



SALUTE E INVECCHIAMENTO ATTIVO IN REGIONE LIGURIA

Risultati della sorveglianza della popolazione
con 65 anni e più "PASSI d'Argento"

indagine
2012 - 2013





Salute e Invecchiamento Attivo in Regione Liguria

Risultati della sorveglianza della popolazione
con 65 anni e più "PASSI d'Argento"

Indagine 2012-2013



Un ringraziamento a tutte le persone con 65 anni e più che hanno partecipato all'indagine. Grazie a loro è stato possibile conoscere da vicino le esigenze di questa fascia di popolazione all'interno della nostra Regione.

Si ringraziano anche tutte le persone che hanno fornito aiuto e supporto durante le interviste e i Medici di Medicina Generale per la preziosa collaborazione fornita.



Le fotografie utilizzate nel presente rapporto, se non precisato diversamente, sono di Giorgio Salvadori

Per maggiori informazioni sulla sorveglianza PASSI d'Argento consultare:

<http://www.epicentro.iss.it>

<http://www.arsliguria.it>

<http://www.asl3.liguria.it>

<http://www.asl5.liguria.it>

Questa pubblicazione è disponibile online all'indirizzo:

<http://www.epicentro.iss.it>

<http://www.arsliguria.it>

<http://www.asl3.liguria.it>

<http://www.asl5.liguria.it>

Per informazioni sull'indagine PASSI d'Argento in Liguria scrivere a:

rosamaria.cecconi@asl3.liguria.it Rosamaria Cecconi

Stampa:

ERREDI GRAFICHE EDITORIALI

Gennaio 2015

Rapporto a cura di:

Rosamaria Cecconi¹, Raffaella Castiglia¹, Patrizia Crisci¹, Claudio Culotta¹,
Patricia Fortini¹, Elisa Malagamba², Federica Pascali³

in collaborazione con:

Roberta Baldi⁴, Maura Ferrari Bravo⁵, Floriana Pierri⁶, Maria Luisa Torre⁷.

Hanno contribuito alla realizzazione dell'indagine

- a livello nazionale:

Alberto Perra, Benedetta Contoli, Maria Chiara Antoniotti, Amedeo Baldi,
Elvira Bianco, Lilia Biscaglia, Giuliano Carrozzì, Luciana Chiti, Marco Cristofori,
Amalia De Luca, Teresa Di Fiandra, Arianna Dittami, Rita Ferrelli, Luana Penna,
Stefania Salmaso (Gruppo Tecnico Operativo)

Hanno coordinato ed effettuato lo studio in Regione Liguria:

Referenti Regionali: Roberto Carloni⁸ e Daniela Mortello⁹

Coordinatori regionali: Rosamaria Cecconi¹ e Michela Dellepiane¹⁰

Coordinatori aziendali:

Asl 1 Imperiese: Roberto Predonzani¹¹

Asl 2 Savonese: Michela Moretto¹² e Ornella Rigotti¹³

Asl 3 Genovese: Gruppo di coordinamento: Federica Pascali²,
Rosamaria Cecconi¹, Maria Luisa Torre⁷, Claudio Culotta¹,
Patricia Fortini¹, Patrizia Crisci¹, Raffaella Castiglia¹,
Alice Caielli¹, Alessandra Battistella¹⁴, Lorenzo Sampietro⁶,
Floriana Pierri⁶, Cristina Gasperoni¹⁵

Asl 4 Chiavarese: Maura Ferrari Bravo⁴ e Maria Grazia Costa¹⁶

Asl 5 Spezzino: Roberta Baldi³ e Raffaella Massollo¹⁷

1 Asl 3 Genovese – Dipartimento di Prevenzione – Igiene e Sanità Pubblica – Epidemiologia

2 ARS Liguria – Settore Integrazione Sociosanitaria

3 Asl 3 Genovese – Dipartimento di Prevenzione – Sicurezza Alimentare – Sorveglianza Nutrizionale

4 Asl 5 Spezzino – Dipartimento di Prevenzione – Epidemiologia

5 Asl 4 Chiavarese – Dipartimento di Prevenzione – Igiene e Sanità Pubblica

6 Asl 3 Genovese – Dipartimento Cure Primarie – Assistenza Geriatrica

7 Comune di Genova – Direzione Politiche Sociali – Settore Promozione Sociale e Integrazione Sociosanitaria

8 ARS Liguria – Area Epidemiologia e Prevenzione

9 Regione Liguria – Servizio Politiche Sociali Integrate

10 Comune di Genova – Direzione Politiche Sociali – Distretto Sociosanitario 10, Genova Valpolcevera e Vallescrivia – Area Anziani

11 Asl 1 Imperiese – Distretto Sociosanitario 3 Imperiese

12 Asl 2 Savonese – Dipartimento Cure Primarie – Assistenza Geriatrica

13 Comune di Savona – ATS 27 bis Savona

14 Università degli Studi di Genova – Scuola di Specializzazione in Igiene e Medicina Preventiva

15 Asl 3 Genovese – Servizi Sociali

16 Comune di Rapallo – Distretto Sociosanitario 14, Tigullio Occidentale

17 Comune di La Spezia – Distretto Sociosanitario 17, Riviera Val di Vara

Intervistatori:

- Asl 1 Imperiese: Barbara Balestra, Marina Baudo, Tamara Biondi, Gaia Bozzo, Claudia Crespi, Loredana Gianmarino, Gullo, Piera Grado, Anna Littardi, Elisa Malagamba, Elisa Merlo, Olga Perotti, Alba Rizzo, Vincenza Sileo
- Asl 2 Savonese: Alessandra Aprile, Teresa Arcuri, Gaia Bozzo, Patrizia Crisci, Gloria Giovannetti, Elisa Malagamba, Giulia Moretti, Michela Moretto, Anna Perlino, Luisa Strippoli
- Asl 3 Genovese: Laura Apprato, Alida Ascari, Alessandra Battistella, Giulia Benincasa, Irene Bevilacqua, Gaia Bozzo, Alice Caielli, Raffaella Castiglia, Marzia Colonna, Patrizia Crisci, Valentina Ferla, Ornella Magro, Elisa Malagamba, Ilaria Meirana, Alessia Mongiardini, Floriana Pierri, Roberta Zanetti
- Asl 4 Chiavarese: Alice Canale, Andreina Costa, Maura Ferrari Bravo, Mariella Garofano, Alessandra Lambruschini, Tiziana Olivieri, Maria Andreina Pareti, Rita Rovegno, Chiara Russo, Gabriella Zappettini
- Asl 5 Spezzino: Lorena Andreani, Roberta Baldi, Martina Bartoli, Ester Bazzali, Marco Bonazinga, Maria Adele Bonotti, Serena Calzetta, Laura Castiglioni, Valentina Coghe, Adriana Colombo, Valentina Colombo, Concetta Gagliano, Milvia Manfredini, Cristina Mantovani, Debora Marchese, Serena Marini, Raffaella Massollo, Marilena Paolin, Floriana Pensa, Marina Piastrì, Annamaria Pisarelli, Elisa Raggio, Giulia Riccobaldi, Stefania Saccomani, Nadia Salvini

Hanno collaborato alla realizzazione dell'indagine:

Datsiel – Anagrafe Sanitaria Regionale: Anna Bertagnin e Francesco Mignone

Società Italiana di Medicina Generale (SIMG) – Sezione Ligure

Università degli Studi di Genova – Facoltà di Giurisprudenza - Corso di Laurea in Servizio Sociale e Politiche Sociali

Università degli Studi di Genova – Facoltà di Medicina e Chirurgia – Corso di Laurea Triennale in Assistenza Sanitaria

Università degli Studi di Genova – Facoltà di Medicina e Chirurgia – Corso di Specializzazione in Igiene e Medicina Preventiva

INDICE

Prefazione	I
Premessa	II
Destinatari, obiettivi e struttura del rapporto	IV
La sorveglianza di popolazione PASSI d'Argento	VI
L'indagine 2012-2013 in Liguria	IX
1 – BENESSERE E INDIPENDENZA	1
1.1 - CARATTERISTICHE SOCIO-DEMOGRAFICHE	2
1.1.1 Come è distribuito il campione per genere e classe d'età? Quanto è rappresentativo della popolazione con 65 anni e più?	2
1.1.2 Qual è lo stato civile?	3
1.1.3 Quale è il livello di istruzione?	4
1.1.4 Con chi vivono?	5
1.1.5 Come arrivano a fine mese?	5
1.1.6 Come si distribuiscono le difficoltà economiche?	5
1.1.7 Quanti percepiscono una pensione?	6
1.2 - I SOTTOGRUPPI DELLA POPOLAZIONE CON 65 ANNI E PIÙ	6
1.2.1 Funzionalità della suddivisione in sottogruppi	7
1.2.2 Come sono stati individuati i sottogruppi di popolazione?	8
1.2.3 Cosa sono le ADL/IADL?	10
1.2.4 Come è distribuita in Liguria la popolazione con 65 anni e più rispetto ai sottogruppi?	11
1.2.5 Qual è la distribuzione dei sottogruppi in ciascuna classe di età?	11
1.2.6 Qual è la distribuzione dei sottogruppi nei due generi?	12
Considerazioni sulla popolazione anziana ligure	13
1.3 - AUTONOMIA NELLO SVOLGIMENTO DELLE ATTIVITÀ DELLA VITA QUOTIDIANA DI BASE E STRUMENTALI	14
1.3.1 Quanti non sono autonomi nelle attività della vita quotidiana (IADL o ADL)?	14
1.3.2 Attività di base della vita quotidiana ADL	14
1.3.2.1 Come si distribuiscono le dipendenze nelle ADL nella popolazione?	14
1.3.2.2 Quale è la distribuzione per età e sesso delle persone con disabilità?	15
1.3.2.3 Quali sono le ADL più frequentemente compromesse?	15
1.3.3 Attività strumentali della vita quotidiana IADL	16
1.3.3.1 Come si distribuiscono le dipendenze nelle IADL?	16
1.3.3.2 Quale è la distribuzione per età e sesso delle persone con almeno 1 IADL non autonoma?	16

1.3.3.3 Quali sono le IADL più frequentemente compromesse?	17
1.4 - PERCEZIONE DELLO STATO DI SALUTE	18
1.4.1 Come percepiscono il proprio stato di salute le persone con 65 anni e più? ..	18
1.4.2 Come si sentono rispetto all'anno precedente?	19
1.4.3 In media quanti sono i giorni di cattiva salute (unhealthy days) percepita in un mese e in che misura limitano le attività di tutti i giorni? ...	20
1.4.4 Quante persone si sentono in cattiva salute o hanno limitazioni nelle attività abituali per più di 14 giorni negli ultimi 30 giorni ?	21
1.4.5 Quante persone hanno più di 20 "unhealthy days" per motivi fisici o psicologici	22
1.5 - SODDISFAZIONE PER LA PROPRIA VITA	23
1.5.1 Le persone con 65 anni e più sono soddisfatte della vita che conducono? ..	23
1.6 - INDICATORI CHE DESCRIVONO IL BENESSERE E L'INDIPENDENZA: UN CONFRONTO TRA LA REGIONE LIGURIA E I DATI NAZIONALI	24
2 – FATTORI DI RISCHIO, CONDIZIONI DI SALUTE E CURE	25
2.1 - STILI DI VITA : ATTIVITÀ FISICA, ABITUDINI ALIMENTARI, ALCOL E FUMO ...	25
2.1.1 Attività fisica	25
2.1.1.1 Quante sono le persone con 65 anni e più attive fisicamente?	26
2.1.2 Stato nutrizionale e abitudini alimentari	30
2.1.2.1 Qual è lo stato nutrizionale delle persone con 65 anni e più?	31
2.1.2.2 Quante porzioni di frutta e verdura al giorno consumano le persone con 65 anni e più?	32
2.1.2.3 Quali sono le caratteristiche delle persone che consumano almeno cinque porzioni di frutta e verdura al giorno?	32
2.1.3 Consumo di alcol	33
2.1.3.1 Distribuzione del consumo di alcol per età e sesso	33
2.1.3.2 Quante persone con 65 anni e più sono bevitori a rischio, ovvero consumano più di una unità alcolica al giorno? E quali sono le loro caratteristiche?	34
2.1.3.3 Quante persone hanno ricevuto il consiglio di ridurre il consumo di alcol da parte di un operatore sanitario?	35
2.1.4 Abitudine al fumo	35
2.1.4.1 Come è distribuita l'abitudine al fumo?	36
2.1.4.2 Quali sono le caratteristiche dei fumatori ultra 65enni?	36
2.1.4.3 Quanti fumatori hanno ricevuto il consiglio di smettere di fumare da parte di un operatore sanitario?	37
2.2 - IPERTENSIONE ARTERIOSA	38

2.2.1	Quali sono le caratteristiche delle persone che soffrono di ipertensione?	38
2.3	- PREVALENZA DELLE MALATTIE CRONICHE NON TRASMISSIBILI	39
2.3.1	Qual è la prevalenza di patologie croniche nella popolazione con 65 anni e più?	39
2.3.2	Quali sono le caratteristiche delle persone che riferiscono 3 o più patologie croniche?	40
2.3.3	Il diabete in Liguria	40
2.3.3.1	Caratteristiche delle persone diabetiche	42
2.3.3.2	Fattori di rischio per la salute	43
2.3.3.3	L'assistenza alle persone diabetiche	44
2.3.3.4	L'Emoglobina glicosilata HbA1c	45
2.3.3.5	L'uso dei farmaci	45
2.4	- PROBLEMI DI VISTA, UDITO E MASTICAZIONE	46
2.4.1	Problemi di vista	47
2.4.1.1	Quali sono le caratteristiche delle persone che hanno problemi di vista?	47
2.4.2	Problemi di udito	48
2.4.2.1	Quali sono le caratteristiche delle persone che hanno problemi di udito?	48
2.4.3	Problemi di masticazione	49
2.4.3.1	Quali sono le caratteristiche delle persone che hanno problemi di masticazione?	49
2.4.3.2	Quante persone con 65 anni e più sono state dal dentista almeno una volta nell'ultimo anno?	50
2.4.3.3	Perché le persone non si recano dal dentista?	50
2.5	- CADUTE	49
2.5.1	Quante persone con 65 anni e più sono cadute negli ultimi 30 giorni e quali sono le loro caratteristiche?	49
2.5.2	Quante persone con 65 anni e più sono cadute e nella loro abitazione non usano precauzioni anticaduta?	52
2.5.3	Dove è avvenuta la caduta?	52
2.6	- SINTOMI DI DEPRESSIONE	53
2.6.1	Quante sono le persone con sintomi di depressione e quali sono le loro caratteristiche?	53
2.6.2	Quante sono le persone con 65 anni e più che presentano sintomi di depressione che non fanno ricorso ad alcuno?	54
2.6.3	A chi ricorrono coloro che presentano sintomi di depressione?	54
2.7	- RISCHIO DI ISOLAMENTO	55
2.7.1	Quante sono le persone a rischio di isolamento sociale e quali sono le loro caratteristiche?	55

2.8 - SICUREZZA NELL'USO DEI FARMACI	56
2.8.1 Quante persone con 65 anni e più hanno fatto uso di farmaci negli ultimi 7 giorni?	56
2.8.2 Quanti tipi differenti di medicine prendono?	57
2.8.3 Quanti hanno rivisto la terapia farmacologica con il MMG negli ultimi 30 giorni?	57
2.9 - AIUTO NELLE ATTIVITÀ DELLA VITA QUOTIDIANA	58
2.9.1 Quante persone ricevono aiuto tra quelle che hanno limitazioni nelle attività della vita quotidiana? Da chi lo ricevono?	58
2.9.2 Come viene giudicato l'aiuto ricevuto?	59
2.10 - VACCINAZIONE ANTIINFLUENZALE	60
2.10.1 Quante persone con 65 anni e più NON hanno effettuato la vaccinazione antinfluenzale? E quali sono le loro caratteristiche?	60
2.10.2 Quanti hanno ricevuto il consiglio di fare la vaccinazione antinfluenzale? ..	61
2.11 - PROTEZIONE DALLE ONDATE DI CALORE	62
2.11.1 Quante persone con 65 anni e più hanno ricevuto consigli per proteggersi dal caldo? E quali sono le loro caratteristiche?	62
2.11.2 Da chi sono state ricevute informazioni o consigli per proteggersi dal caldo?	63
2.12 - INDICATORI CHE DESCRIVONO FATTORI DI RISCHIO E CONDIZIONI DI SALUTE: UN CONFRONTO TRA LA REGIONE LIGURIA E I DATI NAZIONALI	64
3 – PARTECIPAZIONE	66
3.1 - FORMAZIONE E APPRENDIMENTO	68
3.2 - LAVORO	68
3.2.1 Quante persone con 65 anni e più svolgono un lavoro retribuito?	69
3.3 - ATTIVITÀ SOCIALI E COMUNITARIE	69
3.3.1 Quante persone con 65 anni e più partecipano ad attività sociali?	69
3.3.2 Quante persone con 65 anni e più partecipano a gite o soggiorni organizzati?	70
3.3.3 Attività Fisica Adattata e Gruppi di Cammino in Liguria	70
3.3.4 Attività Fisica Adattata	72
3.3.5 Gruppi di Cammino	73
3.4 - ESSERE UNA RISORSA PER FAMIGLIA, CONOSCENTI E COLLETTIVITÀ	74
3.4.1 Quanti sono complessivamente gli anziani che rappresentano una risorsa per la società?	74
3.4.2 Per CHI i nostri anziani rappresentano una risorsa?	75
3.4.3 Quali sono le caratteristiche degli anziani che aiutano familiari e amici con cui condividono l'abitazione?	75

3.4.4	Quali sono le caratteristiche degli anziani che sono di supporto a persone che non convivono con loro?	76
3.4.5	Quali sono le caratteristiche degli anziani che sono di aiuto alla collettività?	76
3.4.6	Cosa possiamo fare perchè la persona con 65 anni e più possa rimanere una risorsa all'interno dei diversi ambiti di vita?	77
3.5	- INDICATORI CHE DESCRIVONO LA PARTECIPAZIONE E L'ESSERE RISORSA: UN CONFRONTO TRA LA REGIONE LIGURIA E I DATI NAZIONALI	78
4	- AMBIENTE DI VITA	79
4.1	- ACCESSIBILITÀ AI SERVIZI	80
4.1.1	Quanti hanno difficoltà a raggiungere i servizi?	80
4.1.2	Chi ha maggiori difficoltà a raggiungere i servizi sociosanitari?	81
4.1.3	Chi ha maggiori difficoltà a raggiungere negozi di generi alimentari e/o supermercati?	82
4.2	- ABITAZIONE	82
4.2.1	Quanti vivono in un'abitazione propria e quanti in affitto?	82
4.2.2	Quali problemi hanno le abitazioni in cui vivono le persone con 65 anni e più?	83
4.2.3	Chi segnala maggiormente problemi dell'abitazione in cui vive?	84
4.2.4	La segnalazione di problemi dell'abitazione cambia in relazione alla sua proprietà?	84
4.3	- SICUREZZA DELL'AREA DI RESIDENZA	85
4.3.1	Quante persone si sentono sicure nell'area in cui vivono?	85
4.3.2	Quali persone si sentono maggiormente insicure nell'area in cui vivono?	85
4.4	- INDICATORI CHE DESCRIVONO L'AMBIENTE DI VITA E L'ACCESSIBILITÀ AI SERVIZI: UN CONFRONTO TRA LA REGIONE LIGURIA E I DATI NAZIONALI	86
	BIBLIOGRAFIA	87
	SITOGRAFIA	90

Prefazione

Il Piano Nazionale della Prevenzione 2014-2018, nell'identificare le strategie utili alla riduzione del carico prevenibile ed evitabile di morbosità, mortalità e disabilità delle malattie non trasmissibili, descrive così le sorveglianze di popolazione:

"I piani d'azione della Regione Europa dell'OMS (2008-2013, 2012-22016) assegnano un ruolo fondamentale alle sorveglianze di popolazione, come strumento capace di fornire dati affidabili sui problemi di salute, i loro determinanti (anche sociali), la percezione dei cittadini, la diffusione delle misure di prevenzione e di promozione della salute, e quindi di seguire nel tempo questi fenomeni. Le informazioni fornite consentono di monitorare i progressi e di valutare i risultati raggiunti con gli interventi pianificati e messi in atto e quindi contribuiscono a definire e aggiornare le policy. Pertanto, assieme alla prevenzione e al trattamento delle Malattie Croniche Non Trasmissibili, la sorveglianza è una funzione essenziale dei sistemi sanitari e come tale va espletata a tutti i livelli di governo".

Ebbene, Passi d'Argento è la sorveglianza di popolazione che indaga sullo stato di salute e la qualità della vita delle persone dai 65 anni in su.

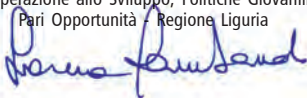
In Liguria ha dato vita ad uno strumento efficace in grado di cogliere la situazione sociosanitaria della popolazione di interesse, ed ha posto le basi per monitorarla nel tempo, valorizzando e valutando le azioni messe in essere per migliorare la salute e il ben-essere dei cittadini.

Il presente rapporto tecnico illustra dettagliatamente i risultati della sorveglianza condotta in Liguria nel 2012-2013, e offre spunti per agire in maniera mirata ed efficace soprattutto sui fattori determinanti della fragilità, dallo scarso movimento alla mancata partecipazione sociale, dal numero dei farmaci assunti alla frequenza di cadute, e così via.

L'osservazione dei risultati raggiunti rende evidente che la strategia vincente, come in tutte le altre fasce d'età, vede la Società intera coinvolta nella costruzione sociale della salute, con l'intento di allontanare l'insorgere della fragilità e di contrastare la disabilità conseguente alla malattie croniche.

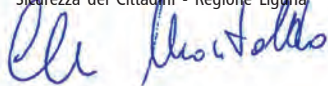
Lorena Rambaudi

Assessore alle Politiche sociali, Terzo Settore,
Cooperazione allo Sviluppo, Politiche Giovanili,
Pari Opportunità - Regione Liguria



Claudio Montaldo

Assessore alla Salute, Politiche della
Sicurezza dei Cittadini - Regione Liguria



Premessa

L'invecchiamento di popolazione è un fenomeno globale, che riguarda da vicino il nostro Paese. Innovare ed agire è la duplice risposta del sistema di sorveglianza PASSI d'Argento alle sfide poste dall'invecchiamento di popolazione. Innovare perché l'attuale transizione demografica – caratterizzata dall'allungamento della speranza di vita e dal calo delle nascite – richiede una nuova visione della società e dei rapporti tra cittadini. Non a caso, il 2012 è stato proclamato "Anno europeo dell'invecchiamento attivo e della solidarietà tra generazioni". PASSI d'Argento - che dal 2009 fornisce informazioni tempestive e confrontabili tra le Regioni italiane sullo stato di salute e l'invecchiamento attivo delle persone con 65 anni e più - promuove uno sguardo nuovo al fenomeno, a partire dalla definizione di invecchiamento attivo voluta dall'OMS. Per la prima volta, PASSI d'Argento "misura" il contributo che le persone con 65 anni e più offrono alla società, fornendo sostegno all'interno del proprio contesto familiare e della comunità. Sono centrali aspetti come la partecipazione e il benessere psicologico e sociale della persona con 65 anni e più.

PASSI d'Argento permette anche di "misurare per agire", sostenendo azioni concrete di promozione della salute e dell'invecchiamento attivo. Il sistema PASSI d'Argento fornisce informazioni dettagliate su abitudini e stili di vita della popolazione con 65 anni e più, e completa il quadro offerto dalla sorveglianza PASSI sulla popolazione con 18 - 69 anni. L'invecchiamento attivo è infatti, un processo che si costruisce ben prima dei 65 anni. In particolare, la sorveglianza di popolazione è un eccezionale strumento di governance per far fronte all'elevata e crescente diffusione delle malattie croniche. I piani d'azione della Regione Europa per le malattie croniche non trasmissibili 2008-2013 e 2012-2016, assegnano un ruolo fondamentale alla sorveglianza (Risoluzione OMS, settembre 2011, punto 2a) come strumento capace di seguire nel tempo e fornire dati affidabili e tempestivi sui problemi di salute, i loro determinanti, la percezione dei cittadini, la diffusione delle misure di prevenzione e di promozione della salute, in particolare con informazioni "disaggregate sui determinanti sociali". Inoltre, PASSI d'Argento è uno strumento interno al sistema dei servizi socio-sanitari e socio-assistenziali. Le informazioni prodotte dalla sorveglianza PASSI d'Argento permettono di indirizzare in maniera più razionale ed efficace politiche e strategie di intervento a livello nazionale e delle singole Regioni. L'utilizzazione dei dati di sorveglianza diventa essenziale per i livelli operativi – ad esempio le ASL, i distretti o i grandi comuni – laddove si programmano e si realizzano gli interventi a favore della popolazione con 65 anni e più. Il sistema centrato sulle Regioni fin dalle fasi iniziali di sperimentazioni, ha contribuito al monitoraggio Piano Nazionale della Prevenzione 2010–2013 offrendo elementi importanti per la valutazione delle attività di prevenzione.

Il sostegno fornito in questi anni dalle Regioni italiane e l'eccezionale partecipazione all'indagine 2012-2013 – che ha coinvolto 19 tra regioni e Province Autonome

– testimoniano la rilevanza dei temi trattati e l'interesse per l'approccio innovativo proposto dalla sorveglianza PASSI d'Argento. L'auspicio per gli anni a venire è che la sorveglianza diventi, a tutti i livelli, parte integrante del Sistema. Solo in questo modo sarà possibile affrontare al meglio le opportunità offerte da una società che "progredisce in età", prestando attenzione fin da ora al futuro delle generazioni più giovani.

Stefania Salmaso

Direttore del CNESPS

Responsabile scientifico del progetto di messa a regime della sorveglianza PASSI d'Argento

Destinatari, obiettivi e struttura del rapporto

Il rapporto regionale "PASSI d'Argento" 2012-2013 presenta i risultati dell'indagine svolta nella Regione Liguria. I destinatari principali del rapporto sono gli operatori che, a vario livello, sono coinvolti nella messa a regime del sistema di sorveglianza.

Il rapporto ha l'obiettivo di:

- fornire una panoramica completa della sorveglianza di popolazione PASSI d'Argento, in modo da favorire la comprensione di obiettivi, metodi e principali aspetti innovativi del sistema
- mettere a disposizione di tecnici e addetti ai lavori un documento di consultazione dei risultati dell'indagine PASSI d'Argento 2012-2013 condotta a livello regionale/locale.

