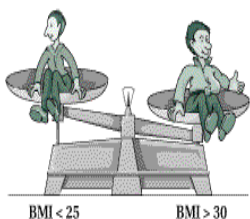
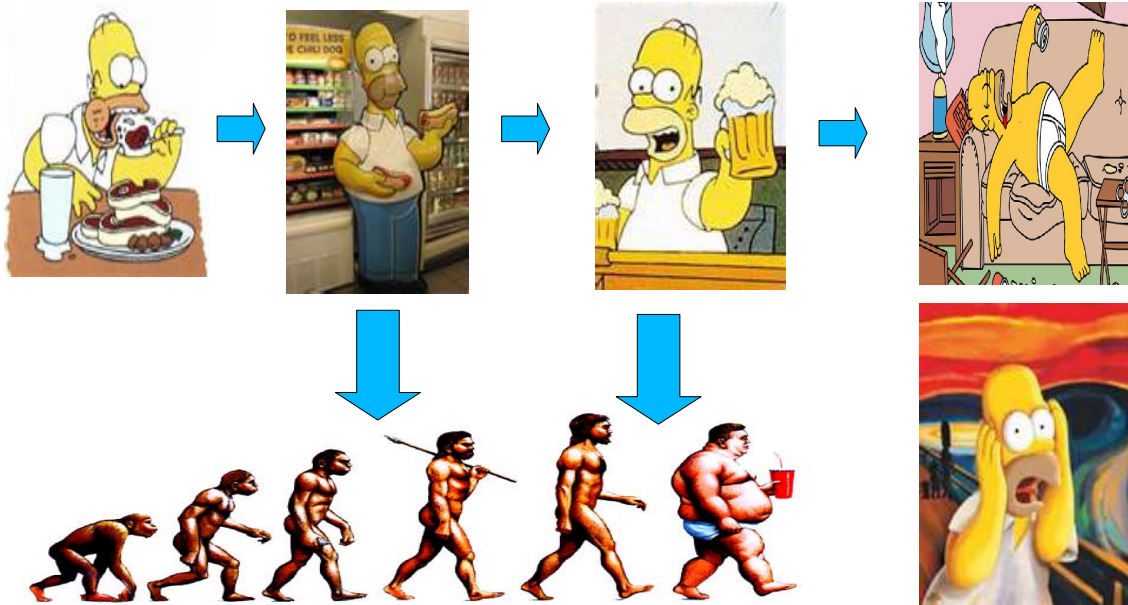




SOVRAPPESO, OBESITA' E SINDROME METABOLICA: UNA QUESTIONE DI... ...MASSA E CIRCONFERENZA



Quali sono i soggetti a rischio ?

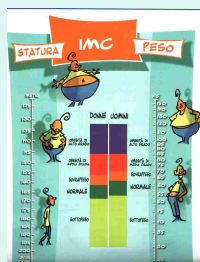
Tutti gli adulti di età maggiore di 18 anni di peso oltre la norma con **BMI > 30** sono considerati a rischio

Calcolo Indice di Massa Corporea

Per valutare se il peso corporeo è adeguato all'altezza si utilizza l'Indice di Massa Corporea (o BMI). L'Indice di Massa Corporea è un numero ricavato da una formula:

$$BMI = \frac{\text{Peso corporeo (Kg)}}{(\text{Altezza in metri})^2}$$

Se il BMI è inferiore a 18 si è Sottopeso
 e' tra 18 e 24,9 si è Normopeso
 è tra 25 e 29,9 si è Sovrappeso
 è tra 30 e 39,9 si è Obesi
 è superiore a 40 si è Gravi Obesi



OBESITA' GINOIDE O "A PERA": distribuzione del grasso a livello gluteo-femorale. La dislocazione del grasso è in sede sottocutanea pertanto l'incidenza di malattie dimetaboliche e cardiovascolari è bassa



OBESITA' ANDROIDE O "A MELA": distribuzione del grasso a livello addominale (viscerale). La comparsa di complicanze metaboliche è più frequente: diabete, dislipidemia, ipertensione. La mortalità è maggiore per l'alta incidenza di malattie cardiovascolari

Determinazione del grado di obesità addominale

• **ALTO RISCHIO**

- Uomini > 102 cm
- Donne > 88 cm

L'obesità si distingue in due categorie:

- obesità androide (centrale)
- obesità ginoide (periferica)

Le alternative???

