



CON IL PATROCINIO DI:

SEGRETERIA DI STATO PER L'ISTRUZIONE,  
LA CULTURA, L'UNIVERSITÀ, LA RICERCA  
SCIENTIFICA E LE POLITICHE GIOVANILI



INIZIATIVA PROMOSSA DA:

AUTHORITY PER L'AUTORIZZAZIONE,  
L'ACCREDITAMENTO E LA QUALITÀ DEI  
SERVIZI SANITARI, SOCIO-SANITARI E  
SOCIO-EDUCATIVI



È tempo  
di agire 

INDAGINE HBSC 2022

STILI DI VITA E SALUTE DEI GIOVANI SAMMARINESI

# Sovrappeso e obesità

Indagine eseguita tra gli adolescenti della Repubblica di San Marino

A San Marino gli adolescenti in eccesso ponderale (sovrappeso e obesità) sono complessivamente, sulla base dei dati rilevati nel 2022, il **15,8%**. (sovrappeso 13,2% e obesità 2,6%) dei ragazzi intervistati.

L'eccesso ponderale in età giovanile aumenta il rischio di sviluppare obesità in età adulta, oltre ad essere correlato con molti problemi di salute e gravi patologie.



*Tra i ragazzi intervistati il 13,2% è in sovrappeso, mentre il 2,6% è obeso.*

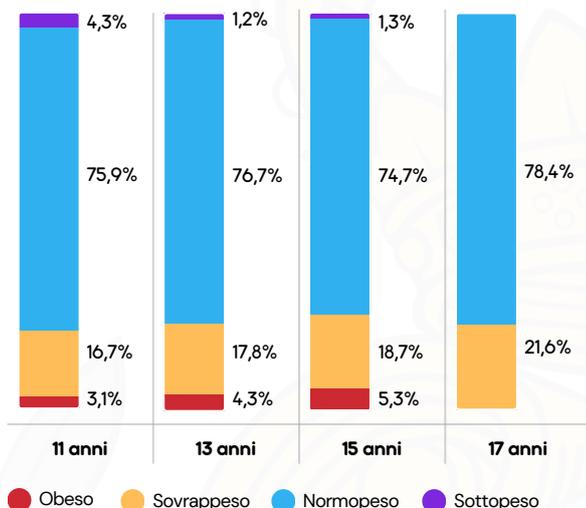
# Adolescenti e stato ponderale

Per i ragazzi il sovrappeso e l'obesità sono più elevati e aumentano con l'aumentare delle età.

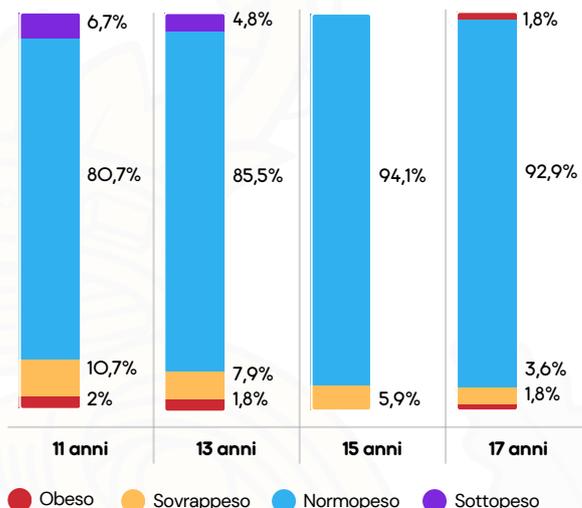
Per le ragazze le prevalenze sono inferiori rispetto la componente maschile in tutte le fasce d'età e diminuiscono all'aumentare dell'età.

Da rilevare nelle fasce più giovani anche un preoccupante dato relativo al sottopeso che va progressivamente diminuendo con l'età.

## Adolescenti maschi: stato ponderale



## Adolescenti femmine: stato ponderale

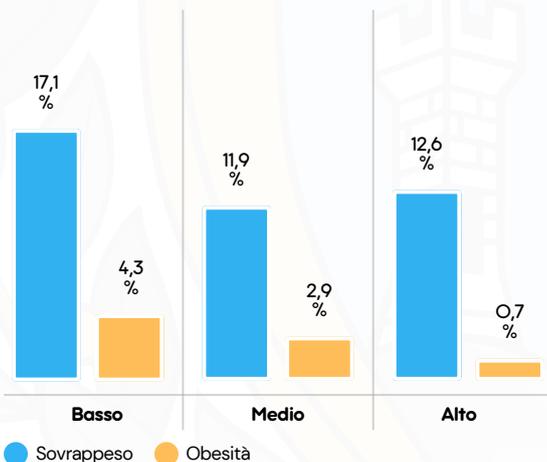


### Sovrappeso e benessere economico:

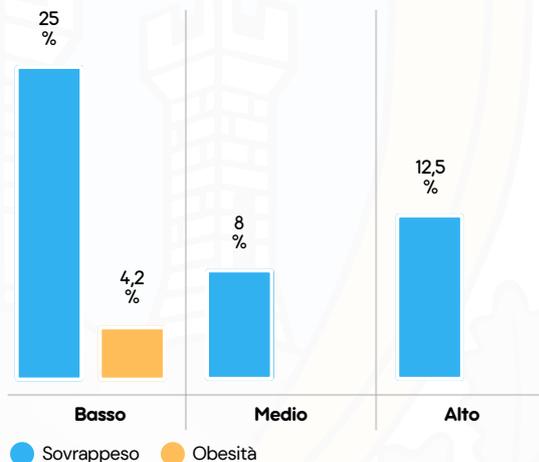
Facendo una verifica dei dati relativi al sovrappeso e obesità rapportati alla scala di agiatezza/ricchezza, il fenomeno è più presente nelle famiglie meno agiate.

## Prevalenza di sovrappeso e obesità per scala di agiatezza/ricchezza familiare:

### Ragazzi e ragazze di 11, 13 e 15 anni



### Ragazzi e ragazze di 17 anni



## Azioni per contrastare il sovrappeso e l'obesità

**Sensibilizzare i ragazzi sui legami tra cibo, salute e benessere** promuovendo scelte alimentari appropriate che abbiano effetti positivi anche sul mantenimento e raggiungimento di un peso corporeo nella norma.

**Promuovere interventi educativi** per aumentare la conoscenza e l'interesse verso la diversità e tipicità degli alimenti, le abitudini gastronomiche, la tradizione e cultura del territorio.

**Programmare attività a lungo termine sulla corretta alimentazione**, coinvolgendo attivamente i ragazzi, cercando di migliorare le loro conoscenze sulle caratteristiche di un'alimentazione varia ed equilibrata favorendo l'adozione di scelte quotidiane consapevoli.