Nelle pagine seguenti, i risultati della sorveglianza PASSI d'Argento sono presentati all'interno di 4 capitoli:

1. Benessere e indipendenza
2. Fattori di rischio, condizioni di salute e cure
3. Partecipazione ed essere risorsa
4. Ambiente di vita

La scelta di dare rilievo agli aspetti che riguardano la partecipazione e l'ambiente di vita è in linea con un approccio intersettoriale al fenomeno dell'invecchiamento. Il sistema PASSI d'Argento fa esplicito riferimento al modello dell'OMS (dal 2002 in poi) dell' healthy and active ageing, che sollecita lo sviluppo di politiche e interventi nell'ambito dei tre pilastri dell'invecchiamento attivo: salute, partecipazione e sicurezza. Il riferimento al modello dell'OMS come chiave di lettura dei risultati PASSI d'Argento, risponde a un obiettivo specifico: sostenere la visione di invecchiamento attivo e fornire dati tempestivi e validi sui problemi oggetto di prevenzione e su alcuni indicatori che misurano la diffusione delle attività di prevenzione. Tuttavia, i fenomeni descritti in PASSI D'Argento non intendono essere esaustivi rispetto alle dimensioni definite dall'OMS. Il rapporto, che ha una funzione di consultazione, sarà integrato da altre pubblicazioni specifiche per i destinatari più mirati:

- decisori e amministratori del settore sanitario
- decisori e amministratori locali del settore sociale
- operatori dei servizi socio-sanitari
- operatori dei servizi socio-assistenziali
- gruppi e associazioni scientifiche
- mass media
- famiglie e persone con 65 anni e più

Le pubblicazioni - elaborate dagli operatori che a livello regionale gestiscono il sistema PASSI d'Argento - terranno conto di caratteristiche, bisogni informativi e ruolo dei destinatari. In questo modo, sarà possibile tradurre i dati di sorveglianza in messaggi efficaci per i potenziali utilizzatori. I risultati delle precedenti indagini PASSI d'Argento e i risultati dell'indagine 2012-2013 saranno disponibili online all'indirizzo: <http://www.epicentro.iss.it/passi-argento>

La sorveglianza di popolazione PASSI d'Argento

Perché una sorveglianza sulla popolazione con 65 anni e più?

L'invecchiamento è un processo che interessa tutti gli individui. Il modo in cui ciascuno di noi invecchia dipende da caratteristiche individuali e fattori genetici, ma è fortemente influenzato anche da fattori sociali, dagli stili di vita e più in generale dalle opportunità di salute offerte dal proprio contesto di vita. Le persone con 65 anni e più costituiscono, quindi, un gruppo eterogeneo, ad esempio per motivi di genere, origine etnica, disabilità, come anche per il modo in cui gli stessi interessati giudicano la propria età. Nei prossimi anni, aumenterà il numero di persone che necessitano di assistenza per rimanere autonome in età avanzata, ma anche di quelle in buona salute che svolgono attività lavorativa e partecipano ad attività nel contesto della loro famiglia e della comunità in cui vivono.

La sorveglianza epidemiologica di popolazione PASSI d'Argento si propone quale strumento per registrare i bisogni diversi di questa fascia di popolazione e tempestivamente indicarli a decisori e altri gruppi di interesse. Grazie all'uso di una metodologia standardizzata, è possibile, per la prima volta, confrontare lo stato di salute e l'invecchiamento attivo nelle diverse Regioni italiane con dati di qualità raccolti sulla popolazione generale e non sugli utenti di singoli servizi, con il supporto tecnico e scientifico di un gruppo di lavoro composto da coordinatori regionali e ricercatori dell'Istituto Superiore di Sanità (ISS).

Cosa è stato fatto ad oggi?

Nel biennio 2008-2010, il Progetto "PASSI d'Argento", affidato dal Ministero della Salute/CCM alla Regione Umbria e al Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute (CNESPS) dell'ISS, ha promosso la raccolta e l'utilizzazione di indicatori utili per stimare lo stato di salute della popolazione italiana con 65 anni e più e contribuire a valutare le politiche di invecchiamento attivo. Il progetto PASSI d'Argento si è articolato in due indagini sperimentali che hanno coinvolto complessivamente 16 regioni italiane. Sono state raccolte informazioni su un campione di oltre 8.000 persone. Nel 2011, il Ministero della Salute ha affidato al CNESPS il progetto di messa a regime del sistema di sorveglianza sulla popolazione anziana.

In seguito, tra marzo 2012 e gennaio 2013 sono state effettuate oltre 24.000 interviste in tutte le regioni italiane ad eccezione di Basilicata e della Provincia Autonoma di Bolzano che non hanno partecipato alla sorveglianza. La raccolta dati ha coinvolto in Italia circa 1.000 operatori opportunamente formati. La formazione, elemento centrale del sistema di sorveglianza, risponde all'esigenza primaria di standardizzare le procedure nei diversi contesti regionali e locali in modo da favorire:

- l'omogeneità e confrontabilità dei dati raccolti;
- l'interpretazione condivisa dei risultati;

- l'efficace diffusione ed utilizzazione delle informazioni di sorveglianza;
- la valutazione dei processi e degli esiti delle attività di sorveglianza.

Il percorso formativo si è articolato in incontri di formazione residenziale (a Roma, presso le sedi dell'ISS) e un percorso di formazione sul campo, all'interno del contesto professionale dei partecipanti. I coordinatori regionali, locali e gli intervistatori, inoltre, hanno costituito una comunità di pratica grazie all'utilizzo di una piattaforma web (moodle) (<http://www.iss-cnesps.it/>) alla quale hanno un accesso protetto e che consente loro di coordinarsi e collaborare nell'elaborazione cooperativa di contenuti e nello svolgimento dell'indagine.

Come funziona il sistema PASSI d'Argento?

L'approccio adottato è quello della sorveglianza epidemiologica di popolazione basata su indagini ripetute su campioni rappresentativi della popolazione in studio. La sorveglianza è orientata alla raccolta di informazioni essenziali, che rispondono ad una duplice finalità:

- descrivere i problemi e gli aspetti di salute della popolazione con 65 anni e più
- monitorare gli interventi messi in atto e promuovere azioni e strategie d'intervento efficaci.

Gli strumenti e le procedure adottate sono semplici e utilizzabili da operatori sanitari e sociali e dai cittadini, in molte regioni sono sostenibili con le risorse dei servizi socio-sanitari e socio-assistenziali. Per la realizzazione dell'indagine PASSI d'Argento in diversi contesti si è rivelata essenziale la collaborazione tra enti e istituzioni del settore sanitario e sociale a tutti i livelli (nazionale, regionale e locale).

La popolazione in studio è costituita dalle persone con 65 anni e più che possiedono un telefono e che non hanno gravi problematiche psico-fisiche. Sono definite non eleggibili le persone che al momento della rilevazione erano residenti o domiciliate stabilmente altrove, ricoverate in ospedale (compresa lunga degenza), ospiti in RSA o in casa protetta, in carcere, decedute, soggetti non in grado di sostenere l'intervista per scarsa conoscenza della lingua italiana, anziani senza telefono o con telefono non rintracciabile.

In ogni regione partecipante è stato estratto un campione rappresentativo mediante campionamento casuale semplice, stratificato per classi di età e genere, o mediante campionamento a cluster. Il campionamento viene effettuato sulle liste delle anagrafi sanitarie delle ASL aderenti. Si formano 6 strati: per ciascuno dei due sessi vengono considerate le classi di età 65-74 anni, 75-84 e 85 e più anni.

La rappresentatività è sempre garantita a livello regionale, in alcuni casi anche a livello aziendale.

Per la raccolta dei dati è stato utilizzato un questionario standardizzato, diviso in 6 sezioni dove sono presenti circa 80 domande a risposta multipla.

La somministrazione del questionario poteva avvenire attraverso una duplice modalità:

per intervista telefonica o faccia a faccia. In alcuni casi, come previsto dal protocollo dell'indagine, le interviste sono state realizzate grazie ad un familiare o persona di fiducia che ha sostenuto e aiutato la persona durante l'intervista. È stata chiesta una valutazione sull'indagine PASSI d'Argento al Comitato Etico dell'Istituto Superiore di Sanità che ha formulato un parere favorevole sotto il profilo etico. Le operazioni previste dall'indagine PASSI d'Argento in cui sono trattati dati personali sono effettuate nel rispetto della normativa sulla privacy (Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 - Codice in materia di protezione dei dati personali). Le persone selezionate per l'intervista sono state informate per lettera sugli obiettivi e le modalità di realizzazione dell'indagine e sulle modalità adottate dallo studio per garantire privacy e confidenzialità degli intervistati; anche i loro medici di medicina generale sono stati informati tramite lettera, e spesso coinvolti direttamente nella ricerca del campionato o di loro familiari, oltre che per il reperimento di informazioni di salute utili per l'intervista. Gli intervistatori hanno contattato direttamente per telefono le persone selezionate per chiedere il consenso all'intervista e presentare gli obiettivi e i metodi dello studio. Prima dell'intervista, sia faccia a faccia sia telefonica, l'intervistatore ha indicato nuovamente gli obiettivi dello studio e le misure adottate per garantire la privacy. Dopo l'intervista i dati nominativi delle persone selezionate sono stati conservati per alcuni giorni in un luogo sicuro sotto la responsabilità del coordinatore regionale dell'indagine e quindi distrutti dopo la validazione del questionario. Nessun dato nominativo è rintracciabile nel supporto informatico della base di dati e quindi non è possibile in alcun modo risalire all'intervistato.

L'intervistatore effettua l'intervista attraverso CATI (computer assisted telephone interview) o questionari cartacei con successiva immissione dei dati su un personal computer.

Tutti i record vengono trasmessi criptati ad un database centralizzato in cui vengono eseguiti i controlli di base di qualità dei dati disponibili presso il sito (www.passidar-gento.it/dati).

L'analisi delle informazioni raccolte è stata effettuata utilizzando il software EpiInfo 3.5, con metodi statistico-epidemiologici tali da fornire, oltre al dato di prevalenza della variabile analizzata, anche i limiti fiduciarci entro i quali quel valore cadrà, con un livello di probabilità prefissato al 95% (Intervallo di Confidenza al 95%).

A conclusione di ogni capitolo è stato inserito un grafico di tipo « Spine Chart », che permette, in maniera semplice e scientificamente solida, di confrontare il valore degli indicatori prescelti con quello di altre unità territoriali. Ogni Spine Chart rappresenta in un'unica immagine diversi indicatori. Per ogni indicatore viene riportato il valore della media del Pool nazionale (con la linea centrale verticale), i valori del 25° e del 75° percentile (ai limiti della banda azzurra), i valori minimo e massimo riscontrati tra le 115 Aziende Sanitarie che nel 2012-2013 hanno partecipato alla rilevazione dei dati.

L'indagine 2012-2013 in Liguria

Nella nostra Regione il sistema PASSI d'Argento è stato inserito all'interno del Piano Regionale della Prevenzione 2010-2012. La Regione Liguria ha aderito alla messa a regime del sistema partecipando alla realizzazione dell'indagine 2012-2013. Per la realizzazione dell'indagine sono stati formati 85 operatori (intervistatori e coordinatori aziendali).

Quante persone sono state intervistate per l'indagine?

In Liguria sono state intervistate 1.100 persone con 65 anni e più, individuate con campionamento casuale semplice, stratificato per sesso e fasce d'età quinquennali, con rappresentatività a livello regionale e di ASL 3 Genovese.

In ASL 5 Spezzino le interviste sono proseguite nel corso del 2013, per raggiungere un campione con rappresentatività aziendale.

Le interviste sono state effettuate nel periodo compreso tra Maggio e Novembre 2012. Il tasso di eleggibilità¹ è risultato pari al 91,6%; 114 persone sono state escluse dal campione iniziale in quanto "non eleggibili", ovvero non rispondenti ai criteri di selezione per l'indagine per i seguenti motivi:

Motivi di non eleggibilità	Numero	% Sui non eleggibili	% Sui contattati
Residente o domiciliato stabilmente altrove	19	17	1,3
Ricoverato in ospedale	6	5	0,4
Ospite in RSA/residenza protetta	42	37	2,9
Carcere	2	2	0,1
Deceduto	44	39	3,0
Non conoscenza della lingua italiana	1	1	0,1
Totale	114	100	7,8

Il tasso di risposta² è stato pari all'85,6%. Il tasso di sostituzione³ è risultato pari al 14,4% del campione. L'11,2% delle sostituzioni³ era dovuto al rifiuto a sostenere l'intervista, un ulteriore 3,2% riguardava persone con le quali non è stato possibile mettersi in contatto perché non reperibili.

Le interviste sono state effettuate mediante CATI nel 12,1% e mediante questionario cartaceo nell'87,9% dei casi.

1 Tasso di eleggibilità = n° interviste + rifiuto anziano + rifiuto proxy / n° interviste + rifiuto anziano + rifiuto proxy + residente altrove + ricoverato ospedale + ospite residenza protetta + non conoscenza italiano + carcere + deceduto + età <65 * 100

2 Tasso di risposta = n° interviste / n° interviste + rifiuto anziano + rifiuto proxy + anziano non reperibile + proxy non reperibile * 100

3 Tasso di sostituzione = n° anziano non reperibile + proxy non reperibile + rifiuto anziano + rifiuto proxy / n° interviste + rifiuto anziano + rifiuto proxy + anziano non reperibile + proxy non reperibile * 100

Quanti sono stati intervistati con l'aiuto di familiari o persone di fiducia?

Nella prima sezione del questionario è previsto un test della memoria che permette di valutare l'orientamento spazio-temporale dell'anziano/a. Il test è costituito da 6 domande estratte dal Mini-Mental Test. Nel caso in cui l'anziano/a non supera il test della memoria o è impossibilitato fin dall'inizio a sostenere l'intervista per motivi psico-fisici la persona può essere intervistata con l'aiuto del "proxy", un familiare o una persona di fiducia dell'anziano che conosce le sue caratteristiche e abitudini. Ciò ha consentito di raccogliere informazioni su persone che altrimenti non avrebbero potuto sostenere l'intervista a causa delle condizioni di salute.

In Liguria, l'intervento del proxy si è verificato nel 19,9% dei casi (n=220); nel 19,1% (n=211) fin dall'inizio dell'intervista e nello 0,8% (n=9) dopo il test della memoria e dell'orientamento previsto.

Quale era la modalità di intervista?

Le persone rintracciate sono state intervistate telefonicamente o faccia a faccia da 68 operatori specificamente formati. La modalità di intervista è scelta sulla base delle necessità o eventuali problematiche di comunicazione dell'intervistato.

Le interviste telefoniche sono state il 97% (n=1.067) mentre il 3% (33 casi) sono state realizzate con modalità faccia a faccia.

La durata dell'intervista è stata in media di 29 minuti se telefonica, 35 minuti se faccia a faccia.

Nel caso di intervista faccia a faccia, l'operatore ha svolto in media 8 km per raggiungere l'anziano.

1. BENESSERE E INDIPENDENZA

È ormai assodata l'utilità delle misure soggettive del benessere e della salute. Le percezioni e le valutazioni soggettive influenzano il modo in cui le persone affrontano la vita, e possiedono un elevato valore informativo. Al contrario, i parametri quantitativi tradizionalmente utilizzati come misura di outcome non sono sempre correlati con lo stato funzionale ed il benessere generale della persona.

In particolare, il concetto di "qualità della vita" è in linea con le indicazioni dell'OMS, che definisce la salute come "uno stato di benessere fisico, mentale e sociale e non solo assenza di malattia". La "qualità della vita collegata allo stato di salute" (Health Related Quality Of Life – HRQOL) è una valutazione soggettiva globale dello stato di salute che include il benessere fisico e mentale, e diversi fattori ad esso correlati tra cui: lo stato funzionale, lo stato socio-economico e il grado di integrazione sociale. La qualità della vita dipende anche da aspetti difficili da rilevare oggettivamente, come per esempio le risorse psicologiche e fisiologiche di una persona o la sua capacità di reagire all'eventuale presenza di malattie. In Italia si assiste ad un costante aumento dell'attesa di vita degli uomini e delle donne con una quota importante tuttavia gravata da disabilità: in tal senso l'HRQOL può rivelarsi uno strumento di particolare importanza per contribuire alla misura "percepita" di questo scostamento.

A differenza di quanto avviene per le affezioni acute - dove indici come la mortalità, la letalità o il tasso di guarigione sono molto significativi - la misura della qualità della vita collegata allo stato di salute diventa fondamentale nel quadro delle malattie croniche non trasmissibili (MCNT) che interessano in maniera preponderante le persone con 65 anni e più.

A livello della comunità, le misure della qualità della vita forniscono inoltre indicazioni relative alle disuguaglianze nella salute perché tali misure non dipendono solo dalla presenza e dal tipo di malattia, ma anche dalle risorse economiche, sociali ed altre condizioni pratiche. Includere gli indicatori della qualità della vita all'interno di un sistema di sorveglianza consente di ottenere informazioni utili a descrivere la salute della popolazione secondo una prospettiva più ampia, che tiene conto anche degli interventi e delle politiche non strettamente socio-sanitarie, come quelle occupazionali, previdenziali, urbanistiche e abitative.

Per migliorare le condizioni strutturali che influenzano la qualità della vita collegata allo stato di salute, a livello europeo è stata messa a punto la strategia "Health in all policies (Hiap)" ovvero "Salute in tutte le politiche" che, attraverso un approccio intersettoriale, intende agire sui determinanti sociali della salute ovvero sulle condizioni in cui le persone nascono, crescono, vivono, lavorano e invecchiano. Ciò comporta il coinvolgimento e la responsabilizzazione di un'ampia gamma di settori, innanzitutto quelli dell'occupazione, dell'istruzione e della politica sociale ai diversi livelli di governo (europeo, nazionale, regionale e locale) con l'obiettivo di contrastare in maniera efficace



le disuguaglianze di salute.

Essere indipendenti ha indubbe ricadute sul benessere della persona. Dal punto di vista fisico PASSI d'Argento ha preso in considerazione l'indipendenza nello svolgimento delle attività della vita quotidiana valutate mediante strumenti validati e diffusi a livello nazionale ed internazionale.

- *Activities of Daily Living (ADL)*, più di base, come vestirsi e mangiare autonomamente, per valutare la capacità di svolgere attività di base;
- *Instrumental Activities of Daily Living (IADL)*, più complesse, come andare a fare la spesa, per valutare la capacità di svolgere attività strumentali.

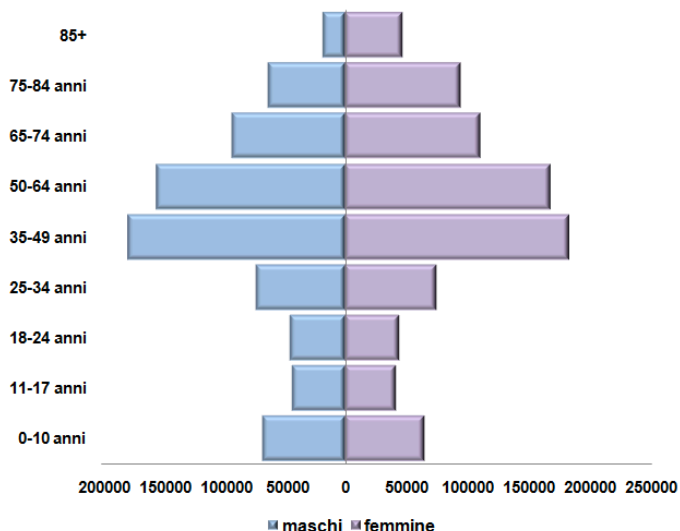
1.1 CARATTERISTICHE SOCIO-DEMOGRAFICHE

Protezione, salubrità e dignità delle persone sono anche frutto delle politiche sanitarie, sociali, finanziarie oltre che di protezione fisica e ambientale.

La descrizione delle caratteristiche demografiche, sociali ed economiche della popolazione fornisce quindi non solo l'immagine della situazione esistente ma consente anche di cogliere l'entità di differenze che hanno ricadute sulla salute soggettiva ed oggettiva delle persone.

1.1.1 Come è distribuito il campione per genere e classe d'età? Quanto è rappresentativo della popolazione con 65 anni e più?

La popolazione Ligure in numeri assoluti (dati ISTAT 2012) è così composta:



Si tratta in totale di 1.567.339 persone, di cui 428.120 con 65 anni e più.

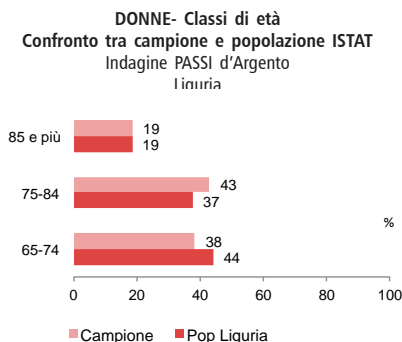
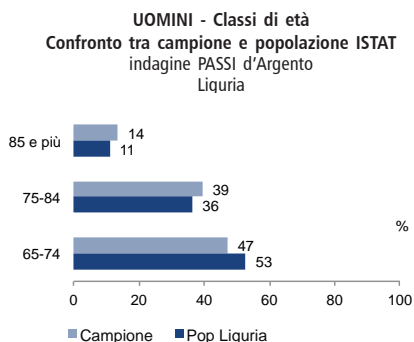


La numerosità del nostro campione, 1.100 persone anziane, la sua tipologia di estrazione (campionamento casuale semplice stratificato per sesso e fasce d'età) e la gestione rigorosa delle sostituzioni garantiscono la sua rappresentatività nei confronti della nostra popolazione.

Il 41,9% del campione è costituito da persone con età compresa tra 65 e 74 anni (47,5% nella popolazione della Liguria), il 41,5% da persone fra i 75 e gli 84 anni e il 16,6% ha 85 anni o più.

Le donne rappresentano il 59% del campione, con proporzioni crescenti all'aumentare dell'età: 54% nella classe di età 65-74 anni, 61% tra 75 e 84 anni, 67% con 85 anni e più. Il dato riflette il fenomeno di progressiva "femminilizzazione" della popolazione. L'età media del campione è 76,7 anni: 75,7 quella degli uomini, 77,3 quella delle donne.

La composizione del campione intervistato per classi di età, analizzata separatamente per genere, conferma la diversa distribuzione per età dei 2 sessi (tra le persone con 65 anni e più, quelle con più di 85 anni sono 14 su 100 tra gli uomini e 19 su 100 tra le donne) e conferma la rappresentatività della popolazione generale per questi aspetti.

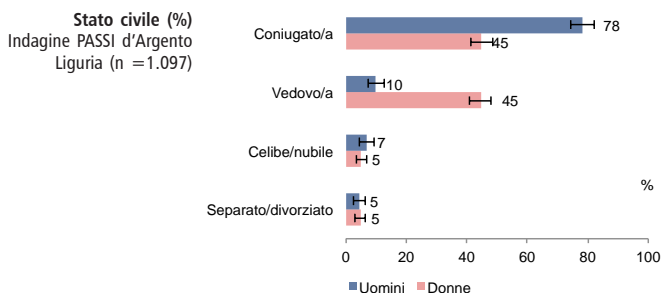


1.1.2 Qual è lo stato civile?

Complessivamente le persone coniugate sono il 59% e quelle in stato di vedovanza il 30,5%; coloro che non si sono mai sposati (5,9%) o sono separati/divorziati (4,8%) rappresentano insieme circa 1 persona su 10.

Lo stato civile presenta evidenti differenze in relazione all'età: dopo i 74 anni sono più numerose le persone vedove (45,6% vs 13,8% tra i 65-74 anni) e meno frequenti quelle coniugate (46,6% vs 72,2%);

In relazione a ciò e alla femminilizzazione della popolazione più anziana, aumenta notevolmente il numero delle vedove (64,3% dopo i 74 anni vs 19,7% tra 65-74 anni), mentre tra gli uomini i coniugati sono quasi 8 volte più frequenti dei vedovi (78,5% vs 10,0%).



1.1.3 Quale è il livello di istruzione?

Tra le persone con 65 anni e più:

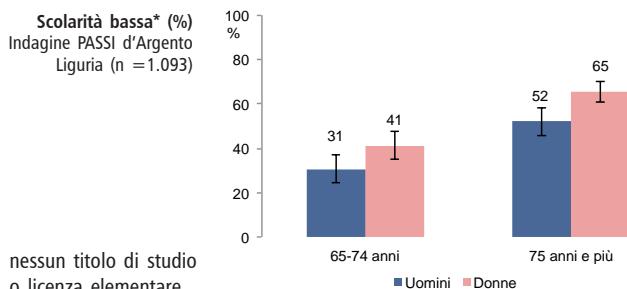
- Quasi la metà dei nostri anziani ha un basso livello di scolarità: licenza elementare (46%) o nessun titolo di studio (3%)
- il 24% ha un diploma di scuola media inferiore
- il 21% ha quello di scuola media superiore
- il 6% è laureato.

La scolarità bassa è maggiormente diffusa:

- tra le persone più anziane: 36% nella classe di età 65-74 e 65% dopo i 75anni
- tra le donne (55% vs 41% tra gli uomini).

La differenza di genere per un basso livello di scolarità si conferma in maniera indipendente dall'età:

- 65-74 anni: 31% uomini e 41% donne
- 75anni e più: 52% uomini 65% donne.



* nessun titolo di studio o licenza elementare

1.1.4 Con chi vivono?

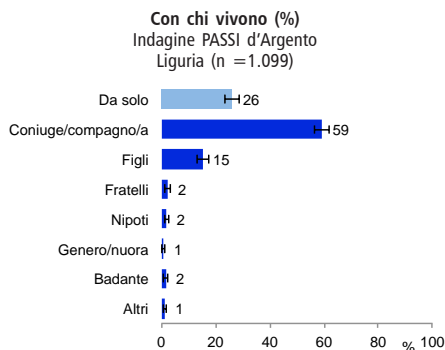
Tra le persone con 65 anni e più, 1 su 4 (26%) vive da sola.

Indipendentemente dalla convivenza con altre figure

- oltre la metà (59%) vive con il coniuge
- il 15% vive con figli.

Risulta poco frequente vivere con:

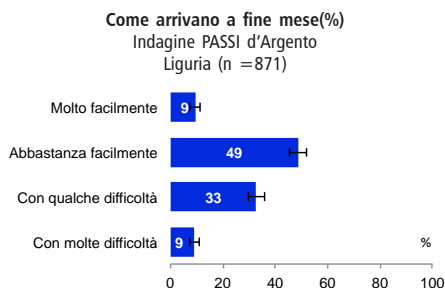
- una badante (1,6%)
- fratelli o sorelle (2,4%)
- generi/nuore (0,9%)
- nipoti (1,9%).



1.1.5 Come arrivano a fine mese?

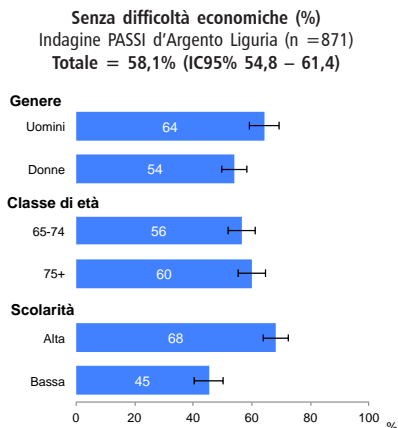
I nostri anziani riferiscono di arrivare a fine mese nel seguente modo:

- 58% senza difficoltà (9,5% molto facilmente, 48,5% abbastanza facilmente)
- 42% con difficoltà (32,8% con qualche difficoltà, 9,2% con molte difficoltà).



