

## Comunicato stampa

### **Quitters' day 'giorno di chi molla': obesità, aumentano stigma, falsi miti e isolamento**

***Secondo i risultati di un'indagine condotta da Novo Nordisk a livello europeo, in Italia l'88% degli intervistati ritiene che le persone con obesità siano vittime di stigma a causa del proprio peso***

***Percezione che tende ad accentuarsi quando la pressione dei buoni propositi diventa più forte, tanto che il 53% delle persone identifica la mancanza di sostegno come principale ostacolo al percorso di perdita di peso a gennaio***

**Roma, 19 gennaio 2025** – A pochi giorni dall'inizio del nuovo anno, mentre milioni di persone abbandonano i buoni propositi in quello che spesso viene definito "Quitter's Day", o "il giorno di chi molla", la nuova indagine europea di Novo Nordisk rivela il profondo senso di isolamento e stigmatizzazione che vivono le persone con obesità, spesso accentuato da falsi miti e da una comprensione ancora limitata di questa condizione.

Dall'indagine, condotta in 5 Paesi europei tra cui l'Italia, è emerso che il 31% degli intervistati nel nostro Paese non sa che l'Organizzazione Mondiale della Sanità riconosce l'obesità come una malattia cronica; un aspetto che può alimentare l'idea sbagliata che perdere peso sia una semplice questione di "mangiare meno e muoversi di più", e non una condizione complessa legata a fattori genetici, fisiologici, psicologici, sociali e ambientali.

Per chi convive con questa condizione, la pressione dei buoni propositi di inizio anno può alimentare un profondo senso di isolamento. L'indagine mostra come, tra coloro che hanno deciso di iniziare a gennaio un percorso di perdita di peso, la mancanza di sostegno sia la difficoltà principale che li porta a desistere, citata dal 53% degli intervistati. Inoltre, secondo l'88% degli intervistati le persone con obesità sono vittime di stigma a causa del proprio peso.

Questi risultati evidenziano il bisogno urgente di ripensare al modo in cui si parla di obesità e perdita di peso, andando oltre l'idea della responsabilità individuale e incoraggiando un approccio olistico basato sul supporto della comunità.

*«La cultura dei buoni propositi per l'anno nuovo, anche se mossa da buone intenzioni, rischia di rafforzare una visione semplicistica e sbagliata dell'obesità, portando le persone a colpevolizzarsi ingiustamente e a subire il peso dello stigma soprattutto quando i loro sforzi per perdere peso falliscono»*, commenta **Iris Zani, Presidente di FIAO - Federazione Italiana Associazioni Obesità**. *«Secondo l'indagine, solo poco più della metà delle persone con obesità intervistate ritiene che la società consideri l'obesità per ciò che è - una malattia cronica -, e non come scelta di vita: un dato che evidenzia quanto resta ancora da fare per eliminare lo stigma verso chi ne soffre»*.

*«Gestire l'obesità è un percorso coraggioso e lungo che non dovrebbe essere affrontato da soli»*, aggiunge **Eligio Linoci, Vicepresidente FIAO - Federazione Italiana Associazioni Obesità**. *«Oggi è necessario spostare l'attenzione dalla semplice perdita di peso al benessere complessivo della persona e promuovere una rete di supporto per trasformare quello che è noto come il "Quitter's Day", un momento delicato vissuto da molti in silenzio e solitudine, in una giornata di impegno collettivo»*.

L'obesità rappresenta una delle maggiori sfide sanitarie a livello europeo; si stima che in Italia circa il 47% degli adulti (23,3 milioni) è in eccesso di peso e di questi circa il 12% vive con obesità (5,8 milioni)<sup>1</sup>, con conseguenze importanti sulla salute e sulla qualità della vita, oltre al notevole onere economico che grava sulla società.

Novo Nordisk è da sempre impegnata nel promuovere una maggiore consapevolezza sull'obesità e offrire un aiuto concreto alle persone per affrontare questa malattia. Per questo lo scorso anno è stato lanciato il portale [Novo IO](#), un portale online dove è possibile trovare strumenti e risorse utili, ma anche prenotare un consulto virtuale o in presenza con team medici multidisciplinari, in grado di offrire percorsi di cura personalizzati.

### **Risultati Indagine a livello italiano**

- Il 53% delle persone con obesità che a gennaio iniziano un percorso per perdere peso cita la mancanza di sostegno come il principale ostacolo al mantenimento dei propri sforzi.
- Il 31% degli intervistati non è a conoscenza del fatto che l'Organizzazione Mondiale della Sanità classifica l'obesità come una malattia cronica.
- Solo poco più della metà delle persone con obesità intervistate (56%) ritiene che la società consideri l'obesità per ciò che è - una malattia cronica -, e non come scelta di vita;

- L'88% degli intervistati ritiene che le persone con obesità subiscano uno stigma da moderato a molto grave a causa del loro peso, e l'84% pensa che i canoni estetici contemporanei abbiano un impatto negativo (da moderato a estremo) sulle persone.
- Il 75% delle persone con obesità concorda sul fatto che l'attenzione dovrebbe concentrarsi maggiormente sul raggiungimento di uno stato di salute e benessere generale, invece che esclusivamente sulla perdita di peso.
- L'87% delle persone con obesità dichiara che questa condizione incide negativamente sulla propria salute mentale (il 73% da moderato a grave) e l'85% afferma che influenza le proprie interazioni sociali (il 70% da moderato a grave).
- Solo il 17% delle persone con obesità ritiene che i professionisti sanitari comprendano appieno le loro preoccupazioni e i loro problemi.

### **Informazioni sull'indagine:**

- L'indagine è stata condotta da Focal Data per conto di Novo Nordisk in Italia, Germania, Polonia, Francia e Spagna tra l'11 e il 15 dicembre 2025.
- È stato intervistato un campione rappresentativo di 10.452 adulti (2.000 per paese), tra cui un gruppo di 2.617 persone con obesità. La composizione del campione era bilanciata per genere.
- L'indagine è conforme a tutte le linee guida della Market Research Society (MRS).

### **Bibliografia**

1. Obesity Monitor, IBDO FOUNDATION; ISTAT; CORESEARCH; BHAVE

### **Novo Nordisk**

*Novo Nordisk è una multinazionale operante nel settore farmaceutico, fondata nel 1923 e con sede in Danimarca. Il nostro obiettivo primario è combattere le malattie croniche più gravi, basandoci sulla nostra solida esperienza nel campo del diabete. Lo facciamo promuovendo scoperte scientifiche innovative, ampliando l'accesso ai nostri medicinali e lavorando per prevenire e, alla fine, curare queste malattie. Al momento, Novo Nordisk impiega circa 78.500 persone in 80 paesi e i nostri prodotti sono commercializzati in circa 170 paesi. Per maggiori informazioni, puoi visitare il nostro sito web [novonordisk.com](http://novonordisk.com) e [novonordisk.it](http://novonordisk.it) oppure seguirci su Facebook, Instagram, X, LinkedIn e YouTube.*

### **Novo Nordisk Italia**

Isabella Roth, [ISRO@novonordisk.com](mailto:ISRO@novonordisk.com)

Valeria Manduchi, [VMUC@novonordisk.com](mailto:VMUC@novonordisk.com)

### **HCC - HealthCom Consulting**

Martina Persico, mob. +39 342 5488403, email [martina.persico@hcc-milano.com](mailto:martina.persico@hcc-milano.com)

Aurora Marchetti, mob. +39 340 5926048, email [aurora.marchetti@hcc-milano.com](mailto:aurora.marchetti@hcc-milano.com)