

telefono	Residenza Governativa	Repubblica e Cantone Ticino
fax		
e-mail		
Internet	www.ti.ch/DSS	
Funzionario		Dipartimento della sanità e della socialità
incaricato	Direzione	6501 Bellinzona

Bellinzona, 22 gennaio 2009

COMUNICATO STAMPA

DSS – Programma d’azione cantonale “Peso corporeo sano” 2008-2012

Con decisione dell’11 novembre 2008, il Governo ha ratificato l’accordo di collaborazione tra Cantone Ticino e Promozione Salute Svizzera destinato a lottare contro la tendenza al sovrappeso della popolazione ticinese. Questo accordo si basa sulla realizzazione di un programma cantonale quadriennale (ottobre 2008 – ottobre 2012) con misure multisettoriali di promozione dell’alimentazione equilibrata e del movimento destinate in particolare ad un pubblico mirato: i bambini e i ragazzi dai 4 agli 11 anni.

A livello nazionale, Promozione Salute Svizzera ha lanciato, il 5 gennaio scorso, la 3° fase della sua campagna d’affissione per sensibilizzare la popolazione sul tema del sovrappeso in Svizzera.

A livello cantonale invece, si stanno attuando diversi progetti sul territorio per affrontare il problema da più parti in modo coordinato.

Un problema planetario

L’alimentazione scorretta e la mancanza di attività fisica sono tra le principali cause di malattie evitabili e di decessi prematuri. La tendenza all’aumento dell’obesità è ormai divenuta uno dei maggiori problemi di sanità pubblica in tutta Europa, Svizzera compresa. L’OMS parla di un’epidemia globale di sovrappeso.

In Ticino il **38.3%** (quasi 4 persone su 10) della popolazione è sovrappeso di cui **9.2%** è obeso (Indagine sulla salute in Svizzera, 2007). Questi dati sono in aumento: nel 2002 il 37.8% era sovrappeso di cui 6.5% obeso mentre nel 1997 il 34.3% era sovrappeso di cui 6.2% obeso. Nei bambini di 8-9 anni, secondo dati dell’Ufficio del medico cantonale del 2004, il 17% è sovrappeso di cui 3.6% obeso.

Costosi fattori di rischio

Alcuni fattori di rischio sono responsabili della maggior parte dei casi di malattia e morte. Per le malattie non trasmissibili, i maggiori fattori di rischio sono: uno scarso consumo di frutta e verdura, il sovrappeso e l’obesità, la sedentarietà e il tabagismo – quattro su cinque sono collegati ai comportamenti alimentari e al movimento. Sovrappeso e obesità hanno ripercussioni drammatiche sullo stato di salute psico-fisico delle persone colpite, diminuiscono la loro speranza di vita e favoriscono malattie croniche quali le affezioni cardiovascolari, il diabete e diversi tipi di cancro.

Inoltre in una prospettiva a lungo termine, sovrappeso e mancanza di movimento rendono difficoltose certe azioni della vita quotidiana e ostacolano il mantenimento dell’autonomia, in

particolare negli anziani. Infine, l'Ufficio federale della sanità pubblica stima che sovrappeso, obesità e malattie associate in Svizzera generano il 5% dei costi globali della salute, ossia 2.7 miliardi di franchi. A questi vanno aggiunti i costi per perdita di produttività dovuti a casi di malattia in aziende e istituzioni.

Strategia

Se si vuole rallentare la crescita dell'eccesso ponderale in Ticino come in Svizzera, è indispensabile mettere in atto una strategia globale per promuovere un peso corporeo sano e prevenire il sovrappeso, strategia adottata da Confederazione e Cantoni.

Nel quadro delle attività di promozione della salute lanciate a livello nazionale, anche in Ticino la popolazione va sensibilizzata sui benefici di un'alimentazione equilibrata e di un'attività fisica sufficiente per mantenere un peso corporeo sano. Attualmente in Svizzera 19 Cantoni di tutte le regioni linguistiche stanno pianificando o realizzando programmi su questo tema. Il Ticino è dunque perfettamente al passo con quanto viene fatto su scala nazionale.

Il Programma d'azione cantonale "Peso corporeo sano"

È stato approntato per affrontare il problema del sovrappeso, in modo multisettoriale, e si fonda sulla promozione di un'alimentazione equilibrata e movimento salutare. Il programma vuole incidere sia a livello comportamentale che ambientale ed è oggetto di un contratto di collaborazione tra Promozione Salute Svizzera (PSS) e il cantone Ticino, rappresentato dal Dipartimento della sanità e della socialità. Il programma ha come obiettivi a lungo termine:

1. La popolazione ticinese e in modo particolare i bambini e i ragazzi dai 4 agli 11 anni **aumentano le proprie conoscenze** e competenze sui benefici dell'alimentazione equilibrata e del movimento.
2. Il Cantone sostiene la **strategia d'intervento** e appoggia la necessità di creare misure (a livello di ambiente fisico e sociale) per favorire un "peso corporeo sano" tra bambini e ragazzi dai 4 agli 11 anni.
3. L'**offerta alimentare** viene adeguata per garantire alla popolazione, e in particolare ai bambini e ragazzi dai 4 agli 11 anni, la possibilità di consumare pasti equilibrati.
4. Il movimento quotidiano viene promosso e i **trasporti non motorizzati** vengono incoraggiati tra bambini e ragazzi dai 4 agli 11 anni.

Il programma cantonale che per la prima volta è pianificato nell'arco di quattro anni prevede la realizzazione di una serie di progetti settoriali, condotti con numerosi enti ed associazioni, illustrati sul sito del programma. Tra questi, hanno grande importanza il progetto "Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!" volto a formare i docenti e sensibilizzare i genitori degli allievi degli istituti comunali sui temi, il progetto "Meglio a piedi" per la promozione della mobilità lenta e sicura sul percorso casa-scuola e il progetto "Fourchette Verte Ticino" che contribuisce a garantire un'offerta alimentare equilibrata nella ristorazione collettiva e nei ristoranti, a formare personale della ristorazione e a sensibilizzare il consumatore ad adottare comportamenti alimentari sani.

Per ulteriori informazioni: www.ti.ch/promozionesalute

Antoine Casabianca

Capo Ufficio di Promozione e di Valutazione Sanitaria
telefono: 0041.91.814.30.50
antoine.casabianca@ti.ch