1.1.6 Come si distribuiscono le difficoltà economiche?

L'assenza di difficoltà economiche per arrivare a fine mese non cambia in maniera significativa in relazione all'età, mentre viene riferita con maggiore frequenza dagli uomini (36% vs 46% nelle donne) e dalle persone con scolarità alta (68%) rispetto a quelle con scolarità bassa (nessun titolo di studio o licenza elementare) (45%).

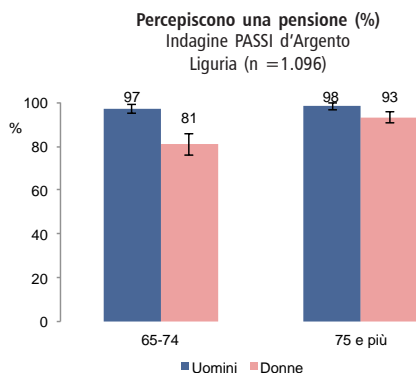


1.1.7 Quanti percepiscono una pensione?

Il 92% della popolazione ligure con 65 anni e più riceve una pensione (98% negli uomini, 88% nelle donne).

La disponibilità di pensione non cambia con l'età tra gli uomini, mentre risulta maggiore tra le donne con 75 anni e più (93%) rispetto a quelle con 65-74 anni (81%), in maniera congruente alla maggior frequenza di vedovanza tra le donne più anziane.

Inoltre, da ulteriori analisi risulta che, tra le donne fino a 74 anni, siano le coniugate quelle che più facilmente godono di un reddito da pensione (60,9% vs 24,6% delle vedove), mentre tra le donne oltre i 75 anni sono le vedove quelle che ricevono con maggior frequenza una pensione (68,3% vs 23,2% delle coniugate), in questo caso di reversibilità.



1.2 I SOTTOGRUPPI DELLA POPOLAZIONE CON 65 ANNI E PIÙ

Un invecchiamento attivo e in buona salute è influenzato da diversi fattori personali, sociali, economici e ambientali (quali ad esempio genere, stili di vita, fattori biologici, fattori legati al sistema dei servizi sanitari e sociali). Questi fattori agiscono durante tutto il corso della vita e determinano, con il progredire dell'età, l'accentuarsi delle differenze individuali legate allo stato di salute e al benessere complessivo della persona. La popolazione con 65 anni e più non è pertanto un gruppo omogeneo, ma appare costituita da persone con caratteristiche, potenzialità e bisogni socio-sanitari estremamente diversi.

Alla luce di questa diversità, nell'indagine PASSI d'Argento si è sperimentata, per la prima volta, una nuova descrizione di questa popolazione con una suddivisione in quattro sottogruppi⁴ di persone:

- in buona salute a basso rischio di malattia cronico-degenerativa
- in buona salute ma a rischio di malattia cronico-degenerativa e fragilità
- a rischio di disabilità
- con disabilità.

⁴ Le definizioni complete dei sottogruppi sono riportate nel paragrafo 1.2.2

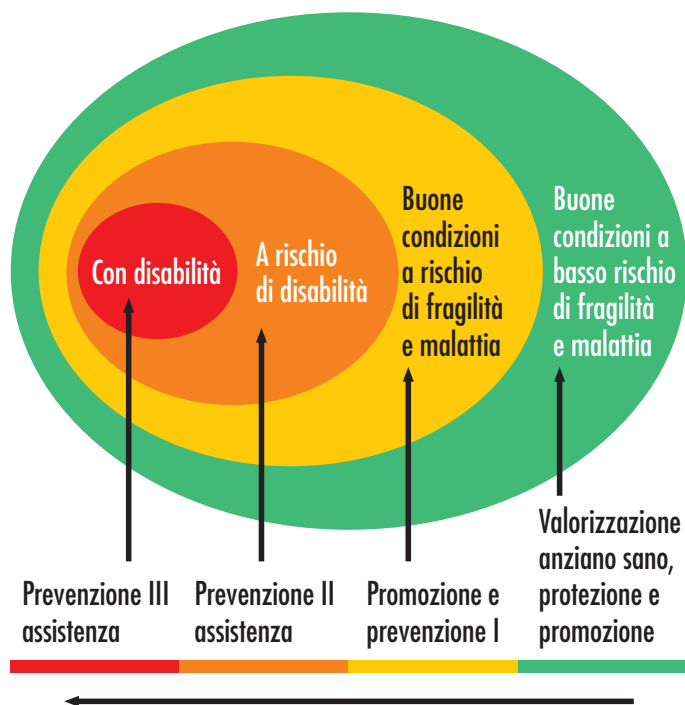


1.2.1 Funzionalità della suddivisione in sottogruppi

L'individuazione di sottogruppi all'interno della popolazione con 65 anni e più, è funzionale all'identificazione delle priorità di intervento ed è essenziale per la programmazione e valutazione delle strategie messe in atto dai servizi del settore sociale e sanitario e dall'intera società civile.

In un'ottica di orientamento all'azione, ciascun sottogruppo identifica target di interventi specifici che vanno dalle azioni di prevenzione terziaria per le persone con disabilità, alle azioni di prevenzione primaria per le persone a rischio di malattia e fragilità (vedi figura), alle azioni di valorizzazione e protezione sociale trasversali a tutti i sottogruppi.

I sottogruppi di popolazione PASSI d'Argento



1.2.2 Come sono stati individuati i sottogruppi di popolazione: l'algoritmo di analisi

Per l'identificazione dei sottogruppi si è partiti da una definizione di Salute come dimensione bio-psico-sociale, nella quale la dimensione soggettiva è fondamentale. La Salute è intesa quindi come benessere fisico, mentale e sociale di un individuo o gruppo che deve essere capace, da un lato, di identificare e realizzare aspirazioni e soddisfare bisogni e, dall'altro, di utilizzare le proprie risorse personali e sociali, così come le capacità fisiche per modificare l'ambiente circostante e farvi fronte. L'ambiente familiare e sociale ha un peso determinante nel favorire e mantenere il livello di salute delle persone "anziane".

Partendo da questa definizione di Salute, la popolazione è stata suddivisa in sottogruppi valutando l'autonomia rispetto alle attività della vita quotidiana misurate con indici validati e diffusi a livello internazionale. In particolare è stata valutata l'autonomia che le persone hanno nelle:

- attività di base della vita quotidiana o Activities of Daily Living (ADL): muoversi da una stanza all'altra, farsi il bagno o la doccia, vestirsi, mangiare, essere continenti (per feci e urine), usare i servizi per fare i propri bisogni
- attività strumentali della vita quotidiana o Instrumental Activities of Daily Living (IADL): usare il telefono, prendere le medicine, fare la spesa o delle compere, cucinare o riscaldare i pasti, prendersi cura della casa, fare il bucato, spostarsi fuori casa con mezzi pubblici o con la propria auto, pagare conti o bollette.

Sono state considerate autonome anche le persone che hanno risposto "solamente se aiutato" nello svolgimento delle ADL vestirsi, farsi il bagno o la doccia, essere continenti (l'aiuto in questo caso consiste nell'utilizzo di presidi per incontinenti) e nello svolgimento delle IADL cucinare, fare il bucato, pagare conti o bollette, usare il telefono.

Combinando i risultati di questi due indici, sono state inserite tra le persone:

- "in buona salute" le persone con 65 anni e più che sono in grado di svolgere tutte le ADL e le IADL, al massimo non essendo autonomi in una IADL (tenedo conto che, per alcune ADL e IADL, l'essere aiutato non compromette l'autonomia)
- "a rischio di disabilità" le persone con 65 anni e più che sono in grado di svolgere, come detto sopra, tutte le ADL ma non sono autonome in 2 o più IADL
- "con disabilità" le persone con 65 anni e più che non sono autonome nello svolgimento di 1 o più ADL.

Successivamente, in rapporto alla frequenza con cui le persone hanno problemi sensoriali, stili di vita non adeguati, problemi socioeconomici, riferiscono di avere problemi di ipertensione e malattie croniche e praticano livelli più o meno adeguati di attività

fisica, nel sottogruppo delle persone “in buona salute” sono state distinte le persone:

- in buona salute a basso rischio di malattia cronico-degenerativa (nei grafici e tabelle indicati come “in buona salute ma a basso rischio”)
- in buona salute ma a rischio di malattia cronico-degenerativa e fragilità (nei grafici e tabelle indicati come “in buona salute ma a rischio”).

Si sono così identificati 4 sottogruppi:

1. In buona salute a basso rischio di malattia cronico-degenerativa:

- sono autonomi in tutte le ADL
- non sono autonomi al massimo in una IADL
- presentano al massimo due delle seguenti cinque caratteristiche o condizioni:
 - a. problemi di masticazione o di vista o di udito
 - b. insufficiente attività fisica (PASE score età e genere specifico inferiore al 10° percentile) o abitudine al fumo o consumo di alcol definibile a rischio o scarso consumo di frutta e verdura
 - c. molte difficoltà economiche riferite o sintomi di depressione o rischio di isolamento sociale
 - d. almeno una patologia cronica
 - e. ipertensione.

2. In buona salute ma a rischio di malattia cronico-degenerativa e di fragilità:

- sono autonomi in tutte le ADL
- non sono autonomi al massimo in una IADL
- presentano tre o più delle seguenti cinque caratteristiche o condizioni:
 - a. problemi di masticazione o di vista o di udito
 - b. insufficiente attività fisica (PASE score età e genere specifico inferiore al 10° percentile) o abitudine al fumo o consumo di alcol definibile a rischio o scarso consumo di frutta e verdura
 - c. molte difficoltà economiche riferite o sintomi di depressione o rischio di isolamento sociale
 - d. almeno una patologia cronica
 - e. ipertensione.

3. A rischio di disabilità:

- sono autonomi in tutte le attività ADL
- non sono autonomi in almeno due IADL.

4. Con disabilità:

- non sono autonomi in una o più ADL.



1.2.3 Cosa sono le ADL e le IADL?

Le **ADL** comprendono le attività di base che la persona deve necessariamente svolgere per vivere senza bisogno di assistenza periodica o continuativa.

Lo strumento più utilizzato per la valutazione del livello di autonomia in queste attività è l'indice di Katz (1963) e comprende le seguenti attività/funzioni: muoversi da una stanza all'altra, farsi il bagno o la doccia, vestirsi, mangiare, essere continenti (per feci e urine), usare i servizi per fare i propri bisogni.

Le **IADL**, rispetto alle ADL, sono attività più complesse, dal punto di vista fisico e/o cognitivo e possono essere svolte anche al di fuori dell'ambiente domestico.

Lo svolgimento di queste attività, seppure in maniera saltuaria, è necessario affinché un soggetto sia autonomo. Ad esempio, un soggetto che non è in grado di fare la spesa o pagare conti o bollette, può vivere da solo esclusivamente per brevissimi periodi. Lo strumento di riferimento per la misura della indipendenza nelle IADL è la scala da cui il termine IADL prende il nome, pubblicata da Lawton e Brody nel 1969, e comprende le seguenti attività: usare il telefono, prendere le medicine, fare la spesa o delle compere, cucinare o riscaldare i pasti, prendersi cura della casa, fare il bucato, spostarsi fuori casa con mezzi pubblici o con la propria auto, pagare conti o bollette.

Per ogni ADL o IADL è prevista una graduazione del grado di autonomia.

Per ciascuna attività, è stato chiesto alla persona intervistata se era in grado di svolgerla "da solo/a, anche se con problemi", "solamente se aiutato/a", oppure se non riusciva a svolgerla. Nell'indagine PASSI d'Argento, in una ottica bio-psico-sociale, per la quale le abilità sono il risultato dell'interazione dell'individuo con l'ambiente che lo circonda, la risposta "solamente se aiutato" non è stata considerata come una perdita di indipendenza per lo svolgimento di 3 delle 6 ADL (vestirsi, farsi il bagno o la doccia, essere continenti) e di 4 IADL su 8 (cucinare, fare il bucato, pagare conti o bollette, usare il telefono,).

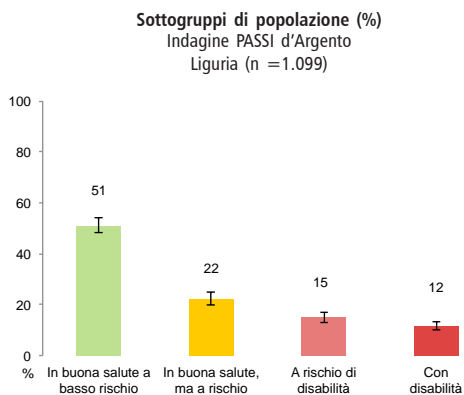
Sono state prese in considerazione le persone con situazioni di non autonomia nelle ADL (definite persone con disabilità) indipendentemente dalla presenza e dal numero di limitazioni nelle IADL e anche le persone con situazioni di non autonomia "solo" nelle IADL. E' stata anche valutata la diffusione della mancanza di autonomia nelle singole attività della vita quotidiana.

La limitazione in una attività della vita quotidiana comporta di per sé una condizione di bisogno; tuttavia, il livello di assistenza necessario cresce fortemente all'aumentare del tipo (IADL o ADL) e del numero di attività per le quali il soggetto non è autonomo, per cui sono state valutate anche il numero di ADL e/o IADL mancanti nelle persone con disabilità e in quelle con limitazioni solo nelle IADL.



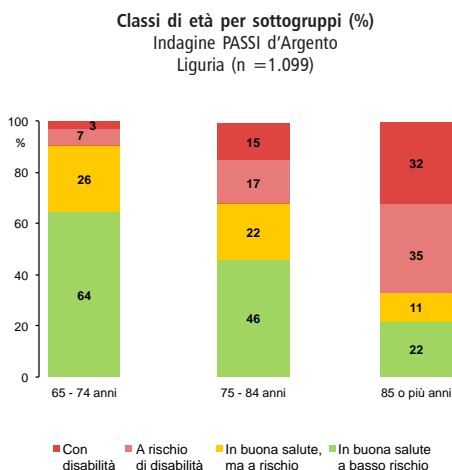
1.2.4 Come è distribuita in Liguria la popolazione con 65 anni e più rispetto ai sottogruppi?

- Il 51% delle persone risulta in buona salute e a basso rischio di malattia cronico-degenerativa
- Il 22% è in buona salute ma a più alto rischio di malattia cronico-degenerativa e fragilità
- Il 15% è a rischio di disabilità
- Il 12% risulta avere limitazioni in una o più attività di base della vita quotidiana (ADL). In questo ultimo gruppo troviamo le persone che hanno particolare bisogno di assistenza.



1.2.5 Qual è la distribuzione dei sottogruppi in ciascuna classe di età?

- Tra le persone di età compresa tra i 65 ed i 74 anni la maggioranza è in buona salute (64%) e quelle con disabilità rappresentano solo il 3%
- Le persone in buona salute ma a rischio sono il 26% tra i 65 ed i 74 anni, il 22% tra i 75-84 anni e l'11% dagli 85 in avanti
- Dopo gli 84 anni le persone a rischio di disabilità (35%) e quelle con disabilità (32%) rappresentano la maggioranza delle persone
- Le persone in buona salute e a basso rischio costituiscono il 46% di quelle tra 75 e 84 anni e il 22% di quelle con 85 anni e più.



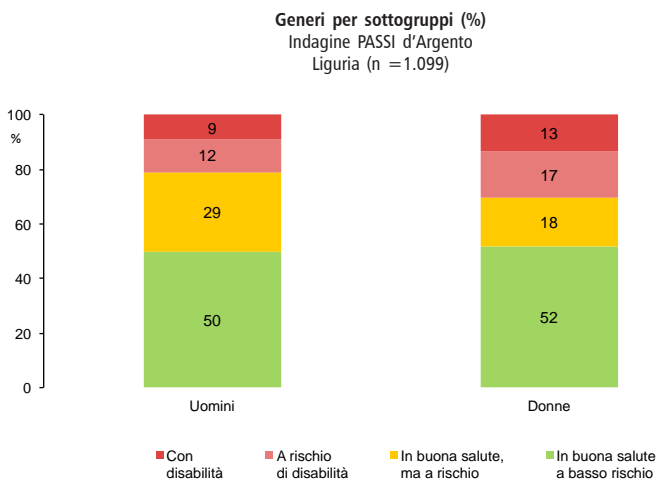
Suddividendo la popolazione in 3 fasce d'età si può osservare meglio come la popolazione "fragile", cioè a rischio di disabilità, aumenti consistentemente con l'aumentare dell'età. Quantificare questo target di importanti azioni di prevenzione è utile per configurare l'impegno pratico, in termini economici e di risorse umane, necessarie ad arrestare lo scivolamento dallo stato di fragilità a quello di disabilità. Questa fascia di popolazione è limitata al 7% della popolazione 65-74enne, pari a 14.250 persone in Liguria.

1.2.6 Qual è la distribuzione dei sottogruppi nei due generi?

La distribuzione per sottogruppi non è del tutto omogenea per genere.

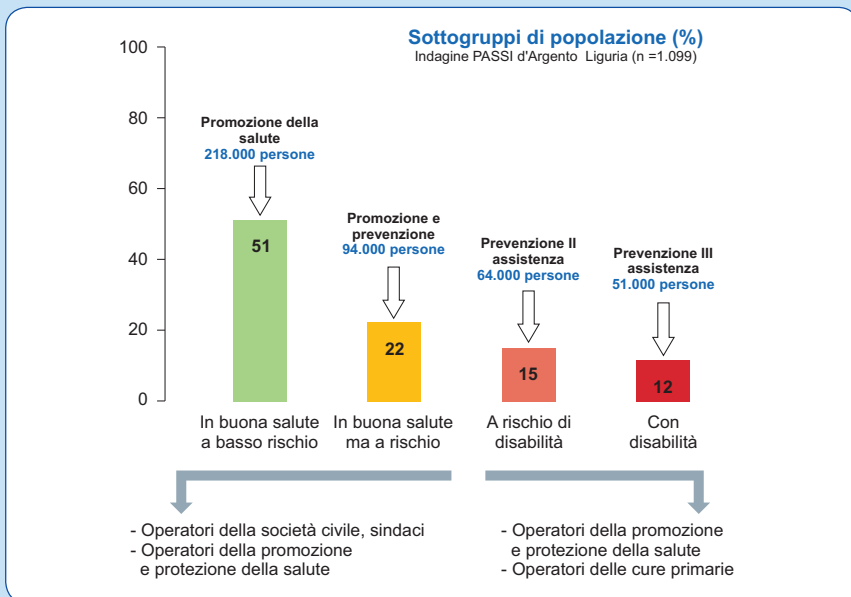
Tra le donne sono più numerose le persone che appartengono ai gruppi con disabilità (13% vs 9% negli uomini) e a rischio di disabilità (17% vs 12% negli uomini).

Tale dato è legato alla maggior proporzione di donne nelle classi di età più avanzate.





Considerazioni sulla popolazione anziana ligure



La popolazione ligure oggetto della nostra indagine è costituita da 1.567.339 persone, di cui 428.120 con 65 anni e più, pari al 27%.

Di fatto, **il 73% di questi anziani, circa 312.000 persone, sono in buona salute**, ma alcuni di loro (il 22%) sono minacciati dalla fragilità, dal momento che hanno acquisito fattori di rischio.

Può trattarsi di una malattia cronica o di un comportamento non salutare (come la sedentarietà, il fumo, la malnutrizione) oppure di tendenza all'isolamento o depressione, o ancora una problematica funzionale (vista, udito o masticazione). In ogni caso sono persone globalmente sane, ma se dovessero sommare più di uno dei fattori di rischio sopradescritti, potrebbero facilmente perdere l'autonomia, e diventare quindi fragili o con disabilità, con rilevanti conseguenze anche economiche sul Sistema Socio-Sanitario.

Su questa categoria in **buona salute** dovrebbero quindi concentrarsi i maggiori sforzi della prevenzione e della società intera, operando con un processo di costruzione sociale che coinvolga enti e settori della società civile, dell'industria e del commercio, al fine di garantire un contesto ambientale, culturale e sociale favorevole alla salute di tutti.

Negli anziani in particolare dovrebbero essere privilegiate l'accessibilità ai servizi, le scelte salutari come la sana alimentazione e il giusto movimento fisico, valorizzando le risorse personali come bene comune dell'intera società.

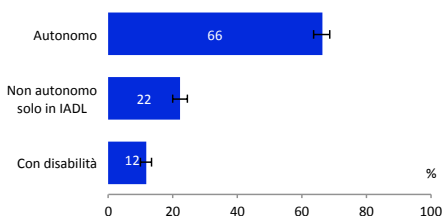
1.3 AUTONOMIA NELLO SVOLGIMENTO DELLE ATTIVITÀ DELLA VITA QUOTIDIANA, DI BASE E STRUMENTALI

1.3.1 Quanti non sono autonomi nelle attività della vita quotidiana (IADL O ADL)?

Indipendentemente dalla suddivisione in sottogruppi e considerando l'autonomia nella conduzione della vita quotidiana, in Liguria tra le persone con 65 anni e più:

- 2 su 3 (66%) non hanno problemi a svolgere attività della vita quotidiana
- il 22% presenta problemi di autonomia nelle IADL, ma non nelle ADL
- il 12% non è autonoma in almeno una ADL, indipendentemente dalla presenza o meno di limitazioni nelle IADL. (Queste persone costituiscono il sottogruppo 4: persone con disabilità.)

Limitazioni nelle attività della vita quotidiana (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n=1.099)



1.3.2 ATTIVITÀ DI BASE DELLA VITA QUOTIDIANA: ADL

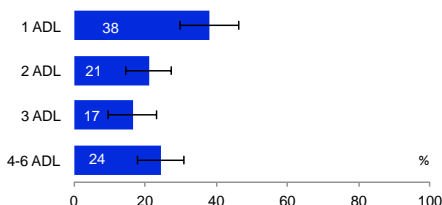
1.3.2.1 Come si distribuiscono le dipendenze nelle ADL?

Focalizzando l'attenzione sulle attività di base della vita quotidiana, le persone con 65 anni e più non autonome in 1 o più ADL⁵, ovvero quelle con disabilità, sono il 12%. Tra queste persone:

- il 34% non è autonomo in 1 ADL
- il 15% in 2 ADL
- il 17% in 3 ADL
- il 34% non è autonomo in 4 o più ADL

Nella popolazione con 65 anni e più questa distribuzione corrisponde ad una prevalenza di circa il 4% per le persone con mancanza di autonomia in 1 ADL e di circa il 4% per quelle non autonome in 4 o più ADL .

Numero di ADL non autonome nelle persone con disabilità (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n=138)



secondo l'algoritmo espresso nel paragrafo 1.2.2



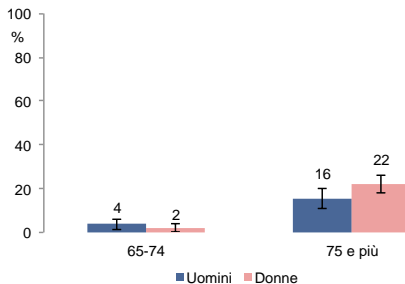
1.3.2.2 Quale è la distribuzione per età e sesso delle persone con disabilità?

Le limitazioni nelle ADL aumentano con l'età (3% tra i 65-74 anni e 20% dai 75 anni in su).

Tra i 65 ed i 74 anni si presentano nel 4% degli uomini e nel 2% delle donne. Dopo i 74 anni vengono invece registrate nel 22% delle donne e nel 16% degli uomini.

La differenza complessiva osservabile tra uomini e donne (9% vs 13%) in Liguria dipende principalmente dalla maggiore presenza femminile dopo i 75 anni.

Persone con disabilità per età e sesso (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n=138)

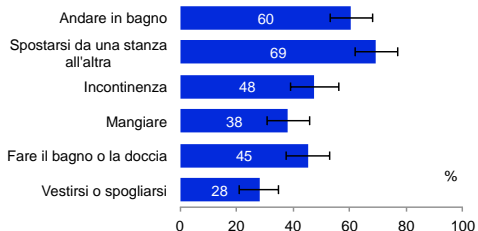


1.3.2.3 Quali sono le ADL più frequentemente compromesse?

Tra le persone con disabilità:

- più di 1 su 2 (60%) non sono autonome nell'andare in bagno
- il 45% nel fare il bagno o la doccia
- il 69% ha problemi a spostarsi da una stanza all'altra
- il 48% ha problemi di incontinenza
- il 38% non si alimenta autonomamente
- il 28% è totalmente dipendente nel vestirsi o spogliarsi

Limitazioni per singole ADL
tra le persone con disabilità (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n=138)



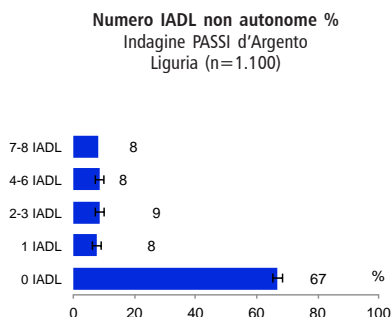
1.3.3 ATTIVITÀ STRUMENTALI DELLA VITA QUOTIDIANA: IADL

1.3.3.1 Come si distribuiscono le dipendenze nelle IADL?

Spostando invece l'attenzione sulle attività strumentali della vita quotidiana, in Liguria circa 2 persone su 3 con 65 anni e più risultano autonome in tutte le IADL, quelle non autonome in 1 o più IADL sono il 33%.

In particolare la loro distribuzione è visibile nel grafico a lato.

Tra le persone che hanno problemi anche nelle ADL, ovvero tra quelle con disabilità, questa distribuzione di frequenza è molto diversa: coloro che sono autonomi in tutte le IADL sono una eccezione (7%), quelli che hanno problemi in 7-8 IADL più della metà (59%)

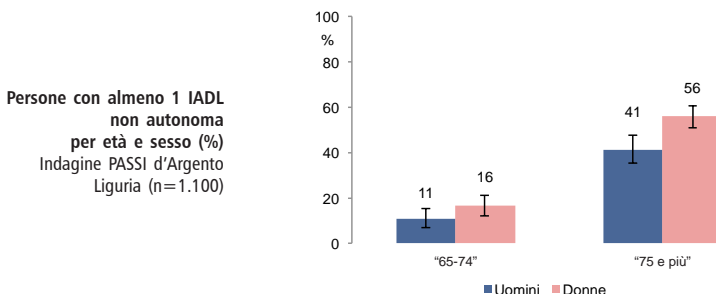


1.3.3.2 QUALE È LA DISTRIBUZIONE PER ETÀ E SESSO DELLE PERSONE CON ALMENO 1 IADL NON AUTONOMA?

1.3.2.1 Come si distribuiscono le dipendenze nelle ADL?

Le persone non autonome in 1 o più IADL aumentano con l'età: rappresentano il 14% tra i 65-74 anni e la metà (50%) dai 75 anni in su.

