questi ultimi dall'Istituto universitario di medicina sociale e preventiva (IUMSO) dell'Università di Losanna.

**Ufficio federale della sicurezza alimentare e
di veterinaria USAV**

Divisione Valutazione dei rischi

www.usav.admin.ch

info@blv.admin.ch