



## Informazioni tecniche Nutrizione

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

Dal Sondaggio nazionale sull'alimentazione menuCH è emerso che in Svizzera oltre la metà della popolazione di età compresa tra 18 e 75 anni ha un peso corporeo normale. Il 31 % è in sovrappeso e il 13 % è obeso (ovvero gravemente sovrappeso). Tra gli uomini la percentuale di persone in sovrappeso è di oltre il doppio più elevata che tra le donne. Il 2,4 % della popolazione è sottopeso e le donne lo sono quattro volte più di frequente degli uomini.

Le informazioni sull'IMC sono costituite da dati raccolti tramite misurazioni.

### INDICE DI MASSA CORPOREA (IMC)

Definizione	L'IMC (in inglese: <i>body mass index BMI</i> ) è un valore che consente di effettuare la suddivisione in sottopeso (IMC < 18,5), normopeso (18,5 ≤ IMC < 25), sovrappeso (25 ≤ IMC < 30) e obesità (IMC ≥ 30). Il valore dell'IMC si calcola nel modo seguente: peso corporeo (in chilogrammi) diviso per la statura (in metri) al quadrato.
Popolazione complessiva	L'IMC medio della popolazione di età compresa tra 18 e 75 anni in Svizzera è pari a 25,0. Il 54,3 % della popolazione adulta è normopeso (IMC ≥ 18 e < 25). Il 43,4 % è in sovrappeso oppure obeso (sovrappeso: 30,7 %; obesità: 12,7 %). Il 2,4 % è sottopeso (IMC < 18.5).
Differenze tra le fasce di età	La percentuale più elevata di persone normopeso si riscontra nel gruppo di età 18-34 anni (67,3 %). Invece, nella fascia di età compresa tra 65 e 75 anni si registra la quota più bassa di persone normopeso (41,8 %). La situazione è inversa per quanto riguarda il sovrappeso e l'obesità. Infatti, in tal caso per le persone di 65-75 anni si registra la percentuale più elevata (56,8 %), mentre per il gruppo di età più giovane quella più bassa (28,1 %).

Per quel che concerne le persone sottopeso, la quota delle persone di 18-34 anni risulta proporzionalmente elevata (4,7%).

Differenze tra i sessi

L'IMC medio delle donne (24,1) è inferiore rispetto a quello degli uomini (25,9).

Le donne sono più di frequente normopeso (65,0%) rispetto agli uomini (43,7%).

Gli uomini (41,6%) sono in sovrappeso con una frequenza di oltre il doppio superiore a quella delle donne (19,6%).

La prevalenza dell'obesità è più o meno uguale nei due sessi (uomini: 13,9%; donne: 11,6%).

Le donne sono sottopeso con una frequenza di circa quattro volte più elevata (3,8%) rispetto agli uomini (0,9%).