Tra i 65 ed i 74 anni costituiscono l'11% degli uomini e il 16% delle donne. Dopo i 74 anni invece risultano il 56% delle donne e il 41% degli uomini.





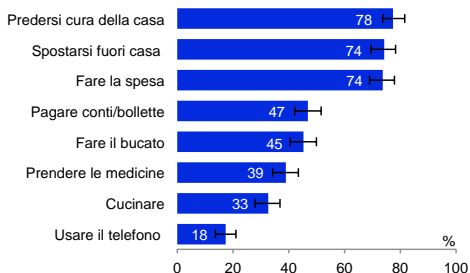
1.3.3.3 Quali sono le IADL più frequentemente compromesse?

Focalizzando l'attenzione solo su coloro che hanno carenze nelle IADL, le attività strumentali che più frequentemente presentano limitazioni risultano:

- prendersi cura della casa (78%)
- spostarsi fuori casa (74%)
- fare la spesa (74%)

L'attività strumentale per la quale viene maggiormente mantenuta l'autonomia è l'uso del telefono: tra le persone con problemi di autonomia nelle IADL meno di 2 persone su 10 non lo utilizzano in maniera autonoma.

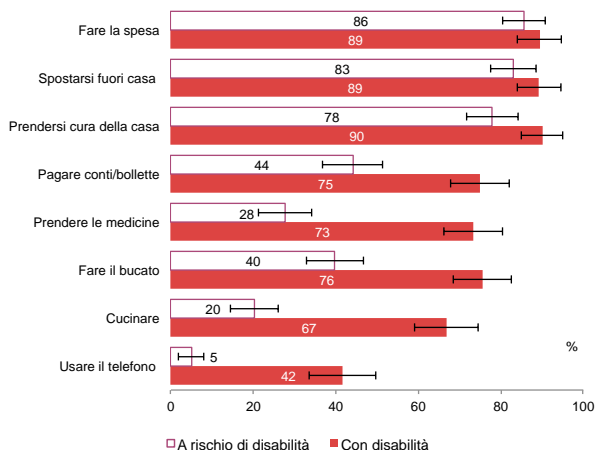
Limitazioni per singole IADL (%)
tra le persone con almeno 1 IADL non autonoma
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n=386)



Tra le persone a rischio di disabilità e quelle con disabilità non cambiano le IADL più frequentemente compromesse ma, ovviamente, aumenta la loro diffusione.

- Spostarsi fuori casa, prendersi cura della casa e fare la spesa non vengono svolte autonomamente da 9 persone su 10 tra quelle con disabilità e 8 su 10 tra quelle a rischio di disabilità.
- L'attività che risulta meno limitata si conferma l'uso del telefono: su 100 persone, coloro che non lo utilizzano in maniera autonoma sono 5 tra quelle a rischio di disabilità e 42 tra quelle con disabilità.

Limitazioni per singole IADL (%)
tra le persone a rischio di disa-
bilità
e con disabilità
Indagine PASSI d'Argento
Liguria



1.4 PERCEZIONE DELLO STATO DI SALUTE

La percezione del proprio stato di salute è una dimensione importante della qualità della vita.

Nelle persone con 65 anni e più, indicatori negativi sulla percezione del proprio stato di salute sono correlati ad un rischio aumentato di declino complessivo delle funzioni fisiche, indipendentemente dalla severità delle patologie presenti.

Nelle sorveglianze PASSI e PASSI d'Argento la salute percepita viene valutata col metodo dei "giorni in salute" (Healthy Days), che misura la percezione del proprio stato di salute e benessere attraverso quattro domande: lo stato di salute auto-riferito, il numero di giorni nell'ultimo mese in cui l'intervistato non si è sentito bene per motivi fisici, il numero di giorni in cui non si è sentito bene per motivi psicologici ed il numero di giorni in cui ha avuto limitazioni nelle attività abituali. Dagli anni '80 questo pacchetto di misure standard della "qualità della vita relativa alla salute" (Health Related Quality Of Life –HRQOL) è stato gradualmente inglobato in diversi sistemi di sorveglianza e di survey di popolazione grazie alla sua associazione con gli effetti della presenza negli individui di patologie croniche o degli stessi determinanti e fattori di rischio di malattia. In tutta Europa, gli uomini hanno un migliore stato di salute percepito rispetto alle donne, i giovani migliore delle persone in età più avanzata, gli occupati uno stato di salute migliore delle persone senza lavoro. Così pure un elevato livello di istruzione e di reddito influenzano positivamente in tutta Europa la percezione dello stato di salute. PASSI d'Argento indaga anche la variazione della salute percepita rispetto all'anno precedente, informazione che assume particolare interesse nelle persone di età avanzata.

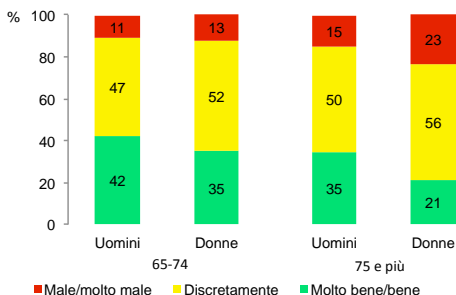
1.4.1 Come percepiscono il proprio stato di salute le persone con 65 anni e più?

Il 33% delle persone con 65 anni e più giudica il proprio stato di salute positivamente (7% molto bene, 26% bene), il 51% discretamente e il rimanente 16% in modo negativo (13% male, 3% molto male).

- La percezione peggiora con l'età: il 20% delle persone con 75 anni e più considera in modo negativo il proprio stato di salute, ma rimangono comunque più numerosi coloro che ne hanno un giudizio positivo (26%).

- In Liguria differenze di genere si osservano solo dopo i 74 anni, età nelle

Percezione della propria salute per classi d'età e sesso (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 890)



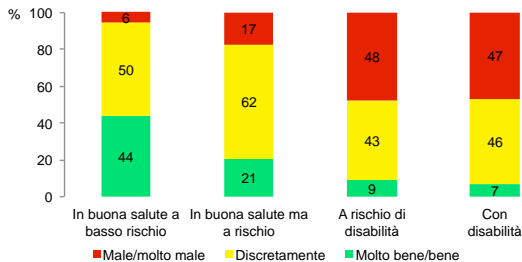
quali le donne si sentono meno in salute degli uomini (molto bene/bene 21% vs 35% degli uomini).

- Riferiscono di avere uno stato di salute buono o molto buono il 44% delle persone in buona salute e a basso rischio di malattia, il 21% delle persone in buona salute ma a rischio di malattia, il 9% di quelle con segni di fragilità e il 7% dei soggetti con disabilità

- Una percezione negativa della propria salute interessa solo il 6% dei soggetti in buone condizioni a basso rischio e quasi la metà (47%) di quelli con disabilità.

La percezione negativa della propria salute sale notevolmente dal 6 al 17% nelle persone che, pur avendo buona salute manifestano segni di fragilità: il sottogruppo "in buona salute ma a rischio" si conferma come target privilegiato di qualsiasi azione di promozione della salute in grado di influenzare positivamente la qualità globale della vita.

Percezione della propria salute per sottogruppi (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 890)



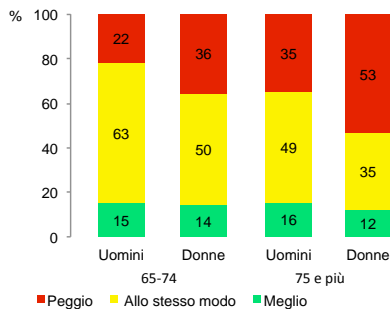
1.4.2 Come si sentono rispetto all'anno precedente?

Il 14% delle persone con 65 anni e più si sente meglio rispetto ad un anno prima (3% molto meglio, 11% meglio), il 49% si sente allo stesso modo, il rimanente 37% si sente peggio (28% leggermente, 9% molto peggio).

Come ci si sente rispetto all'anno precedente cambia in relazione all'età, ma anche al genere:

- si sentono peggio il 29% delle persone tra 65 e 74 anni e il 47% di quelle con 75 anni e più, ma con prevalenze maggiori nelle donne rispetto agli uomini
- Anche dopo i 74 anni più di 1 persona su 10 (13%) dice di sentirsi meglio rispetto all'anno precedente, con differenze di età e genere meno evidenti rispetto a chi dichiara un peggioramento.

Come si sentono rispetto all'anno precedente per classi d'età e sesso (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 888)

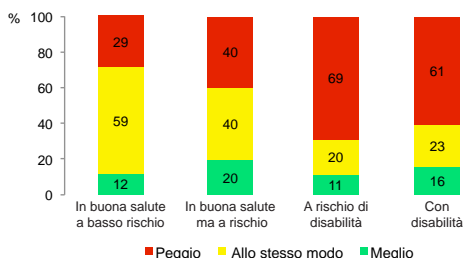


Ritiene peggiorata la propria salute rispetto all'anno precedente:

- Più di un quarto (28%) delle persone in buona salute e a basso rischio di malattia
- oltre la metà (61%) delle persone con disabilità.

In ciascun sottogruppo più di 1 persona su 10 ritiene migliorata la propria condizione di salute rispetto all'anno precedente.

Come si sentono rispetto all'anno precedente per sottogruppi (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n =888)

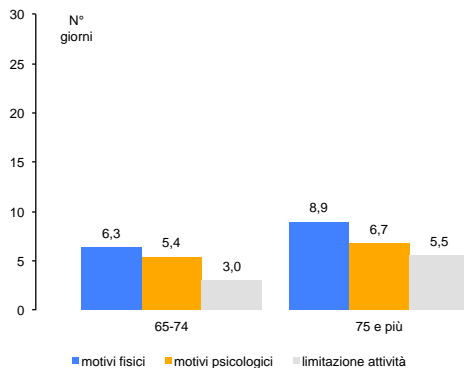


1.4.3 In media quanti sono i giorni di cattiva salute percepita in un mese e in che misura limitano le attività di tutti i giorni?

Il numero medio di giorni in cattiva salute percepita sugli ultimi 30 aumenta con il progredire dell'età:

- per motivi fisici 6 giorni su 30 tra le persone nella fascia di età 65-74 anni, 9 tra coloro con 75 anni e più
- per motivi psicologici 5 giorni su 30 tra le persone nella fascia di età 65-74 anni, 7 tra coloro con 75 anni e più
- per quanto riguarda i giorni con limitazioni di attività per cattiva salute fisica o psicologica, il numero medio è 3 tra le persone con 65-74 anni e 5 dopo i 74 anni.

Media dei giorni in cattiva salute percepita (negli ultimi 30 giorni) per classi di età
Indagine PASSI d'Argento
Liguria



1.4.4 Quante persone si sentono in cattiva salute o hanno limitazioni nelle attività abituali per più di 14 giorni negli ultimi 30 giorni?

Circa 1 persona su 4 non si è sentita bene per almeno 14 giorni sugli ultimi 30 per motivi fisici (26%) o psicologici (19%); per questi motivi il 14% non è riuscito a fare le cose di tutti i giorni per almeno 2 settimane nel mese.

La proporzione di persone con cattiva salute o limitazione delle attività abituali per oltre 14 giorni è maggiore nelle donne, nelle persone con basso livello di istruzione e, in maniera anche significativa, tra le persone con difficoltà economiche.

Persone con 14 o più giorni di cattiva salute o con limitazione delle attività abituali
(negli ultimi 30 giorni) (%)
Indagine PASSI d'Argento - Liguria

	Cattiva salute fisica	Cattiva salute psicologica	Limitazione di attività abituali
Popolazione con 65 anni e più	26	19	14
Genere			
uomini	15	11	10
donne	33	25	16
Classi di età			
65-74	21	17	10
75 e più	31	22	18
Istruzione			
bassa	31	25	18
alta	21	15	11
Difficoltà economiche			
molte	54	49	35
alcune	32	22	15
nessuna	17	13	9

1.4.5 Quante persone hanno più di 20 “unhealthy days” per motivi fisici o psicologici ?

Sommando i giorni di cattiva salute fisica e quelli di cattiva salute psicologica, il 25% della popolazione con 65 anni e più risulta avere più di 20 giorni dell'ultimo mese passati in cattiva salute

Questa proporzione è maggiore tra le donne, tra le persone con bassa scolarità e tra quelle con difficoltà economiche (molte difficoltà: 56%)

20 o più giorni in cattiva salute per motivi fisici o psicologici (%)
Indagine PASSI d'Argento - Liguria

	%	IC 95 %	
Popolazione con 65 anni e più	25	21,7	27,3
Genere			
uomini	14	10,4	17,6
donne	32	27,7	35,6
Classi di età			
65-74	21	16,9	24,3
75 e oltre	29	25,2	33,4
Istruzione			
bassa	31	26,1	35,0
alta	20	16,2	23,3
Difficoltà economiche			
molte	56	44,9	67,2
alcune	28	22,8	33,1
nessuna	17	13,7	20,2





1.5 SODDISFAZIONE PER LA PROPRIA VITA

Così come la qualità della vita, anche la felicità, intesa come soddisfazione complessiva della propria vita, può essere misurata unicamente su dati riferiti dai singoli individui. Negli ultimi anni è stata attribuita grande importanza alla misura soggettiva di felicità e soddisfazione per la propria vita. Le percezioni e le valutazioni soggettive influenzano, infatti, il modo in cui le persone affrontano la vita e per questo motivo possiedono un elevato valore informativo. La felicità nell'accezione originale è intesa e misurata, da alcuni decenni, come "soddisfazione della vita". PASSI d'Argento l'ha rilevata come soddisfazione complessiva della vita condotta da un individuo ricorrendo ad una sola domanda con 4 possibili risposte su un intervallo temporale non specificato.

1.5.1 Le persone con 65 anni e più sono soddisfatte della vita che conducono?

L'81% delle persone con 65 anni e più è soddisfatto della vita che conduce (21% molto, 60% abbastanza soddisfatto).

Il rimanente 19% non è soddisfatto (14% poco, 5% per nulla soddisfatto).

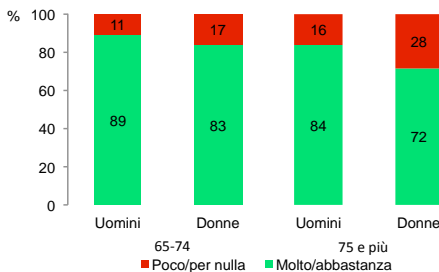
L'86% delle persone di età compresa tra i 65 e i 74 anni si dichiara molto o abbastanza soddisfatto della vita che conduce. Tra le persone con 75 anni e più questo valore diminuisce ma rimangono quasi 8 su 10 (76%) le persone soddisfatte della propria vita.

La percentuale di persone poco o per nulla soddisfatte della vita che conducono è maggiore tra le donne (22% contro 13%) e aumenta con il crescere dell'età in entrambi i sessi.

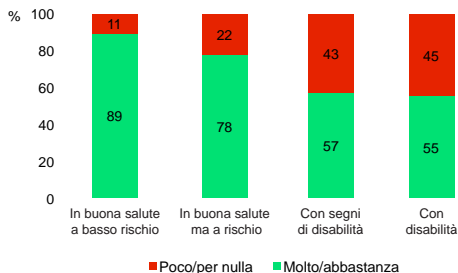
Si ritiene soddisfatto della propria vita:

- L'89% delle persone in buona salute e a basso rischio di malattia
- Il 78% delle persone in buona salute ma a rischio
- Il 57% delle persone con segni di disabilità
- Oltre la metà (55%) delle persone con disabilità.

Soddisfazione della vita per classi d'età e sesso (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 888)



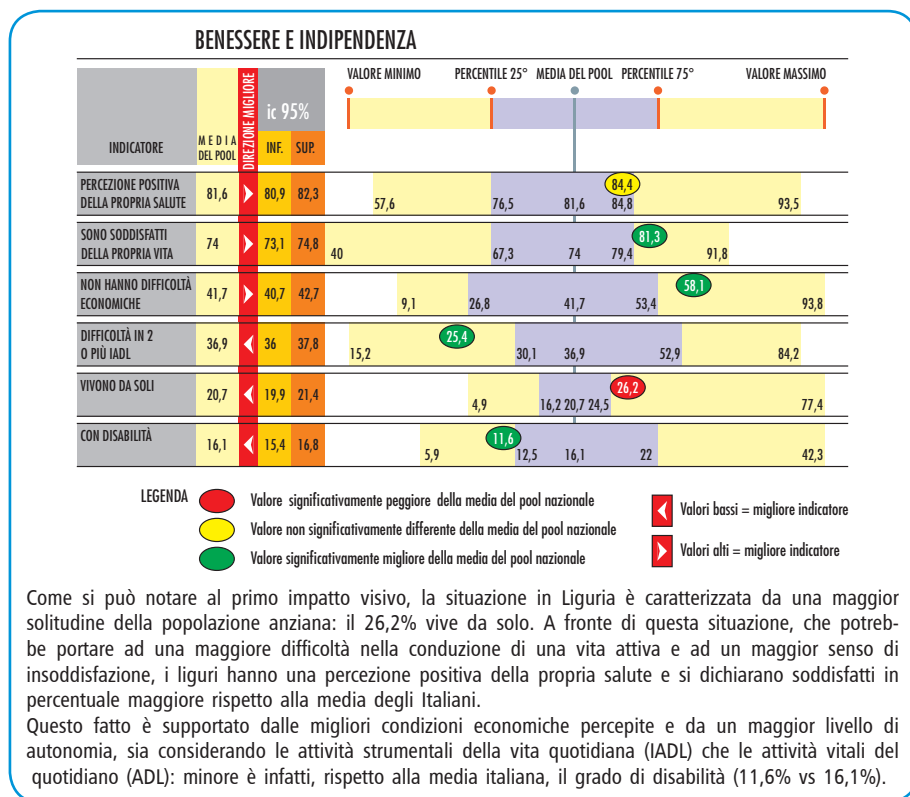
Soddisfazione della vita per sottogruppi (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 888)



1.6 INDICATORI CHE DESCRIVONO IL BENESSERE E L'INDIPENDENZA: UN CONFRONTO TRA LA REGIONE LIGURIA E I DATI NAZIONALI

In Sanità Pubblica è sempre più frequente il ricorso ai profili di salute per rappresentare a colpo d'occhio lo stato di salute di un'intera popolazione o di una sua componente. Per quanto non esista un profilo di salute universalmente condiviso per le persone con 65 e più anni, abbiamo usato i risultati di passi d'argento per riassumere con pochi indicatori la condizione per ognuno dei capitoli (4) in cui abbiamo ripartito l'informazione raccolta. Nel contesto della sorveglianza questo approccio, oltre a dare un'idea su alcuni aspetti qualificanti di salute di un gruppo di popolazione, permette anche, in maniera semplice e scientificamente solida, di confrontare il valore degli indicatori prescelti con quello di altre unità territoriali (per esempio, le asl fra di loro all'interno di una regione o le regioni fra di loro).

Per realizzare questo approccio abbiamo scelto di utilizzare la spine-chart, un grafico particolare che permette di confrontare il valore di un certo indicatore, misurato localmente, con un valore di riferimento "nazionale" e di testare, in modo semplice, se la differenza rilevata (in meglio o in peggio) sia statisticamente significativa.





2. FATTORI DI RISCHIO, CONDIZIONI DI SALUTE E CURE

Un invecchiamento attivo e in buona salute è frutto di diversi fattori che agiscono durante tutto il corso della vita e che, in base alle indicazioni dell'OMS, possono essere distinti in:

- determinanti trasversali: genere e cultura
- determinanti legati al sistema dei servizi sanitari e sociali (ad esempio le attività di promozione della salute e prevenzione delle malattie)
- determinanti comportamentali (ad esempio attività fisica e fumo)
- determinanti legati a fattori individuali (ad esempio fattori biologici e psicologici)
- determinanti economici (ad esempio reddito e sistemi di previdenza sociale).

Per questo, già prima dei 65 anni è essenziale promuovere stili di vita salutari e ridurre i principali fattori di rischio comportamentali correlati alle malattie croniche (sedentarietà, alimentazione non corretta, fumo e abuso di alcol).

Col progredire dell'età è inoltre importante prevenire e ridurre disabilità e mortalità prematura, ad esempio, col contrasto al fenomeno delle cadute e ai problemi di vista e udito.

In una prospettiva rivolta a tutte le fasi della vita, "Rimanere in buona salute" è un obiettivo essenziale che coinvolge i servizi sociali e sanitari e tutti i settori della società civile oggi più che mai chiamati a costruire un ambiente sicuro e "salutare" in una società realmente "age-friendly".

2.1 STILI DI VITA: ATTIVITÀ FISICA, ABITUDINI ALIMENTARI, ALCOL E FUMO

Promuovere stili di vita salutari è una sfida importante per il sistema socio-sanitario, soprattutto se si considera l'attuale quadro epidemiologico caratterizzato dall'alta prevalenza delle malattie cronicodegenerative. Alla base delle principali malattie croniche ci sono fattori di rischio comuni e modificabili, come alimentazione poco sana, consumo di tabacco, abuso di alcol, mancanza di attività fisica che, insieme a fattori non modificabili (ereditarietà, sesso, età), danno origine a fattori di rischio intermedi (ipertensione, glicemia elevata, eccesso di colesterolo e obesità). Per questo motivo la promozione di stili di vita salutari, a tutte le età, è importante per prevenire e migliorare il trattamento e la gestione delle principali patologie croniche.

2.1.1 Attività fisica

Negli ultimi 10 anni è notevolmente aumentata la conoscenza sugli effetti dell'attività fisica e dell'esercizio tra gli uomini e le donne con 65 anni e più.

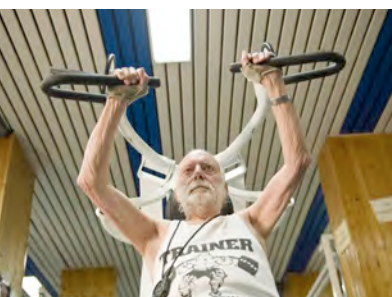
Una regolare attività fisica protegge le persone anziane da numerose malattie, previene le cadute e migliora la qualità della vita, aumentando anche il benessere psicologico. Nelle persone con 65 anni e più l'attività motoria è correlata direttamente alle condi-

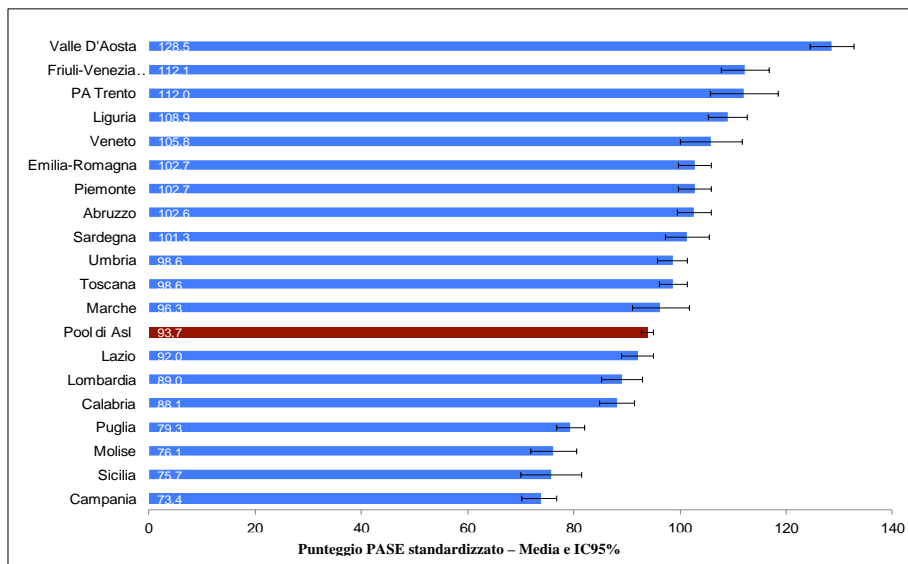
zioni complessive di salute: può essere notevolmente limitata o assente nelle persone molto in là con l'età e con difficoltà nei movimenti. Per questo, la quantità di attività fisica "raccomandabile" varia a seconda delle condizioni generali di salute e dell'età. Nell'indagine PASSI d'Argento si è adottato un sistema di valutazione dell'attività fisica (Physical Activity Score in Elderly: PASE) che tiene conto, in maniera semplice, delle diverse esigenze della popolazione anziana e considera le attività sportive, quelle ricreative (ginnastica e ballo), lavori di casa pesanti e giardinaggio. Per ciascuna attività viene calcolato un punteggio che tiene conto del tempo (h/d, ore/giorno) dedicato all'attività o della sola partecipazione (yes/no) e del tipo di attività, più o meno intensa. Il punteggio PASE totale è ottenuto sommando i punteggi delle singole attività pesate. Sono stati definiti non eleggibili per l'analisi sull'attività fisica le persone con 65 e più anni campionate che presentavano difficoltà nel deambulare in maniera autonoma e quelli che avevano avuto bisogno dell'aiuto del proxy (un familiare o un'altra persona di fiducia regolarmente a contatto con il soggetto) per effettuare l'intervista. I dati raccolti nell'indagine 2012 del PdA ci hanno permesso di utilizzare le curve di percentili come metodo per la valutazione e descrizione del livello di attività fisica nella popolazione anziana.

Il valore mediano è pari a 93.3 (con range 1.4-397). Il punteggio PASE decresce con l'aumentare dell'età; i valori mediani della popolazione calcolati per uomini e donne sono statisticamente differenti (99 vs 90). La popolazione con 65 anni e più è molto eterogenea ed è importante tener conto delle note differenze tra uomini e donne e delle caratteristiche che si assumono con l'avanzare dell'età.

2.1.1.1 Quante sono le persone con 65 o più anni attive fisicamente?

Non esistono degli standard universalmente accettati per l'attività fisica delle persone con 65 anni e più a cui fare riferimento per stabilire, conoscendo i valori del punteggio PASE, individuale o comunitario, se la persona o la comunità in esame sia più o meno attiva fisicamente. Questo accade anche a causa della grande variabilità delle condizioni di salute degli anziani. Standardizzando i valori per genere ed età per le regioni/aziende che hanno partecipato al Passi d'Argento, si ottiene un diagramma a barre che illustra il valore della media e il relativo intervallo di confidenza.

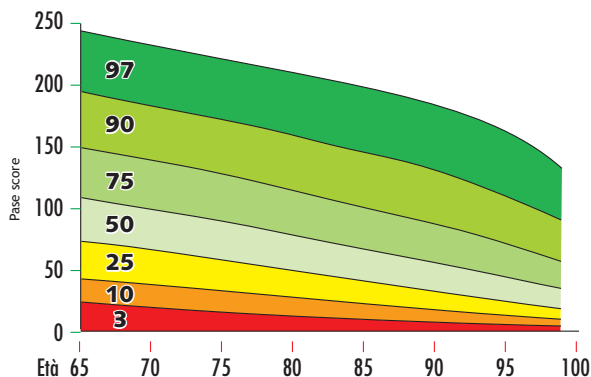




Al fine di utilizzare per l'azione i valori del PASE, si sono costruiti dei grafici che rappresentano le curve percentili dei valori PASE in funzione dell'età. A titolo di esempio, vengono mostrate le curve dei percentili PASE per l'intera popolazione italiana ultra64enne del pool di PASSI d'Argento e, di seguito, le curve percentili PASE per genere e fasce d'età. Si può notare come nelle donne il punteggio PASE diminuisca in maniera più spiccata già intorno agli 80 anni.

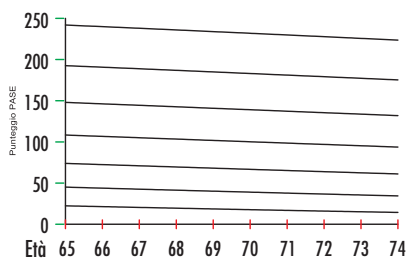
Eccole di seguito rappresentate:

Curve percentili del punteggio PASE in tutti i soggetti ultra 64enni italiani:

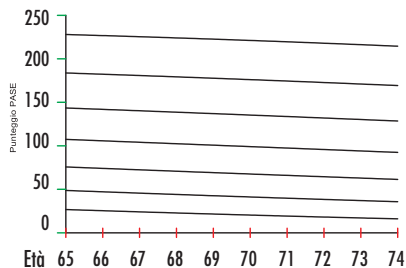


Curve percentili del punteggio PASE in soggetti ultra 64enni suddivisi per genere e classi di età:

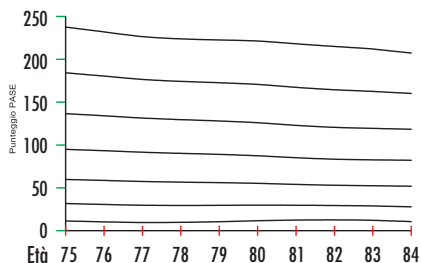
UOMINI - 65 - 74 anni



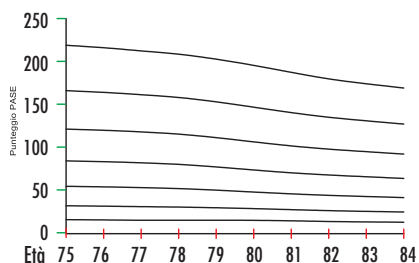
DONNE - 65 - 74 anni



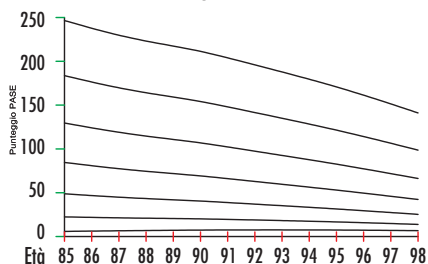
UOMINI - 75 - 84 anni



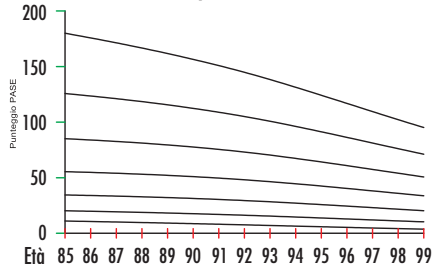
DONNE - 75 - 84 anni



UOMINI - 85 e più anni



DONNE - 85 e più anni





In mancanza di valori standard di riferimento validi universalmente, per la comprensione del livello di attività fisica delle persone si forniscono delle informazioni che, per essere usate dal punto di vista operativo, devono essere integrate con altre. Per esempio, in Liguria il 2,9% delle donne fra 65 e 74 anni ha un livello di attività fisica inferiore al 10° percentile (rispetto ai valori del pool nazionale). Questo livello di Attività Fisica è certamente basso. E' necessario tuttavia avere altre fonti di informazione che permettano di stimare se si tratta di inattività fisica modificabile per la presenza di fattori di rischio e comportamenti modificabili, e in quale misura.

La tabella seguente mostra la percentuale di persone della nostra Regione, eleggibili alle analisi sull'attività fisica, che hanno un punteggio PASE al di sotto di alcuni valori percentili selezionati (50°, 25°, 10°) rilevati sul pool nazionale.

Nella nostra regione la percentuale delle persone che si collocano sotto al 50° percentile del pool nazionale è inferiore al 50% della popolazione anziana e sono più basse del pool nazionale anche le percentuali sotto il 25° e 10° percentile nazionale; si può quindi desumere che i liguri siano meno "a rischio di sedentarietà" rispetto alle altre Regioni.

Gruppi di età	Campione di persone in Regione Liguria eleggibili* alle analisi sull'attività fisica n (%)	% di persone al di sotto della mediana del pool** nazionale (50° percentile)	% di persone al di sotto del 25° percentile del pool** nazionale	% di persone al di sotto del 10° percentile del pool** nazionale
Uomini 65-74	186	40%	17%	4,3%
Uomini 75-84	120	40%	21%	8,3%
Uomini 85 e più	26	54%	31%	15,3%
Donne 65-74	237	32%	11%	2,9%
Donne 75-84	208	32%	13%	0,5%
Donne 85 e più	56	41%	0%	0%
Totale persone con 65 anni e più	833	36%	14%	3,6%

* gli eleggibili sono le persone autonome nella deambulazione e che non hanno usufruito dell'aiuto del proxy per sostenere l'intervista

** totale dati raccolti nell'indagine PDA 2012/2013

Cosa è possibile fare con i dati inseriti nella tabella?

È possibile stimare il numero di anziani sui quali intervenire con programmi di prevenzione specifici per stimolare la pratica dell'attività fisica. È possibile quindi avere la dimensione reale del problema e quindi anche dei costi da supportare.

Scendendo dalla teoria alla pratica, nella popolazione della nostra Regione gli uomini nella classe 65-74 anni sono circa 93.000 e le donne circa 111.000.

Misuriamo la dimensione reale del problema per i differenti percentili	
	Uomini 65-74 anni
Sotto il 50° percentile	circa 37.000
Sotto il 25° percentile	circa 16.000
Sotto il 10° percentile	circa 4.000
	Donne 65-74 anni
Sotto il 50° percentile	circa 35.500
Sotto il 25° percentile	circa 12.000
Sotto il 10° percentile	circa 3.000

Quindi se vogliamo intervenire sul gruppo di anziani con età tra i 65 e i 75 anni con valori di punteggio PASE inferiori al 50° percentile e quindi con una situazione a rischio di sedentarietà sappiamo che il nostro lavoro interesserà circa 37.000 uomini e 35.500 donne. **Conoscere la dimensione del proprio target può quindi essere utile anche per avere una stima di massima relativa all'impegno in termini di risorse umane ed economiche da destinare agli interventi di promozione della salute che si vogliono attuare.**

2.1.2 Stato nutrizionale e abitudini alimentari

In ogni fase della vita lo stato nutrizionale è un importante determinante delle condizioni di salute. Nelle persone con 65 anni e più, possono manifestarsi problemi nutrizionali secondari tanto agli eccessi quanto alle carenze alimentari, entrambi in grado di provocare la comparsa di processi patologici a carico di vari organi e di favorire l'invecchiamento. In particolare, l'eccesso di peso favorisce l'insorgenza o l'aggravamento di patologie preesistenti (dismetaboliche, cardiovascolari, osteo-articolari) e influisce negativamente sulla qualità della vita della persona. La perdita di peso non intenzionale rappresenta, invece, un indicatore comunemente utilizzato per l'intercettazione della fragilità dell'anziano.

Lo stato nutrizionale si misura comunemente attraverso l'indice di massa corporea (IMC), dato dal rapporto tra il peso (in Kg) e il quadrato dell'altezza (in metri); le persone vengono classificate sottopeso (IMC < 18,5), normopeso (IMC: fra 18,5-24,9), sovrappeso (IMC: fra 25-29,9), obeso (IMC \geq 30). Poiché questo indice in PASSI d'Argento viene calcolato sui dati riferiti dall'intervistato e non misurati direttamente, non



si può assegnare una valenza assoluta alla distribuzione dello stato nutrizionale nella popolazione in studio.

Adeguate quantità di frutta e verdura assicurano un rilevante apporto di carboidrati complessi, vitamine, minerali, acidi organici, sostanze antiossidanti e di fibre che oltre a proteggere da malattie cardiovascolari e neoplastiche, migliorano la funzionalità intestinale e contribuiscono a prevenire o migliorare la gestione del diabete mellito non insulino-dipendente. Secondo stime dell'OMS complessivamente lo scarso consumo di frutta e verdura è responsabile di circa un terzo degli eventi coronarici e di circa il 10% dei casi di ictus cerebrale⁶. La soglia di 400 grammi al giorno, corrispondente a circa 5 porzioni, è la quantità minima consigliata per proteggersi da queste ed altre patologie e assicurare un rilevante apporto di nutrienti (vitamine, minerali, acidi organici) e sostanze protettive antiossidanti. Per questo motivo, in accordo con le linee guida, che raccomandano di consumare almeno 5 porzioni al giorno (five-a-day) di frutta o verdura, insalata o ortaggi, PDA misura il consumo di questi alimenti.

2.1.2.1 Qual è lo stato nutrizionale delle persone con 65 anni e più?

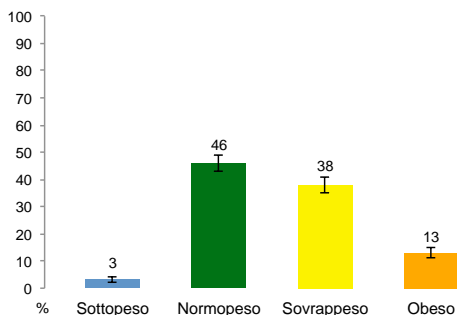
Il 46% risulta normopeso, il 38% in sovrappeso, il 13% obeso. Il 3% è sottopeso.

Le persone in eccesso ponderale, cioè quelle in sovrappeso più quelle obese, sono il 51%.

Si osserva che l'eccesso ponderale è maggiormente diffuso:

- Tra gli uomini (59% vs 45%)
- Nella fascia 65-74anni (59% vs 43% nei 75 e più)
- Tra i meno istruiti (55% vs 48%)
- Tra chi riferisce molte (58%) e qualche (56%) difficoltà economiche rispetto a chi non ne riferisce nessuna (48%)
- Nelle persone in buona salute ma a rischio di fragilità (58%) e nelle persone con disabilità (52%) rispetto a coloro che sono in buona salute ma a basso rischio (48%) e le persone con fragilità (49%)

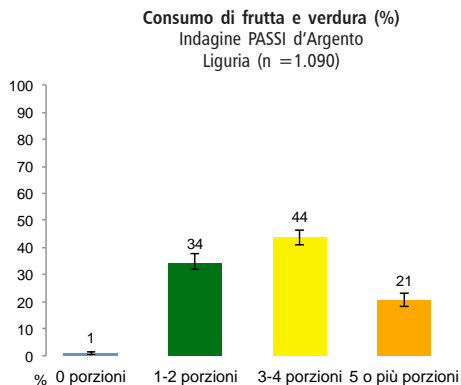
Stato nutrizionale (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 1.046)



6 WHO: The Atlas of Heart Disease and Stroke http://www.who.int/cardiovascular_diseases/en/cvd_atlas_03_risk_factors.pdf?ua=1

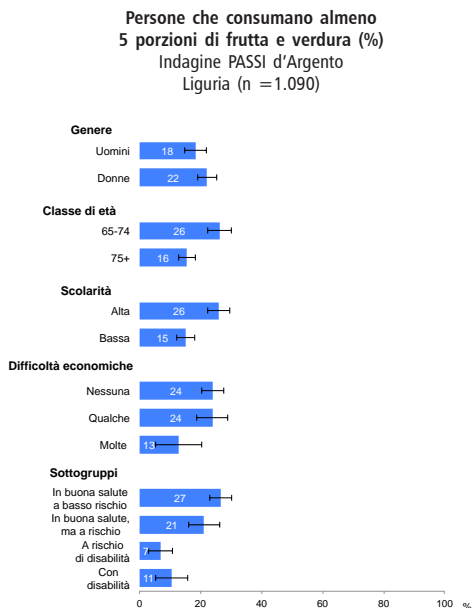
2.1.2.2 Quante porzioni di frutta e verdura al giorno consumano le persone con 65 anni e più?

- Tra le persone con 65 anni e più il 35% consuma poca frutta e verdura (34%) o non ne consuma affatto (1%)
- Coloro che consumano almeno le 5 porzioni di frutta e verdura raccomandate al giorno ("five a day") sono il 21%.



2.1.2.3 Quali sono le caratteristiche delle persone che consumano almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno?

- L'abitudine di mangiare almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno è più frequente tra le donne (22% vs 18%) e tra le persone con 65-74 anni (26% vs 16%)
- E' inoltre sicuramente collegato ad altri fattori socio-economici quali la scolarità (alta 26% vs bassa 15%) e le difficoltà economiche (nessuna/qualche 24% vs molte 13%)
- Anche tra le persone con rischio di disabilità e con disabilità il consumo delle 5 porzioni quotidiane è molto ridotto (rispettivamente 7% e 11%) rispetto a chi gode di buona salute (27%).





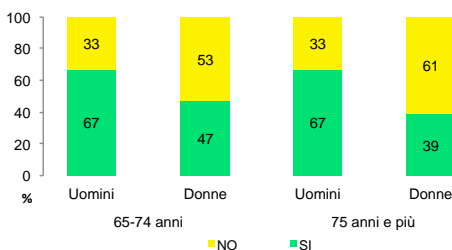
2.1.3 Consumo di alcol

Il consumo di alcol può avere conseguenze sfavorevoli per la salute in tutte le età. La fascia di popolazione con 65 anni e più è ad elevata vulnerabilità rispetto all'alcol: con l'età, infatti, la sensibilità agli effetti dell'alcol aumenta in conseguenza del mutamento fisiologico e metabolico dell'organismo. A partire dai 50 anni circa la quantità d'acqua presente nell'organismo diminuisce e l'alcol viene dunque diluito in una quantità minore di liquido. Questo significa che, a parità di alcol ingerito, il tasso alcolemico risulta più elevato e gli effetti sono più marcati. A questo fenomeno si aggiunge il ridotto funzionamento di alcuni organi come il fegato ed i reni, che non riescono più a svolgere pienamente la funzione di inattivare l'azione tossica dell'alcol e permetterne l'eliminazione dall'organismo. Si deve anche considerare che le persone anziane soffrono spesso di problemi di equilibrio, dovuti all'indebolimento della muscolatura, nonché di una ridotta mobilità. Il consumo di alcol può quindi aggravare la situazione, facilitando le cadute e le fratture. A tutto ciò si deve aggiungere che l'alcol interferisce con l'uso dei farmaci che le persone anziane, molto spesso, assumono quotidianamente. Pertanto, in età avanzata, anche un consumo moderato di alcol può causare problemi di salute. Le Linee Guida dell'INRAN (Istituto Nazionale per la Ricerca sugli Alimenti e la Nutrizione), in accordo con le indicazioni dell'OMS, consigliano agli anziani di non superare il limite di 12 g di alcol al giorno, pari ad 1 Unità Alcolica (330 ml di birra, 125 ml di vino o 40 ml di un superalcolico) senza distinzioni tra uomini e donne. Nell'indagine PASSI d'Argento è stata stimata la prevalenza dei consumatori di alcol e in particolare il numero di persone che bevono più di un'unità alcolica corrispondente a una lattina di birra o un bicchiere di vino o un bicchierino di liquore al giorno. Infine è stato stimato il numero di persone che hanno ricevuto il consiglio di ridurre il consumo di alcol da parte di un operatore sanitario.

2.1.3.1 Distribuzione del consumo di alcol per età e sesso

- Il 52% delle persone anziane consuma alcolici
- Il consumo è maggiore negli uomini rispetto alle donne (67% vs 42%)
- Considerando l'età, la percentuale dei consumatori passa da 56% nella classe di età 65-74 anni a 49% in quella delle persone con 75 anni e più.

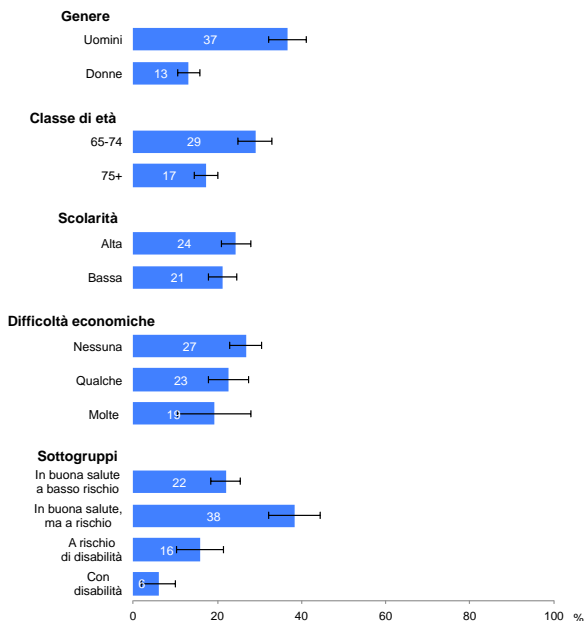
Consumo di alcol (si/no) per genere e classi di età (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 451uomini e 646 donne)



2.1.3.2 Quante persone con 65 anni e più sono bevitori a rischio, ovvero consumano più di una unità alcolica al giorno? E quali sono le loro caratteristiche?

- Il 22,9% degli intervistati è un bevitore a rischio, ovvero consuma più di una unità alcolica al giorno
- Si tratta di un'abitudine più frequente negli uomini (37% vs 13%) e tra le persone con 65-74 anni (29% vs 17%)
- Essere bevitori a rischio è più frequente tra coloro che hanno un grado di istruzione più alto (24% vs 21%), e nei soggetti che non hanno difficoltà economiche
- Il 38% delle persone in buone condizioni, ma a rischio, consuma alcol.

Consumatori di più di un'unità alcolica al giorno* (%)
 Indagine PASSI d'Argento
 Liguria (n = 1.097)
 Totale = 22,9% (IC95% 20,4 – 25,3)



* Le persone con 65 anni e più che consumano più di un'unità alcolica al giorno sono definite a rischio.



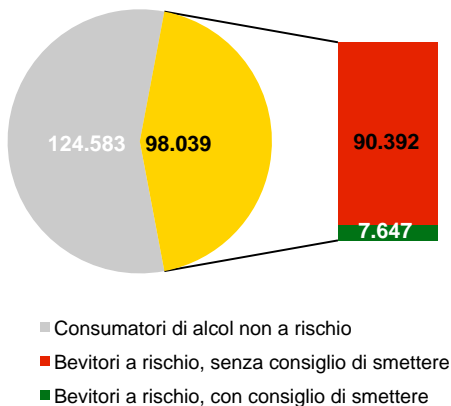


2.1.3.3 Quante persone hanno ricevuto il consiglio di ridurre il consumo di alcol da parte di un operatore sanitario?

Riferendo la nostra osservazione alla popolazione della Liguria si rileva che:

- Il totale delle persone con 65 anni e più che consumano alcol è di 222.622 persone (52% degli intervistati)
- Tra questi 98.039 (44%) sono consumatori a rischio
- Tra i 98.039 consumatori a rischio vi sono 7.647 consumatori a rischio (8%) che hanno ricevuto il consiglio di smettere di bere da parte di un medico o di un operatore sanitario; 90.392 consumatori a rischio (92% dei 98.039), invece, non hanno ricevuto consiglio di smettere di bere da parte di un medico o di un operatore sanitario.

Consumatori di alcol a rischio * con e senza consiglio di smettere di bere (proiezione in numeri assoluti)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n =573)



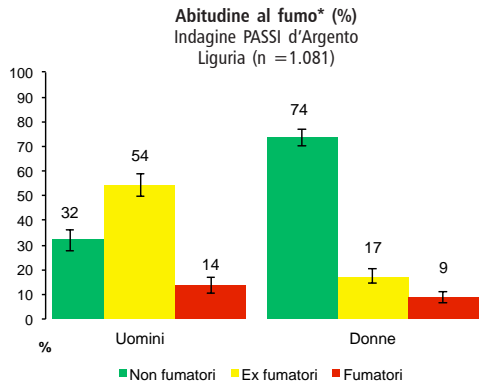
* Le persone con 65 anni e più che consumano più di un'unità alcolica al giorno sono definite a rischio.

2.1.4 Abitudine al fumo

Il fumo di tabacco costituisce uno dei principali fattori di rischio per l'insorgenza di numerose patologie cronico-degenerative, soprattutto a carico dell'apparato respiratorio e cardiovascolare; rappresenta inoltre il maggior fattore di rischio evitabile di morte precoce, a cui gli esperti attribuiscono circa il 12% degli anni di vita in buona salute persi a causa di morte precoce e disabilità (DALY - disability-adjusted life year). Il fumo fa male a tutte le età, ma le conseguenze negative del fumo aumentano con l'aumentare dell'età; le principali cause di mortalità correlate al fumo nelle persone con 60 anni e più sono il tumore del polmone e la broncopneumopatia cronica ostruttiva.

2.1.4.1 Come è distribuita l'abitudine al fumo?

- Le persone con 65 anni e più che fumano sono l'11%; circa il 57% fuma più di 10 sigarette al giorno: "forti fumatori"
- Il 33% ha fumato almeno cento sigarette, ma ha smesso
- Le persone con 65 anni e più che non hanno mai fumato sono il 56%
- Analizzando la distribuzione dell'abitudine al fumo divisa nei due sessi risulta che fuma il 14% degli uomini rispetto al 9% delle donne.



* Fumatore: soggetto che dichiara di aver fumato più di 100 sigarette nella sua vita e di fumare al momento

** Ex fumatore: soggetto che dichiara di aver fumato più di 100 sigarette nella sua vita e di non fumare al momento

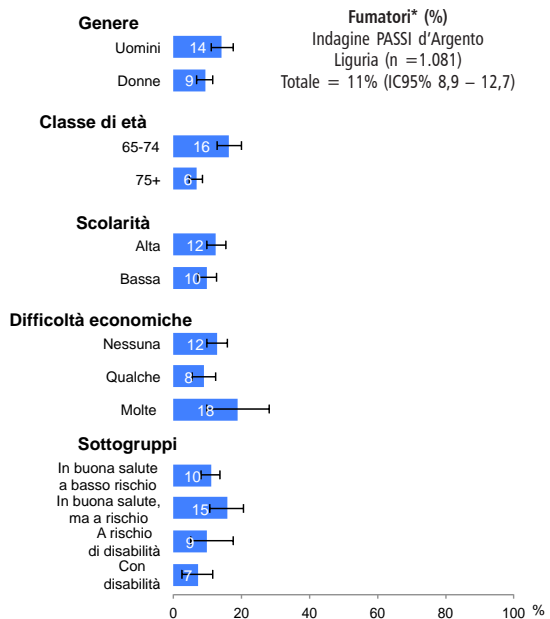
*** Non fumatore: soggetto che dichiara di aver fumato meno di 100 sigarette nella sua vita e non fuma al momento

2.1.4.2 Quali sono le caratteristiche dei fumatori ultra 65enni?

L'11% delle persone con 65 anni e più è un fumatore.

Essere fumatori è più frequente tra:

- gli uomini
- i 65-74enni
- le persone che hanno molte difficoltà economiche
- le persone in buone condizioni, ma a rischio.



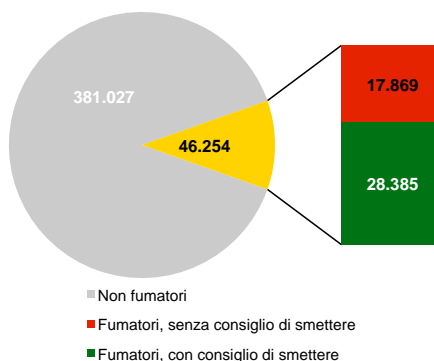
* Fumatore: soggetto che dichiara di aver fumato più di 100 sigarette nella sua vita e di fumare al momento.

2.1.4.3 Quanti fumatori hanno ricevuto il consiglio di smettere di fumare da parte di un operatore sanitario?

Riferendo la nostra osservazione alla popolazione della Liguria si rileva che:

- Il totale dei fumatori tra le persone con 65 anni e più è di 46.254 persone (11% degli intervistati)
- Tra i 46.254 fumatori: 28.385 (61%) hanno ricevuto il consiglio di smettere di fumare da parte di un medico o di un operatore sanitario
- Non hanno ricevuto il consiglio di smettere di fumare i restanti 17.869 fumatori (39%)
- Tra le 16 persone intervistate che hanno smesso di fumare da meno di 12 mesi, 10 (61%) dichiarano di aver ricevuto il consiglio di smettere di fumare da parte di un medico.

Fumatori* con e senza consiglio di smettere di fumare
(proiezione in numeri assoluti)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n =110)



* Fumatore: soggetto che dichiara di aver fumato più di 100 sigarette nella sua vita e di fumare al momento.



2.2 IPERTENSIONE ARTERIOSA

L'ipertensione arteriosa è uno dei principali fattori di rischio per lo sviluppo di patologia cardio e cerebrovascolare e, di conseguenza, è associata ad elevati tassi di mortalità, morbilità e disabilità. Il rischio aumenta progressivamente al crescere dell'età. Particolarmente frequente nelle persone con 65 anni e più, ed anzi caratteristica di questa fascia di età, è l'ipertensione sistolica isolata, che tradizionalmente è definita dall'associazione di una pressione arteriosa sistolica superiore a 159 mmHg con diastolica inferiore a 90 mmHg. La sua prevalenza cresce all'aumentare dell'età, dallo 0,8% a 50 anni fino al 23,6% all'età di 80 anni. È ormai definitivamente accertato che anche l'ipertensione sistolica isolata, non meno di quella sisto-diastolica, aumenta il rischio cardiovascolare. Per entrambe le forme, studi clinici randomizzati hanno dimostrato l'efficacia del trattamento antipertensivo nel ridurre la mortalità e la morbilità attribuibili all'ipertensione. Il trattamento non farmacologico dell'ipertensione arteriosa si basa sull'adozione di misure comportamentali quali: la dieta, l'esercizio fisico moderato, l'eventuale cessazione dell'abitudine al fumo e la riduzione del consumo di alcolici.