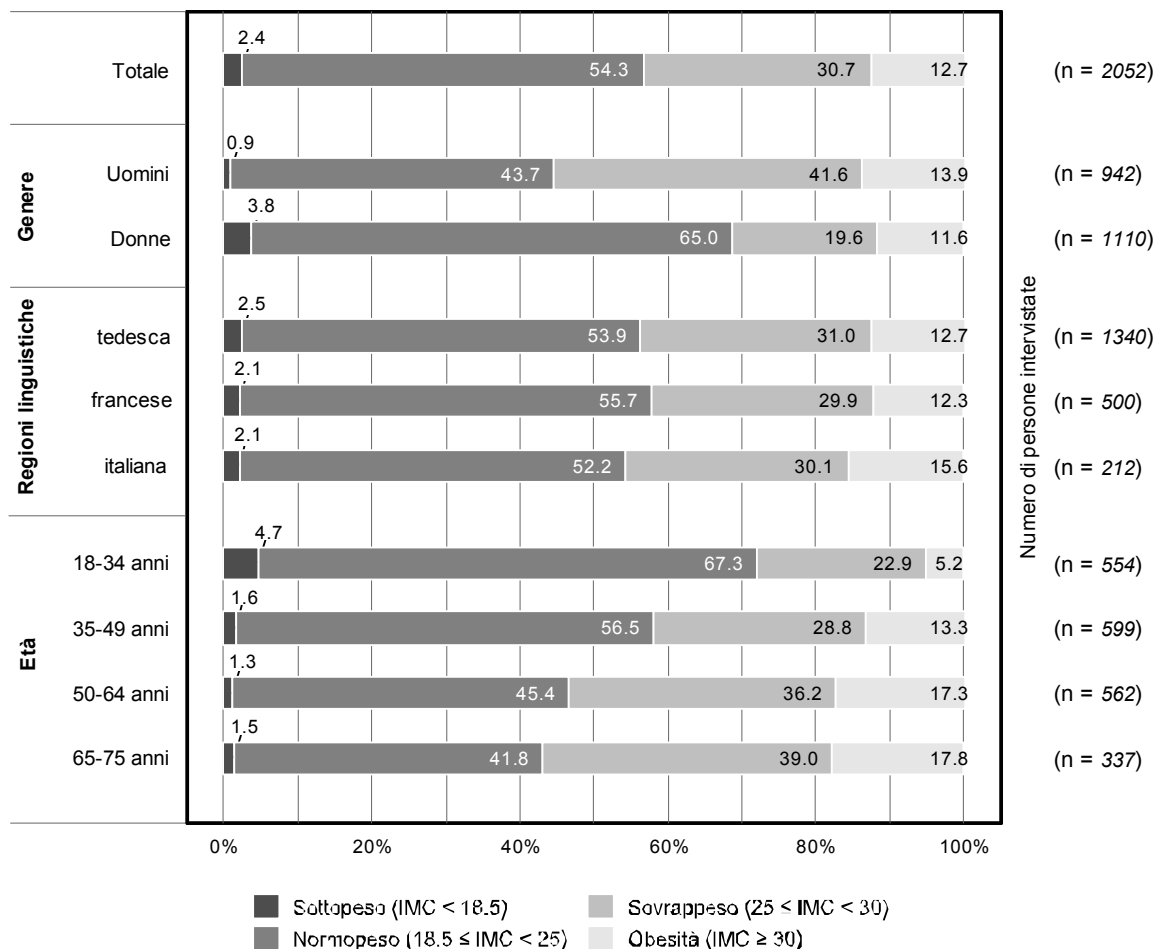
Differenze sulla base delle regioni linguistiche

Nella Svizzera francese la quota delle persone normopeso è del 55,7%, nella Svizzera tedesca del 53,9% e nella Svizzera italiana del 52,2%.

La prevalenza dell'obesità nella Svizzera italiana (15,6%) è maggiore che nelle altre due regioni linguistiche (Svizzera tedesca: 12,7%; Svizzera francese: 12,3%).

In fatto di sovrappeso e sottopeso non si registrano differenze sostanziali tra le diverse regioni linguistiche.

### SUDDIVISIONE IN BASE ALL'IMC DELLA POPOLAZIONE ADULTA IN SVIZZERA (IN PERCENTO)



**menuCH**

Nationale Ernährungserhebung  
Enquête nationale sur l'alimentation  
Sondaggio nazionale sull'alimentazione



#### «Sondaggio nazionale sull'alimentazione menuCH»

menuCH è il primo sondaggio nazionale sull'alimentazione in Svizzera. Nel periodo compreso tra gennaio 2014 e febbraio 2015 sono state intervistate circa 2 000 persone in tutta la Svizzera. Uomini e donne di età compresa tra 18 e 75 anni hanno risposto su base volontaria a domande riguardanti le loro abitudini alimentari (cibo e bevande) nonché la pratica di attività fisica. Inoltre sono anche state eseguite misurazioni corporee. menuCH è una rilevazione svolta dall'Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria (USAV) in collaborazione con l'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP). L'incarico di eseguire il sondaggio menuCH è stato affidato all'Istituto di medicina sociale e preventiva (IUMSP) dell'Università di Losanna.

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

Valutazione dei rischi

[www.usav.admin.ch](http://www.usav.admin.ch)

[info@blv.admin.ch](mailto:info@blv.admin.ch)

#### **Ufficio federale della sanità pubblica UFSP**

Prevenzione delle malattie non trasmissibili

[www.ufsp.admin.ch](http://www.ufsp.admin.ch)

[info@bag.admin.ch](mailto:info@bag.admin.ch)