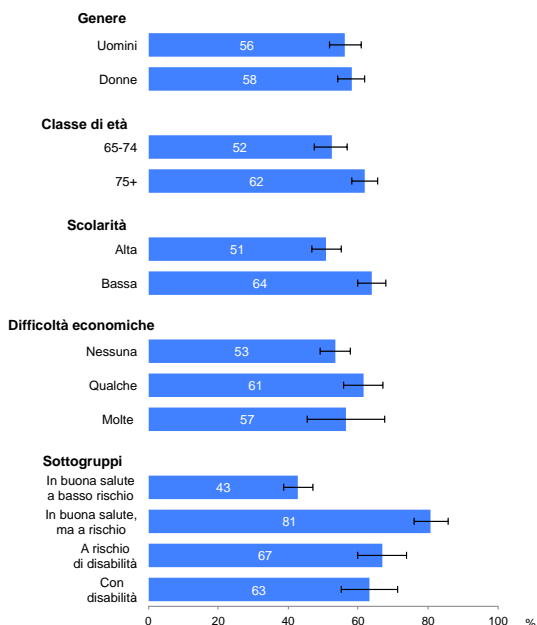
2.2.1 Quali sono le caratteristiche delle persone che soffrono di ipertensione?

Nella nostra Regione il 57% degli intervistati riferisce di soffrire di ipertensione.

Non si rilevano differenze per i sessi, tuttavia l'ipertensione è più frequente tra le persone:

- con 75 anni e più
- con livello di istruzione basso
- che hanno qualche/molte difficoltà economiche
- in buona salute ma a rischio di fragilità e in quelle a rischio di disabilità.

Persones con ipertensione (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 1.098)
Totale = 57,3% (IC95% 54,4 - 60,2)



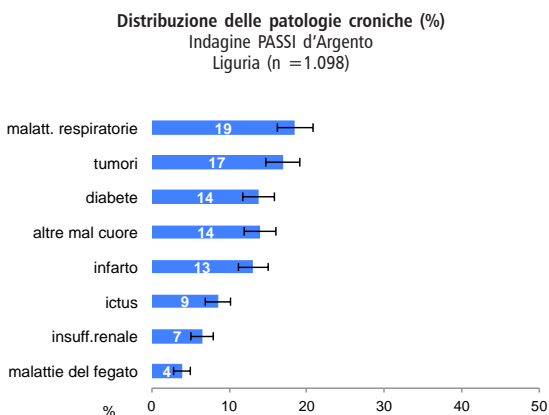


2.3 PREVALENZA DELLE MALATTIE CRONICHE NON TRASMISSIBILI

L'invecchiamento della popolazione è accompagnato da un aumento del carico delle malattie cronico degenerative, come quelle cerebro-cardiovascolari, il diabete, la malattia di Alzheimer e altre patologie neurodegenerative, tumori, malattie polmonari croniche ostruttive e problemi muscoloscheletrici. Con l'avanzare dell'età è sempre più frequente la presenza di comorbidità, ovvero la coesistenza nello stesso individuo di 2 o più patologie croniche. Nella maggior parte dei casi si tratta di malattie croniche, per le quali tuttavia esistono misure di prevenzione efficaci in grado di prevenirle o ridurre la disabilità ad esse associata. La sostenibilità del sistema assistenziale socio-sanitario richiede, pertanto, che vengano implementate misure di prevenzione e promozione della salute volte a contenere, per quanto possibile, l'insorgenza delle patologie croniche legate all'invecchiamento o, quantomeno, gli esiti disabilitanti.

2.3.1 Qual è la prevalenza di patologie croniche nella popolazione con 65 anni e più?

- il 9% riferisce di essere affetto da 3 o più patologie croniche
- Il 56% riferisce di aver ricevuto diagnosi di almeno 1 patologia cronica
- il 44% riferisce di non avere alcuna patologia cronica di rilievo



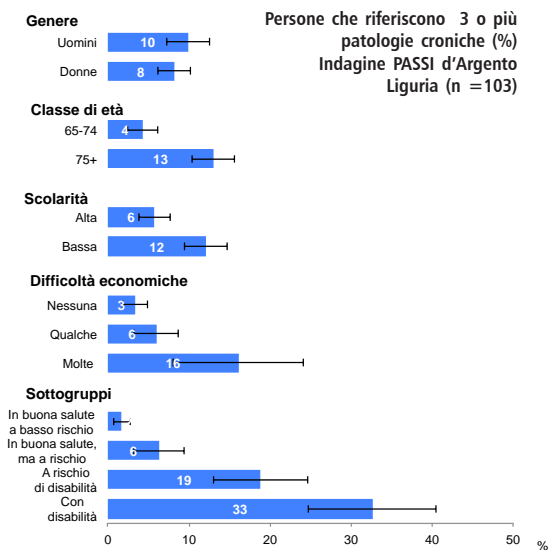
2.3.2 Quali sono le caratteristiche delle persone che riferiscono 3 o più patologie croniche?

La percentuale di persone con 3 o più patologie croniche è leggermente più elevata tra gli uomini (10% vs 8%) e molto più elevata tra le persone con 75 anni e più (13% vs 4%).

- Avere tre o più patologie croniche è più frequente tra le persone:

- con livello di istruzione basso
- che hanno molte difficoltà economiche
- in buona salute ma a rischio di fragilità rispetto a quelle in buona salute e a basso rischio (6% vs 2%) e, ovviamente, tra quelle a rischio di disabilità e con disabilità.

- La quasi totalità (99%) delle persone con 3 o più patologie croniche fa uso di farmaci (vs l'84% delle persone che non hanno patologie croniche di rilievo considerate in PASSI d'Argento).



2.3.3 Il diabete in Liguria

Per effettuare un approfondimento sul tema delle patologie croniche in Liguria, si è deciso di dedicare un modulo aggiuntivo alla raccolta di informazioni sul diabete, che fosse in grado di fornire elementi essenziali per programmare, monitorare e valutare la gestione di tale patologia ed il contrasto delle sue complicanze.

Il diabete mellito⁷ è una patologia a forte impatto sulle condizioni di salute della popolazione e un costo socio-economico molto elevato⁸. Particolarmente frequenti e gravi sono le complicanze cardiovascolari.

Mentre il diabete di tipo 1 (insulino-dipendente) colpisce prevalentemente le persone giovani, il tipo 2 (molto più diffuso) compare prevalentemente in età adulta ed è correlato sia a fattori socio-economici (reddito, livello di istruzione) sia a fattori compor-

tamentali individuali, come sedentarietà ed eccesso di peso. Infatti, l'insorgenza della malattia può essere spesso prevenuta e il suo decorso meglio controllato con l'attività fisica e una dieta adeguata⁹.

Le linee guida per l'assistenza ai diabetici¹⁰ suggeriscono un monitoraggio attivo e un trattamento aggressivo dei fattori di rischio che frequentemente si trovano associati al diabete, come ipertensione e ipercolesterolemia.

L'appropriatezza delle cure può essere migliorata con un approccio integrato alla gestione dei percorsi diagnostici e terapeutici (disease management)¹¹. Per favorire in tutte le Regioni la riorganizzazione dell'assistenza ai diabetici secondo questo modello, è stato avviato – per iniziativa del Centro nazionale per la prevenzione ed il controllo delle malattie (Ccm) – il progetto Igea, coordinato dall'Istituto Superiore di Sanità.

Inoltre molte regioni si sono dotate di strumenti normativi corredati da procedure dettagliate per la gestione integrata delle malattie croniche ad impatto epidemiologicamente più rilevante (diabete, scompenso cardiocircolatorio e BroncoPneumopatia Cronica Ostruttiva), secondo i modelli del Chronic Care Model e dell'Expanded Chronic Care Model.

In particolare in Liguria sono state emanate: la DGR n°518 del 4 Maggio 2012¹², la Determina di Ars Liguria n°57 del 12 Settembre 2012¹³ e la DGR n°1717 del 27 Dicembre 2013¹⁴, che hanno posto le basi per la gestione integrata di queste patologie ed esplicitato nei dettagli le procedure organizzative.

7 Progetto Igea. Che cos'è il diabete (<http://www.epicentro.iss.it/igea/diabete/diabete.asp>)

8 International Diabetes Federation. Health Economics (<http://www.idf.org/health-economics>)

9 International Diabetes Federation. Prevention (<http://www.idf.org/prevention>)

10 Progetto Igea. Linee guida e raccomandazioni (http://www.epicentro.iss.it/igea/documenti/linee_guida.asp)

11 Task Force on Community Preventive Services. Strategie per ridurre morbidità e mortalità da diabete attraverso interventi del sistema sanitario e l'educazione all'autogestione della malattia in contesti comunitari Epidemiologia & Prevenzione, supplemento (4), luglio-agosto 2002 (http://www.epicentro.iss.it/igea/pdf/TaskforceDiabete_EP.pdf)

12 http://www.arsliguria.it/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=705&Itemid=293

13 http://www.arsliguria.it/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=372&Itemid=240

14 <http://iterg.regione.liguria.it/Documenti.asp?comando=Ricerca&AnnoProc=2013 &NumProc=8288&Emanante=>

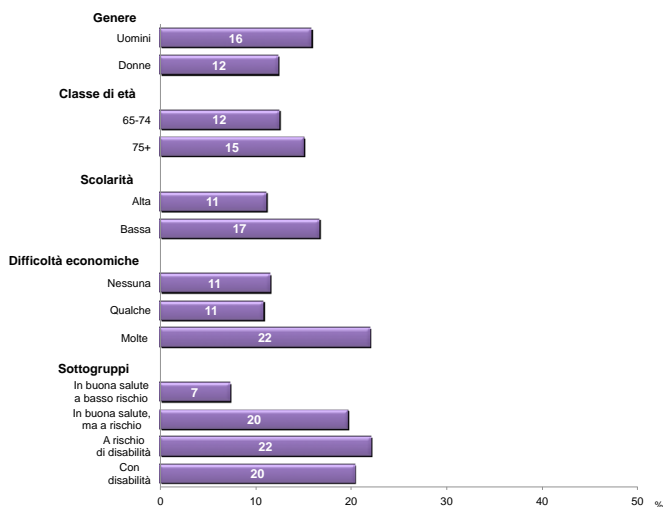


2.3.3.1 Caratteristiche delle persone diabetiche

Il 13,8% degli ultra 64enni liguri riferisce di aver ricevuto diagnosi di diabete.

- Questa percentuale è maggiore tra gli uomini, le persone con più di 75 anni, le persone con molte difficoltà economiche e nei 3 sottogruppi “in buona salute ma a rischio di fragilità”, “a rischio di disabilità” e con disabilità”
- Il preoccupante aumento della frequenza di diabete nei soggetti meno istruiti e con maggiori difficoltà economiche conduce ad una riflessione sulla disuguaglianza sociale su cui poggia il diabete stesso; in questo senso la strategia di gestione integrata della malattia ha il duplice scopo di prevenire le complicanze e contrastare le disuguaglianze sociali.

Diabetici
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n=1.099)
Totale: 13,8 (IC95% 11,7-15,8)



2.3.3.2 Fattori di rischio per la salute

Le raccomandazioni per ridurre l'incidenza delle complicanze negli adulti con diabete mellito tipo 2, in un modello di gestione intergrata della malattia, prevedono:

NEGLI ADULTI CON: DIABETE MELLITO TIPO 2 E RACCOMANDATO	GRADING		FREQUENZA DI RILEVAZIONE
	Forza	PARAMETRI DI MONITORAGGIO	
Il trattamento intensivo mirato ad ottimizzare i valori di HbA1c	Raccomandazione forte	Misurazione di HbA1c	Ogni 3-4 mesi (semestrale in presenza di un buon controllo)
		Misurazione della microalbuminuria	Annuale
La riduzione della colesterolemia	Raccomandazione forte	Misurazione di: <ul style="list-style-type: none"> • colesterolemia totale • colesterolo HDL • colesterolo LDL calcolato • trigliceridemia 	Annuale
La riduzione della pressione arteriosa	Raccomandazione forte	Misurazione della pressione arteriosa	Ogni 3-4 mesi
La valutazione del piede e l'educazione del paziente	Raccomandazione forte	Esame obiettivo del piede e stratificazione del rischio	Annuale
L'esame del fondo oculare	Raccomandazione forte	Esame del fondo oculare	Alla diagnosi e almeno ogni due anni (più frequentemente in presenza di retinopatia)
La modifica degli stili di vita, adottare una alimentazione corretta, fare un regolare esercizio fisico	Raccomandazione forte	Misurazione di: <ul style="list-style-type: none"> • circonferenza vita • peso 	Semestrale

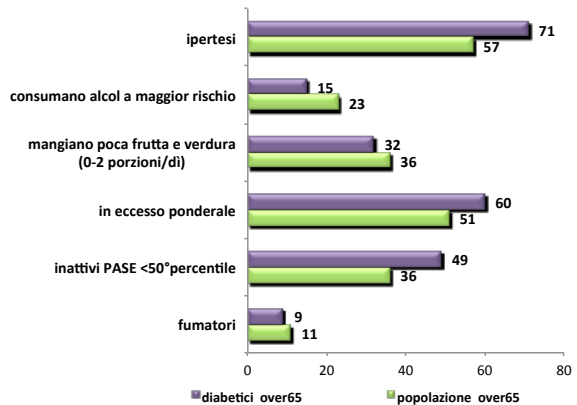
Nelle persone con diabete è consigliato, inoltre, un moderato apporto di alcol e la disassuefazione dal fumo

Tratto e modificato da: Progetto Igea "Gestione integrata del diabete di tipo 2 nell'adulto – Documento di indirizzo"

Nella popolazione diabetica ligure over 65 risulta che:

- il 71% è iperteso
- il 32% consuma poca frutta e verdura e solo il 17% aderisce alle raccomandazioni che prevedono, in una dieta sana ed equilibrata, l'assunzione di 5 porzioni al giorno di frutta e verdura
- il 60% è in eccesso ponderale (37,4% sovrappeso e 22,3% obeso)
- quasi la metà non è attiva fisicamente (49%).

Confronto fra diabetici e popolazione generale
Frequenza dei principali fattori di rischio per la salute
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n=1.099)

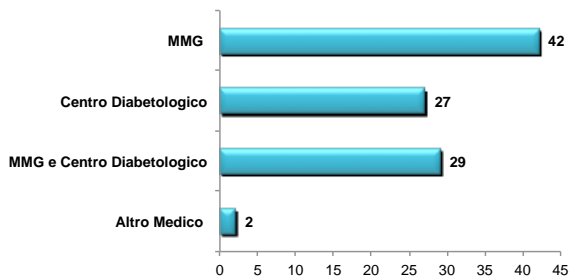


Dati livemente "migliori", rispetto alla popolazione di pari età non diabetica, si riscontrano nell'abitudine al fumo (9%) e nel consumo di alcol a rischio (15%).

2.3.3.3 L'assistenza alle persone diabetiche

- La maggior parte degli anziani diabetici liguri (42%) è seguita solo dal proprio medico di fiducia, presso il quale si reca mediamente 1 volta l'anno
- Il 29% è seguito sia dal centro diabetologico che dal proprio medico
- Il 27% è seguito soltanto dal centro diabetologico con una frequenza inferiore ad 1 volta l'anno
- Il 2% sceglie di essere seguito da altri specialisti.

Da chi sono seguiti
i diabetici ultra 64enni (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n=153)

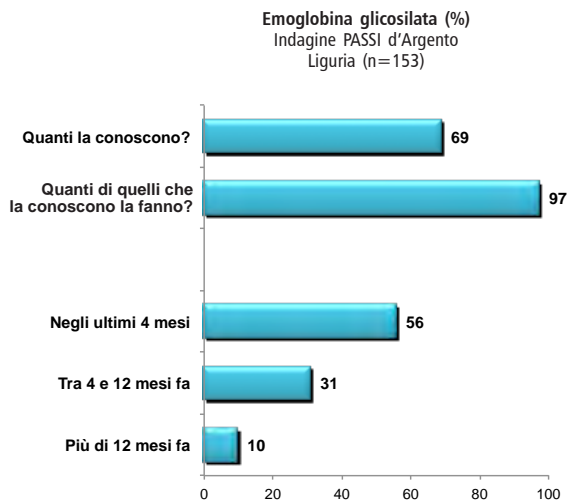




2.3.3.4 L'emoglobina glicosilata HbA1c

Tra le raccomandazioni per la riduzione dell'incidenza delle complicanze del diabete di tipo 2, ritroviamo l'ottimizzazione dei valori di HbA1c.

- Nella nostra popolazione diabetica ne è stata riscontrata una buona conoscenza (il 69% la conosce) e, tra chi la conosce, la quasi totalità (97%) l'ha misurata
- Inoltre, oltre la metà (56%) dei diabetici ultra 64enni ha eseguito l'esame negli ultimi 4 mesi (come raccomandato), il 31% tra 4 e 12 mesi fa e solo il 10% riferisce di averlo eseguito più di 12 mesi prima dell'intervista.

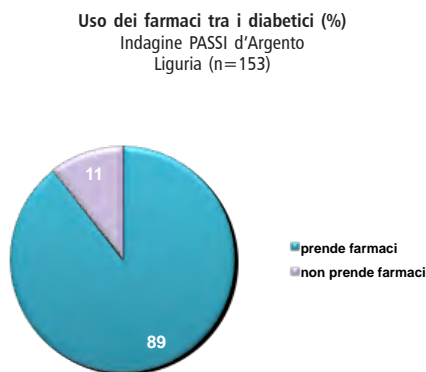


2.3.3.5 L'uso dei farmaci

L'89% dei diabetici liguri assume farmaci per tenere sotto controllo il diabete.

Il restante 11% riferisce di non assumerne.

Questa quota comprende le persone che scelgono di non curarsi e la popolazione che riesce a mantenere sotto controllo tale patologia con un corretto stile di vita.



2.4 PROBLEMI DI VISTA, UDITO E MASTICAZIONE

Le disabilità percettive legate a vista e udito condizionano le capacità di comunicazione della persona con 65 anni e più, peggiorando notevolmente la qualità di vita ed inducendo problematiche connesse all'isolamento e alla depressione. I problemi di vista costituiscono, inoltre, un importante fattore di rischio per le cadute. Per quanto riguarda la salute orale, questa costituisce, in ogni fase della vita, un aspetto importante per la salute complessiva della persona. Con il progredire dell'età, le difficoltà di masticazione possono determinare carenze nutrizionali e perdita non intenzionale del peso con effetti particolarmente gravi specie tra le persone fragili e con disabilità. I problemi masticatori influenzano inoltre la qualità della vita della persona con 65 anni e più, incidendo sul suo benessere sociale e psicologico.





2.4.1 PROBLEMI DI VISTA

L'OMS stima che a livello mondiale circa il 65% delle persone affette da patologie oculari siano ultracinquantenni e la percentuale è destinata ad aumentare con l'invecchiamento della popolazione (WHO 2011), pregiudicando l'autonomia delle persone più anziane ed esponendole a un maggior rischio di cadute accidentali. Glaucoma, degenerazione maculare senile, retinopatia diabetica e cataratta costituiscono, secondo il National Eye Institute, le principali patologie oculari correlate all'età (NIH, 2004). La maggior parte di queste patologie sono prevenibili, ma per questo e per potenziare i servizi di riabilitazione in favore di chi è affetto da deficit visivo, è di fondamentale importanza una strategia di salute pubblica che contempli la sorveglianza, l'educazione sanitaria della popolazione, il coordinamento degli screening, la diagnosi e la terapia. Il sistema PASSI d'Argento permette di stimare la proporzione di anziani con problemi di vista e di fare confronti a livello nazionale e soprattutto locale (Asl e Regioni). Nell'indagine 2012-2013 condotta nella nostra Regione l'11% (IC 95% 9,5% – 13,1%) delle persone con 65 anni e più ha riferito di avere problemi di vista, in particolare di non vedere da vicino anche usando gli occhiali.

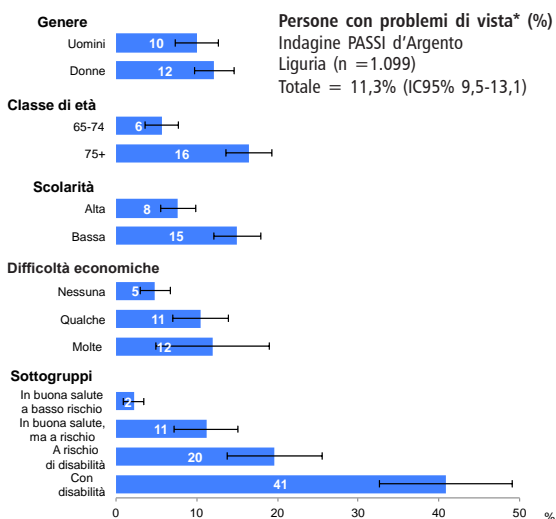
2.4.1.1 Quali sono le caratteristiche delle persone che hanno problemi di vista?

Come detto sopra gli anziani liguri che riferiscono di avere problemi di vista, indipendentemente dall'uso degli occhiali, sono l'11%.

I problemi di vista sono più frequenti tra le persone:

- con più di 75 anni
- di sesso femminile
- con livello di istruzione basso
- che riferiscono di avere delle difficoltà economiche
- a rischio di fragilità, a rischio di disabilità e con disabilità.

I problemi di vista sono più frequenti tra coloro che hanno riferito di essere caduti negli ultimi 30 giorni, rispetto a quelli che non sono caduti (rispettivamente il 20% vs il 10%).



* Le persone con 65 anni e più che dichiarano di vedere male (con l'esclusione di coloro che vedono bene solo con gli occhiali).

2.4.2 PROBLEMI DI UDITO

La riduzione della capacità uditiva è un fenomeno comune nell'invecchiamento e viene definita presbiacusia. Si stima che circa il 30-35 % della popolazione compresa nella fascia di età 65 – 75 anni sia affetta da presbiacusia e la percentuale sale al 50% per le persone con 75 anni e più.

La presbiacusia è un fenomeno progressivo, bilaterale e il più delle volte silente, del quale gli individui non sono spesso consapevoli, mentre il problema non sfugge a conviventi e conoscenti. Numerose classi di farmaci, tra cui diuretici, antibiotici e anti-infiammatori, sono responsabili di danni a carico dell'apparato uditivo, specie in presenza di una ridotta funzionalità renale, come è frequente nelle persone più anziane. La riduzione dell'udito e le conseguenti difficoltà a comunicare con gli altri si ripercuotono negativamente sulla vita fisica, emotiva e sociale della persona, che presenta con maggior frequenza segni di depressione, insoddisfazione della vita e un minore coinvolgimento nelle attività sociali. La presbiacusia si associa anche a un aumentato rischio di cadute, con la possibile conseguente frattura del femore, una delle principali cause di disabilità nell'anziano. La diagnosi della presbiacusia, semplice e poco dispendiosa, ed il suo trattamento rappresentano, quindi, una importante priorità di salute pubblica. In particolare risulta di grande rilevanza per l'anziano l'accesso ai servizi diagnostici audiologici, ai fini della prevenzione delle complicanze che questo deficit sensoriale può comportare.

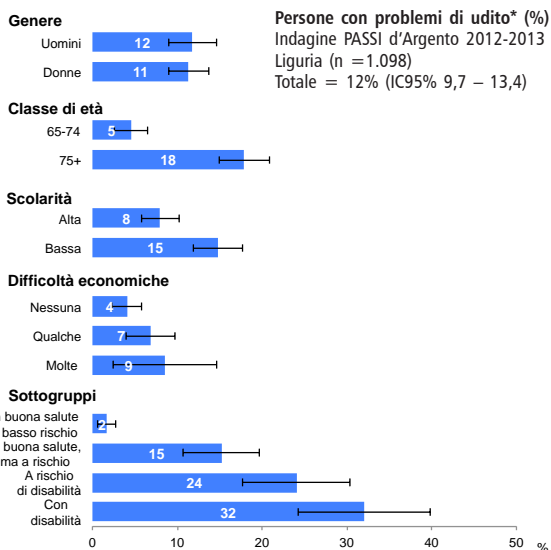
2.4.2 Quali sono le caratteristiche delle persone che hanno problemi di udito?

Il 12% delle persone con 65 anni e più riferisce di avere problemi di udito, indipendentemente dall'utilizzo di protesi acustiche.

I problemi di udito sono più frequenti fra:

- le persone con 75 anni e oltre
- le persone con livello di istruzione basso
- le persone a rischio di fragilità, a rischio di disabilità e con disabilità.

I problemi di udito sono più frequenti tra le persone che si trovano in una condizione di isolamento sociale rispetto a chi invece è più integrato e partecipa alla vita sociale, 22% vs 9%.



* Le persone con 65 anni e più che dichiarano di sentire male (con l'esclusione di coloro che sentono bene solo con apparecchi acustici).



2.4.3 PROBLEMI DI MASTICAZIONE

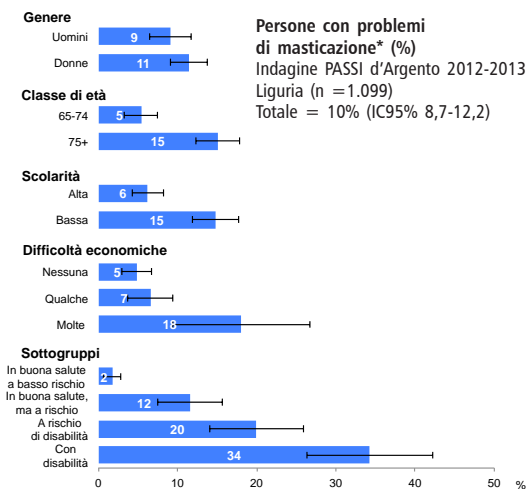
Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, nei paesi a Sviluppo Avanzato, i problemi di salute orale sono il quarto disturbo più costoso. Le persone più anziane molto spesso non ricevono adeguati trattamenti per mancanza di consapevolezza, difficoltà di accesso ai servizi, ma anche per l'idea sbagliata che gli anziani non possano giovare di misure preventive e di interventi di educazione alla salute orale. I problemi di salute orale delle persone con 65 anni e più non sono solo legati alla cattiva masticazione e alla perdita dei denti, includono anche problematiche quali la xerostomia, nota anche come secchezza delle fauci, molto spesso collegata all'assunzione prolungata di farmaci o a patologie tumorali del cavo orale, riconducibili all'abitudine al fumo e al consumo eccessivo di alcol. Le difficoltà di masticazione possono limitare l'assunzione di importanti alimenti più difficili da masticare, determinando talvolta problemi di malnutrizione e anche perdita di peso. Infine, la mancanza di denti o comunque una dentatura compromessa può determinare anche forme di disagio psicologico con fenomeni di isolamento sociale e perdita di stima. Esistono cure efficaci per i problemi di salute orale. Inoltre, è stata dimostrata l'utilità e l'efficacia di interventi di promozione della salute orale. La prevenzione dei problemi di masticazione favorisce il miglioramento della qualità della vita ed è particolarmente importante per gli anziani più fragili o disabili in quanto previene problemi di salute collegati alla malnutrizione e alla perdita di peso. Alcuni fattori di rischio comportamentali come l'abitudine al fumo e il consumo di alcol sono associati a gravi patologie come il cancro del cavo orale.

2.4.3.1 Quali sono le caratteristiche delle persone che hanno problemi di masticazione?

Il 10% delle persone con 65 anni e più riferisce di avere problemi di masticazione, indipendentemente dall'uso della dentiera.

I problemi di masticazione sono più frequenti fra:

- le donne
- le persone con più di 75 anni
- le persone con livello di istruzione basso
- le persone che hanno molte difficoltà economiche
- le persone a rischio di fragilità, a rischio di disabilità e con disabilità.



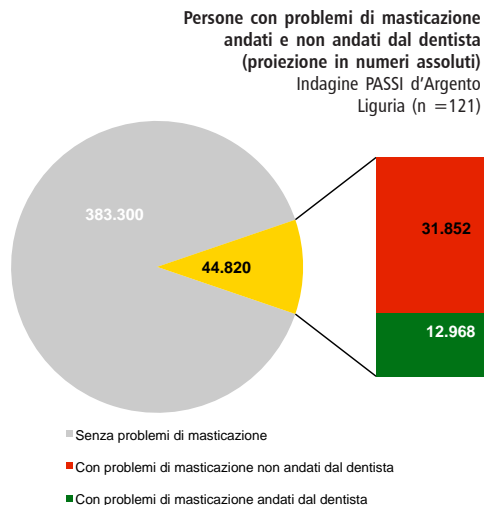
*Le persone con 65 anni e più che dichiarano di sentire male (con l'esclusione di coloro che masticano bene solo se usano la dentiera).

I problemi di masticazione sono più frequenti tra le persone che hanno dichiarato di aver perso peso negli ultimi 12 mesi (il 15% vs il 9% tra coloro che non hanno perso peso).

2.4.3.2 Quante persone con 65 anni e più sono state dal dentista almeno una volta nell'ultimo anno?

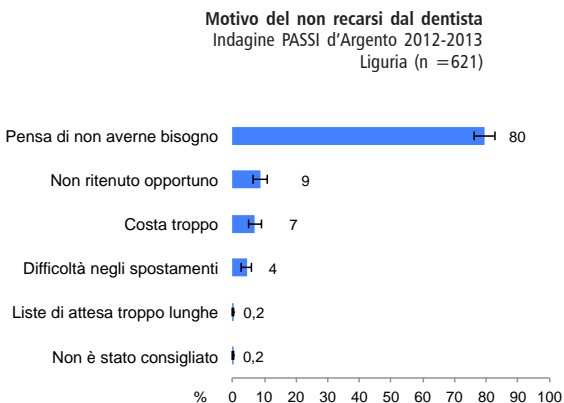
Riferendo la nostra osservazione alla popolazione ligure si rileva che:

- Il totale delle persone con 65 anni e più con problemi di masticazione è di 44.820 persone (10% degli intervistati)
- Tra le 44.820 persone con problemi di masticazione 31.852 (71%) non si sono recate dal dentista nell'ultimo anno.



2.4.3.3 Perché le persone non si recano dal dentista?

- Sostanzialmente i nostri anziani non si recano dal dentista perché pensano di non averne bisogno (80% di chi non è andato dal dentista), sottovalutando l'essenziale ruolo, per la sua salute, della verifica del cavo orale per continuare a mantenere nel tempo una buona masticazione
- L'11% rileva difficoltà oggettive: costa troppo (7%) o è difficilmente accessibile (4%).





2.5 CADUTE

Ogni anno si verificano in Italia fra i tre e i quattro milioni di incidenti domestici. Si tratta di un fenomeno che colpisce prevalentemente le persone con 65 anni e più, con conseguenze rilevanti in termini di ricoveri, disabilità e mortalità. Tra gli incidenti domestici, le cadute rappresentano la voce più importante. Il problema è particolarmente rilevante non solo per la frequenza e per le conseguenze di ordine traumatico, ma anche per le ripercussioni sul benessere psicologico della persona: anche la sola insicurezza legata alla paura di cadere può determinare una riduzione delle attività quotidiane e dei rapporti interpersonali con progressivo isolamento sociale.

Rispetto alle cause delle cadute, occorre considerare fattori di rischio intrinseci ed estrinseci. I primi comprendono diverse patologie predisponenti, come alcune patologie neurologiche. Fra i secondi rientrano i rischi connessi all'ambiente domestico come pavimenti e scalini sdruciolevoli, scarsa illuminazione, presenza di tappeti, ecc. Altro aspetto importante legato alle cadute è l'assunzione di alcune categorie di farmaci, come gli antipertensivi, gli antidepressivi e gli ipnotici/sedativi.

Per prevenire le cadute sono necessari programmi di intervento mirati a ridurre i principali fattori di rischio per le cadute, a creare le condizioni per un ambiente sicuro e favorevole e a promuovere l'attività fisica.

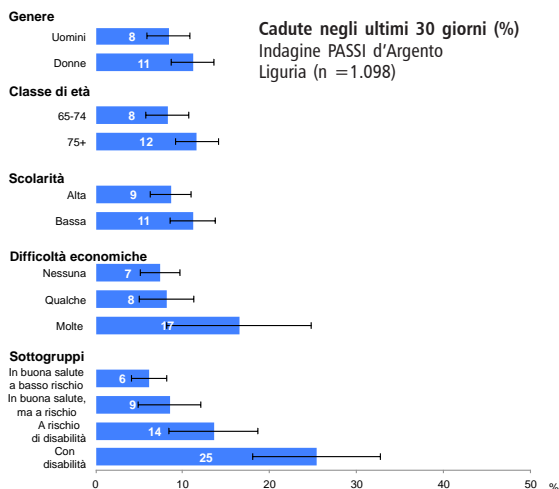
2.5.1 Quante persone con 65 anni e più sono cadute negli ultimi 30 giorni e quali sono le loro caratteristiche?

Il 10% degli anziani liguri è caduto negli ultimi 30 giorni.

La prevalenza delle cadute è maggiore tra: le donne, i grandi anziani, i meno istruiti e coloro che riferiscono molte difficoltà economiche.

Analizzando nel dettaglio i dati raccolti con Passi d'Argento si osserva inoltre che:

- È caduto negli ultimi 30 giorni il 25% delle persone con disabilità
- È caduto il 17% delle persone con problemi di vista (vs il 9% tra le persone che non riferiscono problemi di vista)



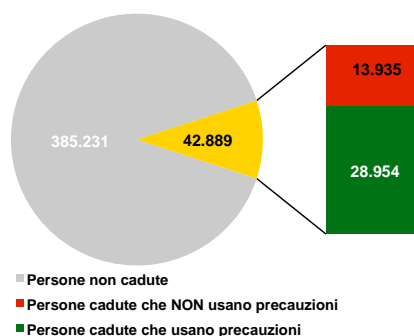
- La maggior parte delle cadute sono avvenute in casa (50%), mentre in strada si è verificato il 21% delle cadute
- Tra le persone cadute, circa il 5% è stato ricoverato per più di un giorno a seguito della caduta
- Hanno paura di cadere il 28% delle persone fra 65 e 74 anni (vs il 51% delle persone con 75 anni e più).

2.5.2 Quante persone con 65 anni e più sono cadute e nella loro abitazione non usano precauzioni anticaduta?

Riferendo la nostra osservazione alla popolazione ligure si rileva che:

- Le persone con 65 anni e più che sono cadute negli ultimi 30 giorni sono 42.889 (10% degli intervistati)
- Tra le 42.889 persone cadute il 32% (n=13.935) non usa misure anticaduta in bagno, come tappetini antiscivolo, maniglioni e seggiolini
- Negli ultimi 12 mesi, solo il 10% ha ricevuto consigli da parte di medico o di un altro operatore su come evitare di cadere.

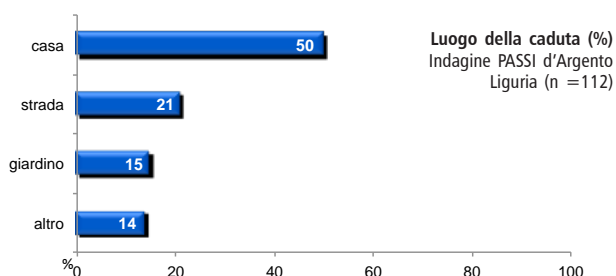
Utilizzo delle misure anti-caduta in bagno nel gruppo di persone cadute negli ultimi 30 giorni (proiezione in numeri assoluti)
Indagine PASSI d'Argento Liguria (n =112)



2.5.3 Dove è avvenuta la caduta?

Tra chi è caduto in casa:

- cucina 35%
- camera da letto 26%
- bagno 16%
- ingresso 12%
- scale 11%





2.6 SINTOMI DI DEPRESSIONE

La depressione è una patologia psichiatrica che può determinare elevati livelli di disabilità, con notevoli costi diretti e indiretti per l'intera società. Essa è caratterizzata da sentimenti di tristezza, sensazione di vuoto interiore e perdita di interesse e piacere. In molti casi, questi sintomi si accompagnano anche a difficoltà nella cura di sé, riduzione e peggioramento delle relazioni sociali con tendenza all'isolamento, sensi di colpa e auto-svalutazione, disturbi del sonno e dell'appetito, astenia e difficoltà di concentrazione.

Con il progredire dell'età la presenza di una sintomatologia depressiva è una condizione frequente e spesso grave: essa determina un peggioramento della qualità della vita, ed è collegata ad una maggiore morbilità e ad un aumento del rischio suicidario. Al contrario, in molti casi si riscontra una sottostima della necessità di curarsi sia da parte delle persone più anziane, che considerano il loro stato psicologico una necessaria conseguenza della loro storia di vita, sia da parte di familiari e conoscenti che l'interpretano come una condizione tipica dell'età avanzata.

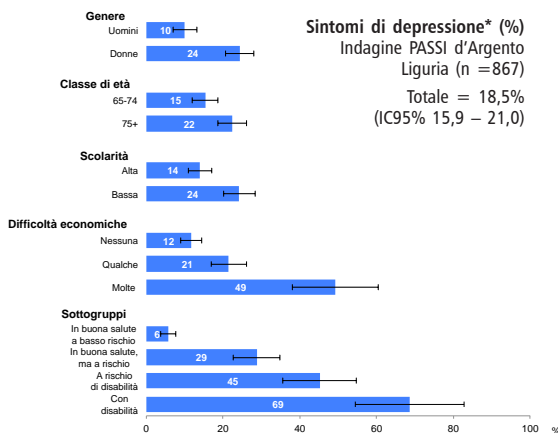
Analogamente alla sorveglianza PASSI, il sistema PASSI d'Argento valuta la presenza dei sintomi fondamentali della depressione (umore depresso e perdita di interesse o piacere per le attività che si è soliti svolgere) utilizzando il Patient Health Questionnaire-2 (PHQ-2): un test validato e molto utilizzato a livello internazionale e nazionale, che è caratterizzato da elevata sensibilità. Esso rappresenta un valido strumento per lo screening dei sintomi di depressione anche tra le persone con 65 anni e più.

2.6.1 Quante sono le persone con sintomi di depressione e quali sono le loro caratteristiche?

Il 19% presenta sintomi di depressione.

Questi sintomi sono più diffusi tra:

- le donne
- le persone con 75 anni e più
- le persone con livello di istruzione basso
- le persone che hanno molte difficoltà economiche
- le persone con disabilità
- Il 48% delle persone con 3 o più patologie croniche presenta sintomi di depressione (vs il 13% delle persone che non riferiscono patologie croniche).

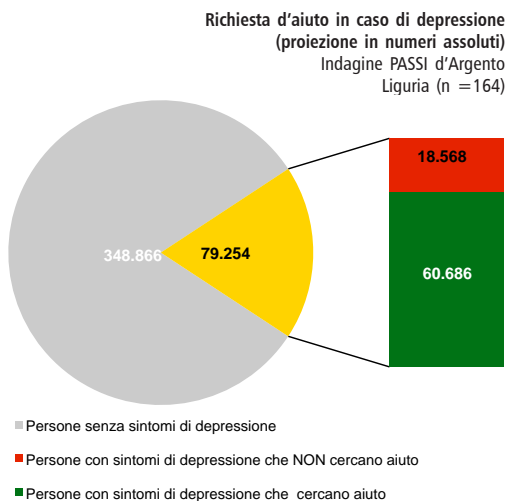


* Persone con 65 anni e più e punteggio ≥ 3 del Patient Health Questionnaire (PHQ-2), calcolato sulla base del numero di giorni nelle ultime 2 settimane in cui la persona ha provato poco interesse o piacere nel fare le cose o si è sentito giù di morale, depresso o senza speranza.

2.6.2 Quante sono le persone con 65 anni e più che presentano sintomi di depressione e non fanno ricorso ad alcuno?

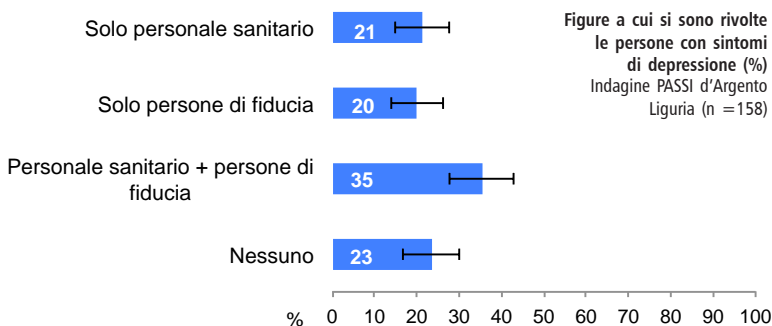
Riferendo la nostra osservazione alla popolazione della Liguria si rileva che:

- Le persone con 65 anni e più che presentano sintomi di depressione sono 79.524 (19% degli intervistati)
- Tra le 79.524 persone con sintomi di depressione 18.568 (23%) non hanno fatto ricorso ad alcuno per ricevere un aiuto.



2.6.3 A chi ricorrono coloro che presentano sintomi di depressione?

- Quando gli anziani con sintomi di depressione si rivolgono a qualcuno (77% dei casi) lo fanno più frequentemente parlandone sia con sanitari che con persone di fiducia (35%) oppure con le singole categorie (rispettivamente 21 e 20%)
- Però, il 23% di questi over 65 non si rivolge a nessuno, forse considerando il proprio stato psicologico come inevitabile conseguenza dell'età, ma sottovalutando l'impatto che questi sintomi possono avere sul benessere globale.





2.7 RISCHIO DI ISOLAMENTO

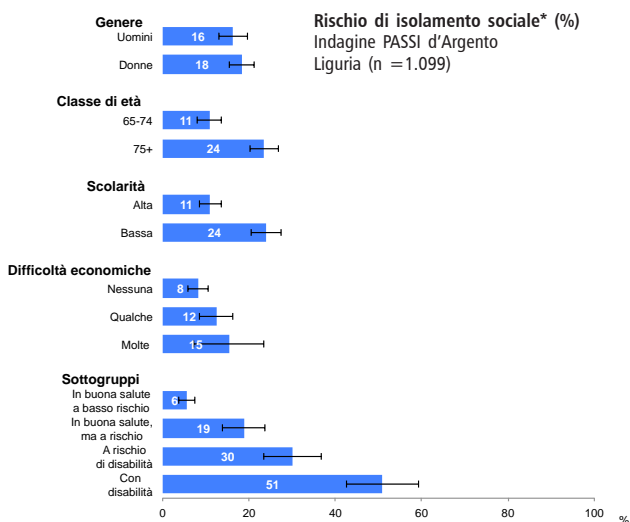
L'isolamento sociale è un concetto multidimensionale che comprende sia aspetti di natura "strutturale" quali ad esempio il vivere soli e la scarsità di relazioni, sia aspetti di natura "funzionale" come il supporto materiale ed emozionale veicolato dai rapporti in essere. L'assenza di relazioni sociali o la sua relativa scarsità, costituisce, ad ogni età, un importante fattore di rischio per la salute e per il benessere complessivo della persona. Con il progredire dell'età l'isolamento sociale risulta in relazione anche con il declino delle capacità cognitive e, più in generale, con un aumento della mortalità. Inoltre, la solitudine e l'isolamento sociale sono associati ad un maggior ricorso e una maggiore durata delle ospedalizzazioni nonché ad una miriade di altre conseguenze sulla salute, incluse la malnutrizione e l'abuso alcolico o il rischio di caduta. Nell'indagine PASSI d'Argento è stata valutata la partecipazione a incontri collettivi e l'incontrare altre persone anche solo per fare quattro chiacchiere. Sono state considerate a rischio di isolamento sociale le persone che in una settimana normale non svolgevano nessuna di queste attività.

2.7.1 Quante sono le persone a rischio di isolamento sociale e quali sono le loro caratteristiche?

Il 17,5% è a rischio di isolamento sociale.

Tale situazione si riscontra più frequentemente:

- nel sesso femminile
- tra gli ultra 75enni
- tra i meno istruiti
- col progredire delle difficoltà economiche
- col progredire della fragilità e disabilità.



* Persone con 65 anni e più che nel corso di una settimana normale NON partecipano a incontri collettivi o telefonano o incontrano altre persone anche solo per fare quattro chiacchiere.

2.8 SICUREZZA NELL'USO DEI FARMACI

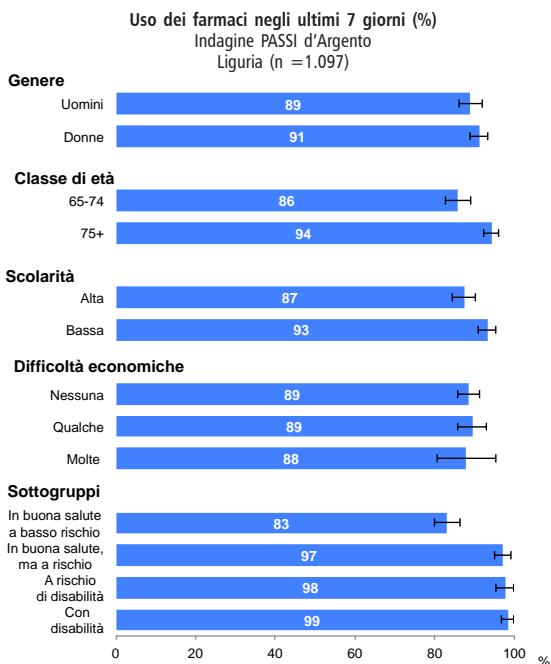
Con il progredire dell'età, in corrispondenza di una maggiore prevalenza delle patologie croniche, aumentano i livelli di uso e di esposizione ai farmaci. Sono più frequenti i casi di comorbilità e di polifarmacoterapia, con l'assunzione contemporanea di diversi farmaci nell'arco della stessa giornata. La polifarmacoterapia aumenta il rischio di prescrizioni inappropriate e reazioni avverse. Essa, inoltre, può determinare una ridotta efficacia dei farmaci a causa della minore compliance.

La revisione regolare dei farmaci è indicata in letteratura come uno degli interventi più efficaci per ridurre le prescrizioni inappropriate di farmaci alle persone con 65 anni e più. La periodica verifica da parte del Medico di Medicina Generale (MMG) della corretta assunzione della terapia, sia dal punto di vista qualitativo che quantitativo, può contribuire a limitare eventuali effetti collaterali e interazioni non volute. Nella sorveglianza PASSI d'Argento sono state raccolte informazioni sui farmaci assunti e sull'eventuale controllo dell'uso dei farmaci da parte del medico di medicina generale.

2.8.1 Quante persone con 65 anni e più hanno fatto uso di farmaci negli ultimi 7 giorni?

Il 90% delle persone con 65 anni e più ha assunto farmaci negli ultimi 7 giorni.

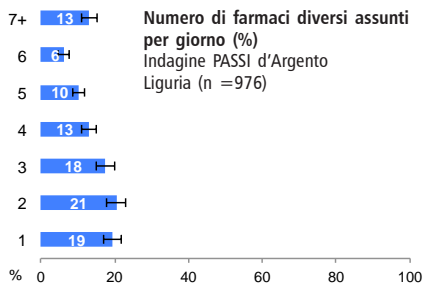
- Naturalmente questa percentuale cresce con il progredire dell'età e del livello di fragilità/disabilità, ma non ha differenze importanti per sesso o difficoltà economiche
- È però maggiore tra le persone con scolarità bassa





2.8.2 Quanti tipi differenti di medicine prendono?

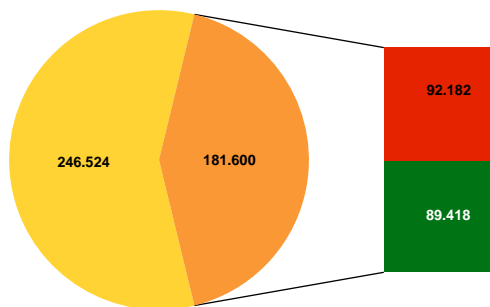
- Fra coloro che assumono farmaci, il 58% ha dichiarato di assumere da 1 a 3 tipi di farmaci, mentre il 42% assume 4 farmaci o più
- Il 14% ha riferito di avere bisogno di aiuto per assumere i suoi farmaci: sono soprattutto persone con 75 anni e più, con basso livello di istruzione, tra le persone a rischio di disabilità e con disabilità.



2.8.3 Quanti hanno rivisto la terapia farmacologica con il MMG negli ultimi 30 giorni?

- La corretta assunzione della terapia farmacologica (farmaci giusti, orari, quantità) è stata verificata dal medico di fiducia negli ultimi 30 giorni per il 49% degli intervistati.
- Il 17% ha riferito che questo controllo è avvenuto da 1 a tre mesi prima, l'8% da 3 a 6 mesi prima, il 13% più di 6 mesi prima.
- Infine il 13% riferisce di non controllare la terapia farmacologica con il proprio medico

Verifica dell'uso dei farmaci con i MMG per consumi > 4 farmaci al giorno (proiezione in numeri assoluti)
Indagine PASSI d'Argento Liguria (n = 422)



Tra coloro che assumono da 4 farmaci in su (**181.600 persone**):

- il 49% (pari a 89.418 persone) ha effettuato il controllo dei farmaci con il MMG negli ultimi 30 giorni
- la percentuale di coloro che controllano i farmaci con il MMG è molto simile tra donne e uomini (50% vs 49%)

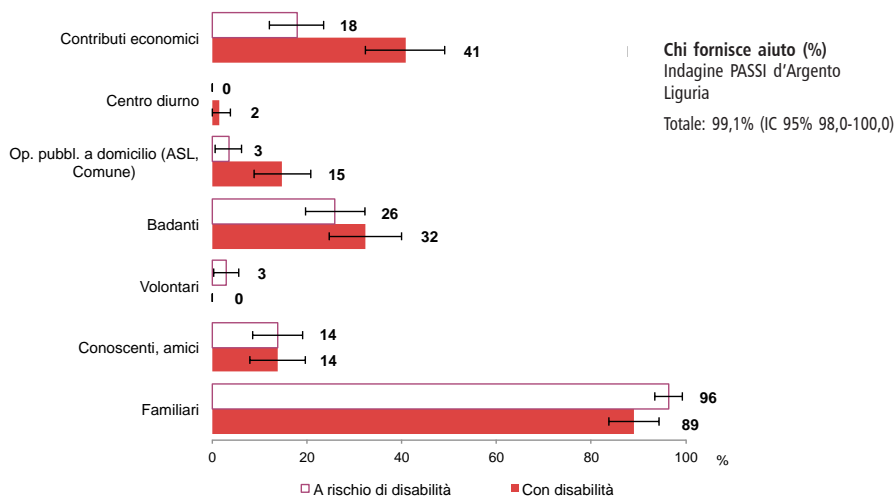
2.9 AIUTO NELLE ATTIVITÀ DELLA VITA QUOTIDIANA

2.9.1 Quante persone ricevono aiuto tra quelle che hanno limitazioni nelle attività della vita quotidiana? Da chi ricevono?

Per questa sezione sono state prese in considerazione le risposte fornite alla domanda “Da chi riceve aiuto per le attività che non è in grado di fare da solo/a?” fatta alle persone a rischio di disabilità e con disabilità (valutando così l’aiuto ricevuto per la mancata autonomia nelle IADL e nelle ADL¹⁵).

Riceve aiuto quasi la totalità (99%) di coloro presentano situazioni di non autonomia per lo svolgimento delle attività della vita quotidiana.

- Tra coloro che ne hanno bisogno, 9 persone su 10 ricevono aiuto dai familiari
- Badanti (ovvero persone individuate e pagate in proprio) assistono quasi un terzo (32%) delle persone con 65 anni e più con disabilità, ma anche il 26% di quelli a rischio di disabilità
- I conoscenti supportano il 14% delle persone “a rischio” e “con” disabilità
- Tra le persone con disabilità il 15% dichiara di ricevere aiuto da operatori del servizi pubblico (es ASL o Comune) e il 2% di essere assistito presso un centro diurno
- Contributi economici vengono riferiti da oltre un terzo (41%) delle persone con disabilità e dal 18% di quelle a rischio di disabilità.



15 vedi paragrafo 1.2.3 per la descrizione di tali attività

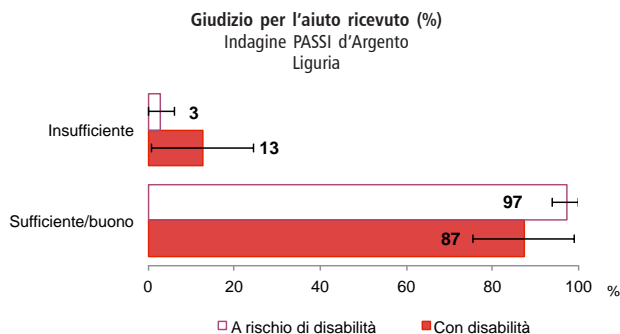


2.9.2 Come viene giudicato l'aiuto ricevuto?

Il giudizio sull'aiuto ricevuto è stato espresso da circa un quarto (23%) delle persone con disabilità e da oltre la metà (61%) di quelle a rischio di disabilità.

Tra coloro che hanno espresso la propria opinione il giudizio è stato prevalentemente positivo (sufficiente/buono):

- 87% tra coloro con disabilità
- 97% tra coloro a rischio di disabilità.



2.10 VACCINAZIONE ANTINFLUENZALE

L'influenza costituisce un rilevante problema di sanità pubblica, in particolare per le possibili gravi complicanze nei soggetti a rischio come le persone con 65 anni e più. La vaccinazione è particolarmente importante in presenza di alcune patologie croniche molto frequenti in età anziana come le patologie dell'apparato respiratorio, cardio-vascolare, il diabete, l'insufficienza renale e i tumori.

Si stima che nei paesi industrializzati l'influenza rappresenti la terza causa di morte per malattie infettive, dopo AIDS e tubercolosi. La vaccinazione antinfluenzale nei gruppi a rischio è un'attività di prevenzione di provata efficacia: mira a rallentare la diffusione del virus nella comunità (prevenzione collettiva) e a prevenire le complicanze (protezione individuale), così da ridurre diffusione, gravità e letalità delle epidemie stagionali. Nel nostro Paese la vaccinazione contro l'influenza per i gruppi a rischio è stata prevista nel Piano Sanitario Nazionale fin dal 1998-2000 e nel Piano Nazionale Prevenzione Vaccini fin dal 1999-2000.

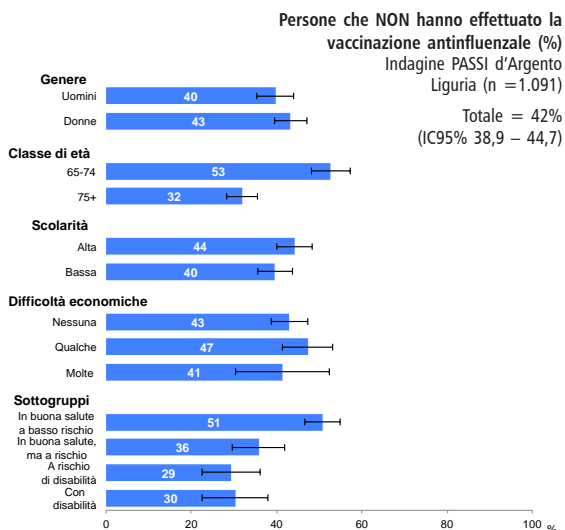
Il Ministero della Salute raccomanda di vaccinare almeno il 75% delle persone appartenenti alle categorie a rischio. Per le persone con 65 anni e più sono previsti programmi di immunizzazione universale. L'aumento dei livelli di copertura vaccinale nella popolazione con 65 anni e più, richiede la messa in atto di strategie finalizzate a migliorare l'adesione (chiamata attiva, allargamento delle fasce orarie dedicate, vaccinazione a domicilio, etc.).

2.10.1 Quante persone con 65 anni e più NON hanno effettuato la vaccinazione antinfluenzale? E quali sono le loro caratteristiche?

Gli anziani vaccinati durante la campagna precedente l'intervista risultano essere il 58%.

- La percentuale dei non vaccinati è maggiore tra le donne, i 65-74enni, le persone più istruite e coloro che non hanno difficoltà economiche
- È inoltre molto maggiore nei sottogruppi in buona salute rispetto ai fragili e disabili

Tra le persone che non hanno effettuato la vaccinazione il 21% ha ricevuto il consiglio di vaccinarsi dal proprio MMG.



2.10.2 Quanti hanno ricevuto il consiglio di fare la vaccinazione antinfluenzale?

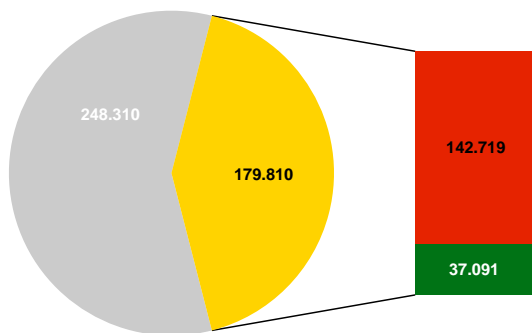
Durante la campagna di vaccinazione antinfluenzale 2011-12, in Liguria si sono vaccinati il **58%** degli ultra 64enni (stimando in numeri assoluti 248.310 persone). Si è vaccinato però nella misura del **79%** chi ha ricevuto il consiglio dal proprio medico o da un sanitario di fiducia.

Tra coloro che, invece, non hanno effettuato la vaccinazione antinfluenzale (179.810 persone):

- solo il 21% (pari a 37.091 persone) ha ricevuto il consiglio di effettuarla
- l'88% non ha ricevuto alcun consiglio

Nel 93% dei casi il consiglio è stato fornito dal proprio medico.

Vaccinazione antinfluenzale, con e senza consiglio
(proiezione in numeri assoluti)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 1.090)



- Hanno effettuato la vaccinazione
- Non hanno effettuato la vaccinazione e non hanno ricevuto il consiglio
- Non hanno effettuato la vaccinazione, ma hanno ricevuto il consiglio

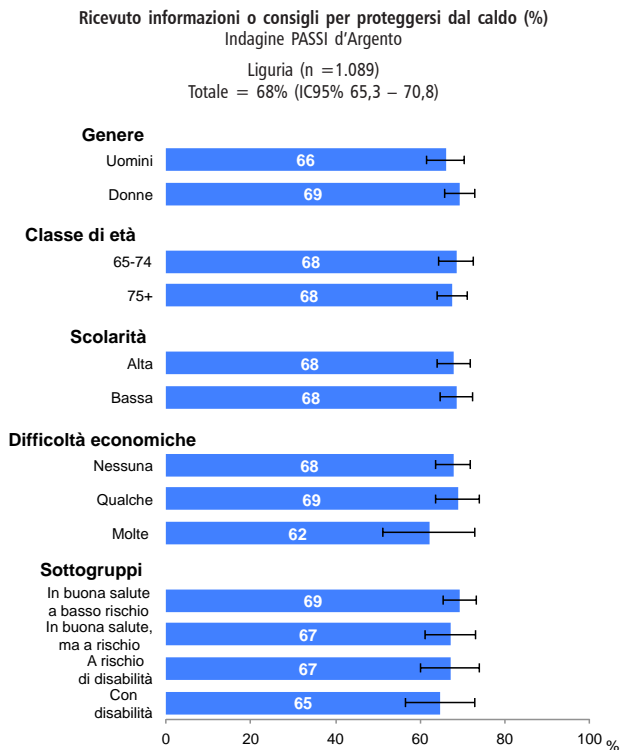


2.11 PROTEZIONE DALLE ONDATE DI CALORE

Negli ultimi anni si sono accentuati fenomeni climatici estremi che, soprattutto in estate, sono caratterizzati da ondate di caldo con umidità elevata. Se non vengono prese le dovute precauzioni questi fenomeni possono rivelarsi molto pericolosi per la salute delle persone più anziane e con patologie croniche. E' compito dei servizi socio-sanitari favorire la messa in atto di misure preventive strutturali e, soprattutto, comportamentali anche attraverso la diffusione di informazioni e consigli su questo argomento.

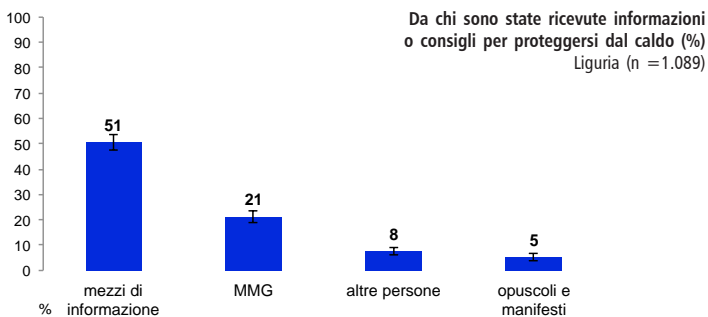
2.11.1 Quante persone con 65 anni e più hanno ricevuto consigli per proteggersi dal caldo? E quali sono le loro caratteristiche?

Il 68% dei nostri intervistati ricorda di aver ricevuto consigli per proteggersi dal caldo, senza importanti variazioni tra genere, età, scolarità e difficoltà economiche.



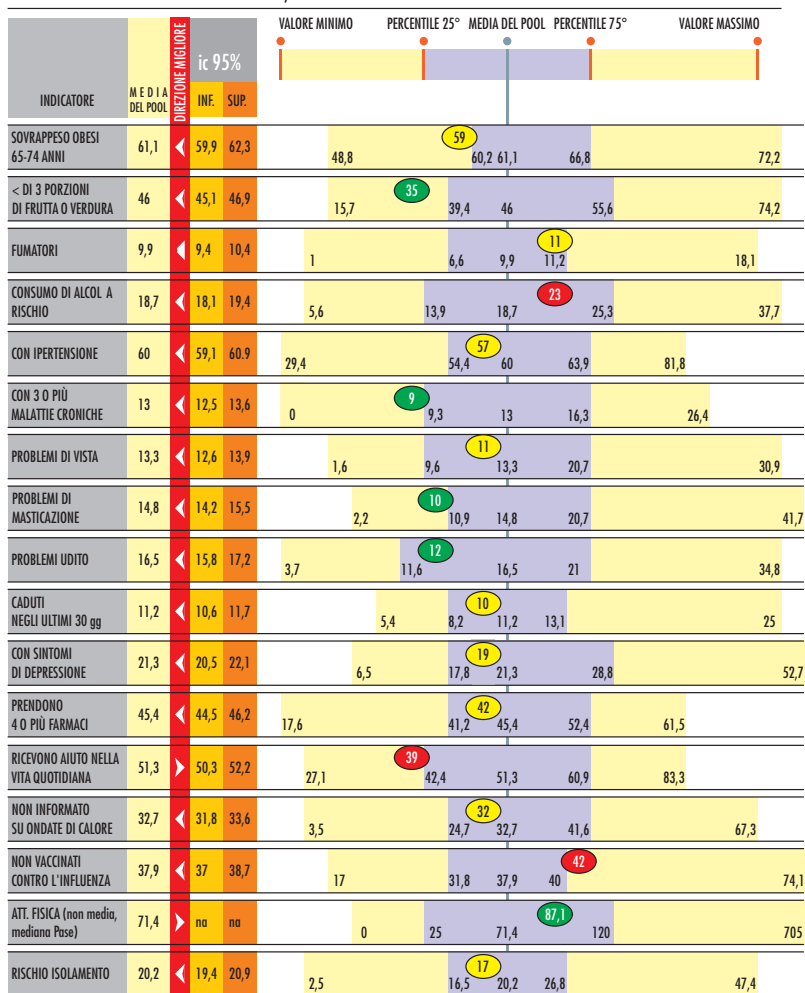
2.11.2 Da chi sono state ricevute informazioni o consigli per proteggersi dal caldo?

Analizzando le risposte alla domanda: "Durante l'ultima estate, ha ricevuto informazioni o le hanno consigliato di proteggersi dalle ondate di calore durante i giorni in cui fa troppo caldo?", che poteva contenere anche più risposte contemporaneamente, la frequenza di fonti di informazione è risultata quella descritta nel grafico.



2.12 INDICATORI CHE DESCRIVONO FATTORI DI RISCHIO E CONDIZIONI DI SALUTE: UN CONFRONTO TRA LA REGIONE LIGURIA E I DATI NAZIONALI

FATTORI DI RISCHIO, CONDIZIONI DI SALUTE E CURE



- LEGENDA
- Valore significativamente peggiore della media del pool nazionale
 - Valore non significativamente differente della media del pool nazionale
 - Valore significativamente migliore della media del pool nazionale
 - ◀ Valori bassi = migliore indicatore
 - ▶ Valori alti = migliore indicatore

I risultati condensati in questa Spine Chart mettono in evidenza una regione sostanzialmente in linea con la media delle regioni italiane, con qualche valore lievemente migliore, come la percentuale di anziani con 3 o più patologie croniche, o la frequenza di problemi di masticazione, di udito o del livello di attività fisica svolta.

Cionondimeno, persistono alcune problematiche che già si evidenziano nella popolazione ligure adulta, come la frequenza del consumo di alcol a maggior rischio e l'elevata percentuale di soggetti non vaccinati contro l'influenza.

Inoltre, in maniera congruente con l'elevata proporzione di anziani soli, è bassa la proporzione di soggetti che ricevono un aiuto per le azioni nella vita quotidiana che non svolgono autonomamente.

Questo fatto conferma, se ce ne fosse bisogno, la necessità di un forte impegno sociale istituzionale, che dia supporto ai caregiver familiari o del settore del volontariato.



3. PARTECIPAZIONE

Insieme all'aumento del numero di persone con 65 e più anni, previsto nei prossimi decenni in Italia e nel resto del mondo, cresce anche l'interesse per il contributo che questa fascia di popolazione può dare a tutta la società. Non a caso l'anno 2012 è stato proclamato Anno Europeo per l'Invecchiamento Attivo (1), con l'intento di incoraggiare i responsabili politici e tutti i gruppi di interesse ad agire con l'obiettivo di creare migliori opportunità per l'invecchiamento attivo e rafforzare la solidarietà tra le generazioni. In questo quadro è stato concepito dalla Commissione Economica per l'Europa delle Nazioni Unite (UNECE)¹⁶, l'indice di invecchiamento attivo (AAI) (2), strumento che permette di misurare e promuovere nell'ambito degli Stati membri dell'UE il potenziale inutilizzato della popolazione anziana. L'indice misura la performance di invecchiamento attivo in quattro distinti ambiti:

- (1) Occupazione
- (2) Attività sociali e partecipazione
- (3) Indipendenza e autonomia
- (4) Capacità e ambiente favorevole per l'invecchiamento attivo.

Ciascun ambito viene indagato attraverso una serie di indicatori, che concorrono a determinare il valore complessivo dell'indice. L'AAI è uno strumento comparativo, che permette ai decisori politici nazionali di valutare la loro performance in tema di invecchiamento attivo rispetto agli altri Stati membri dell'UE e di monitorare i progressi nel tempo; inoltre, calcolato separatamente per uomini e donne, fornisce ulteriori approfondimenti sulle azioni politiche necessarie a ridurre le disparità di genere.

La classifica tra gli Stati membri dell'Unione Europea per l'indice di invecchiamento attivo vede ai primi posti tre paesi nordici (Svezia, Finlandia e Danimarca), mentre la maggioranza dei paesi dell'Europa centrale e orientale sono in fondo alla classifica; l'Italia si colloca in posizione medio bassa.

E' stata osservata un'elevata correlazione dell'AAI con il PIL pro capite: gli Stati membri dell'UE con maggiore ricchezza e migliore tenore di vita sono più inclini a favorire e sviluppare esperienze di invecchiamento attivo.

Nel 2012 la Commissione europea ha lanciato il Partenariato europeo per l'innovazione sull'invecchiamento attivo e in buona salute (EIP-AHA): un'iniziativa pilota che mira a coinvolgere Regioni, città, ospedali e organizzazioni per affrontare la sfida rappresentata dall'invecchiamento demografico, con l'obiettivo di accrescere di due anni

¹⁶ L'invecchiamento della popolazione è un fenomeno globale, come è stato riconosciuto dal Piano di Azione Internazionale sull'Invecchiamento (MIPAA) delle Nazioni Unite, adottato dalla Seconda Assemblea Mondiale sull'invecchiamento di Madrid nel 2002. L'MIPAA rappresenta il quadro politico di riferimento globale per indirizzare le risposte dei vari Paesi nei confronti dell'invecchiamento della popolazione. L'UNECE (United Nations Economic Commission for Europe) è responsabile per l'attuazione di MIPAA in Europa; nel 2012 ha adottato la dichiarazione di Vienna che descrive quattro obiettivi prioritari per i paesi UNECE, da raggiungere entro la fine del terzo ciclo (2017): (i) incoraggiare e mantenere una più lunga attività lavorativa; (ii) promuovere la partecipazione, la non discriminazione e l'inclusione sociale delle persone anziane; (iii) promuovere e salvaguardare la dignità, la salute e l'indipendenza nella maggiore età e (iv) mantenere e rafforzare la solidarietà intergenerazionale. L'AAI è uno strumento importante per essere utilizzato per valutare e controllare l'attuazione delle MIPAA.

la speranza di vita in buona salute dei cittadini europei entro il 2020, attraverso un approccio globale, innovativo e integrato all'assistenza, cura e uso di tecnologie per l'invecchiamento sano e attivo.

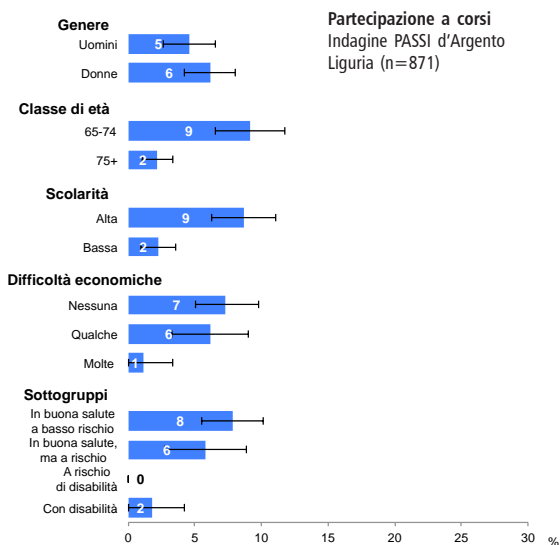
La partecipazione attiva delle persone anziane può essere promossa attraverso una serie di iniziative, come ad esempio: incoraggiare i pensionati a lavorare part-time, coinvolgerli in iniziative comunitarie e di volontario, o adattare i sistemi fiscali in modo che venga riconosciuta l'assistenza informale fornita dalle persone anziane (es. baby-sitter). Tutto questo crea le condizioni ottimali affinché le persone più avanti in età rappresentino una risorsa per la collettività, contribuisce a ridurre il loro livello di dipendenza dagli altri e ad innalzare la qualità della loro vita. Il concetto di "anziano-risorsa" parte da una visione positiva della persona, che è in continuo sviluppo ed è in grado di contribuire, in ogni fase della vita, sia alla propria crescita individuale che collettiva. Già nel 1997 con la dichiarazione di Brasilia, l'OMS definiva la persona anziana come una risorsa per la famiglia, la comunità e l'economia (3). Oggi è sempre più riconosciuto il valore sociale ed economico di alcune attività svolte dalle persone più anziane quali, ad esempio, attività lavorative retribuite, attività di volontariato, attività in favore di membri del proprio nucleo familiare o amicale. Nell'indagine PASSI d'Argento sono stati misurati alcuni aspetti della partecipazione e dell'essere risorsa. In particolare, è stata valutata la frequenza a corsi di cultura e formazione, l'eventuale attività lavorativa retribuita o di volontariato, attività sociali e comunitarie, supporto e cura offerti a familiari e conoscenti.



3.1 FORMAZIONE E APPRENDIMENTO

Partecipare ad attività culturali ed educative favorisce la crescita individuale e rende attivi nello scambio di conoscenze, di competenze e di memoria, contribuendo così a migliorare i rapporti inter ed intra-generazionali. La sorveglianza PASSI d'Argento ha indagato la partecipazione, negli ultimi 12 mesi, a corsi di formazione per adulti, come corsi di inglese, di computer o università della terza età; l'informazione raccolta può essere considerata anche una misura indiretta delle azioni messe in atto dalla società per valorizzare le persone con 65 e più anni

Solo il 5,4% (I.C. 4,1-6,9) del nostro campione ha dichiarato di avere frequentato corsi di formazione; si tratta soprattutto di donne, di persone appartenenti alla classe di età più giovane, con livello di istruzione più alto e con nessuna o poche difficoltà economiche, in buona salute a basso rischio.



3.2 LAVORO

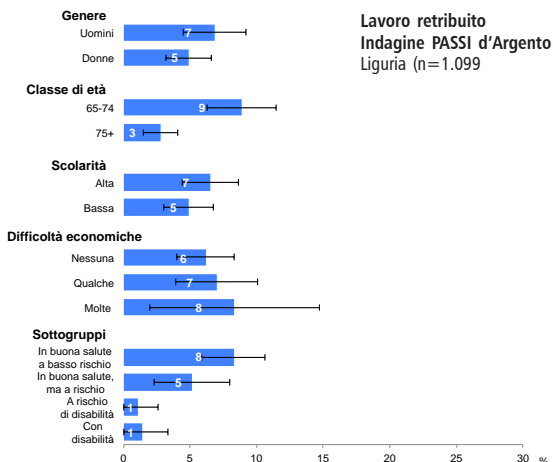
Con l'aspettativa di vita in aumento in tutta Europa, anche l'età di pensionamento è in aumento, come dimostrano le recenti riforme apportate al sistema pensionistico anche nel nostro Paese.

Il coinvolgimento degli anziani in attività lavorative retribuite, oltre ad influenzare positivamente la loro salute e il loro benessere, aiuta a promuovere la loro partecipazione attiva nella comunità di appartenenza, contribuendo così alla costituzione di un vero e proprio capitale sociale.



3.2.1 Quante persone con 65 anni e più svolgono un lavoro retribuito?

Il 5,7% del campione (I.C.95% 4,3-7,1) ha dichiarato di avere un lavoro retribuito. Sono in maggior misura uomini, appartenenti alla classe di età più giovane, con livello di istruzione più alto, in buona salute e che non percepiscono una pensione (4,9% vs 14,3%).



3.3 ATTIVITÀ SOCIALI E COMUNITARIE

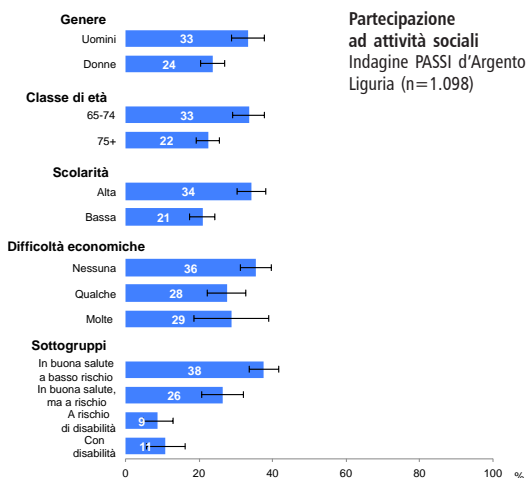
I contatti sociali e le relazioni con altre persone hanno una influenza positiva sulla salute e sul benessere degli individui in generale e degli anziani in particolare, i quali possono essere più facilmente esposti al rischio di isolamento sociale e, di conseguenza, di depressione.

3.3.1 Quante persone con 65 anni e più partecipano ad attività sociali?

In una settimana tipo, il 27,6% (I.C.95% 25,0-30,3) degli intervistati ha riferito di frequentare il centro anziani o i circoli o la parrocchia o le sedi di partiti politici e di associazioni.

La partecipazione è maggiore tra le persone:

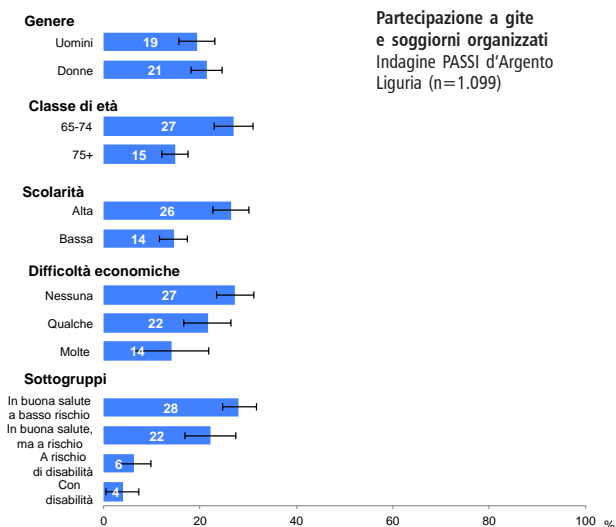
- di genere maschile
- con meno di 75 anni
- con un alto livello di istruzione
- senza difficoltà economiche
- in buona salute



3.3.2 Quante persone con 65 anni e più partecipano a gite o soggiorni organizzati?

Negli ultimi 12 mesi, il 20,6% (I.C.95% 18,2-23,0) degli intervistati ha partecipato, con altre persone, a gite o soggiorni organizzati.

Sono in maggior misura donne, di età più giovane, con livello di istruzione più alto, con meno difficoltà economiche, appartenenti al 1° e 2° sottogruppo.



3.3.3 Attività Fisica Adattata e Gruppi di Cammino in Liguria

In Liguria la maggior parte delle persone adulte e anziane pratica poca attività fisica, seppure in maniera superiore alla media nazionale. Eppure i benefici di una moderata attività fisica sono molti: l'organismo è più forte e reagisce meglio ad eventuali traumi, la mente ne trae vantaggio e, se fatto in gruppo, il movimento favorisce anche la socializzazione.

In questa sezione del rapporto sono descritti i risultati rilevati dall'analisi di un modulo personalizzato per la nostra regione, costituito da poche domande poste per valutare alcune progettazioni promosse dalla Regione Liguria per l'adozione di corretti stili di vita. In particolare, si è scelto di valutare la conoscenza e l'adesione a due progetti: Attività Fisica Adattata e Gruppi di Cammino.

Attività Fisica Adattata (AFA), è un programma di esercizio fisico, non sanitario, svolto in gruppo, appositamente indicato per cittadini con disabilità causate da sindromi algiche, da ipomobilità o da sindromi croniche stabilizzate negli esiti della malattia, indicato per cittadini preferibilmente di età maggiore di 64 anni.

“Liguria cammina”, promuove l’attività motoria delle persone adulte e anziane attraverso il cammino e alcuni semplici esercizi per rafforzare l’equilibrio. Si svolge in gruppo, lungo un percorso predefinito, sotto la guida inizialmente di un esperto in scienze motorie e successivamente di un conduttore (walking leader) interno al gruppo e appositamente addestrato. Gli obiettivi sono quelli di aumentare le conoscenze e le competenze della popolazione adulta e anziana coinvolta, degli operatori e delle associazioni in merito ai benefici derivanti da uno stile di vita sano e fisicamente attivo e di ridurre i rischi di caduta, i rischi connessi con alcune patologie croniche ed il rischio di isolamento sociale.



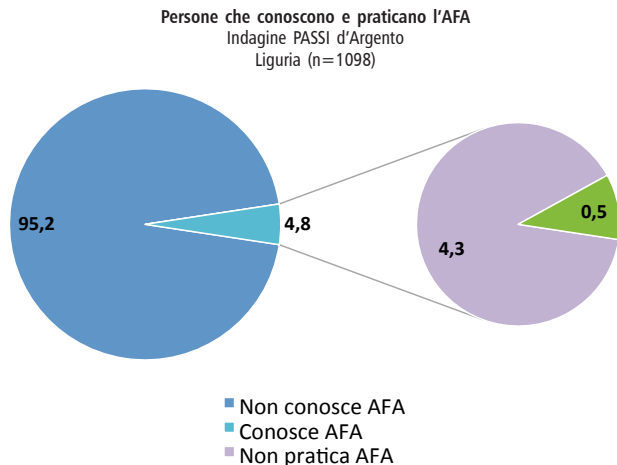
Fotografie dei
Gruppi di cammino
di Asl 3 Genovese



3.3.4 Attività Fisica Adattata

Il 4,8% degli anziani liguri conosce i programmi di Attività Fisica Adattata; ciò corrisponde a circa 20.500 persone.

Fra queste, il 10,5% pratica l'AFA: si tratta di circa 2.200 persone (quindi lo 0,5% degli intervistati).



- Tra gli anziani che conoscono i gruppi AFA ma che non ne hanno preso parte, più di uno su 4 (26%) riferisce di avere difficoltà organizzative e il 19% non crede di poterne ottenere un beneficio
- Il 14% non è in grado di spostarsi autonomamente da casa.



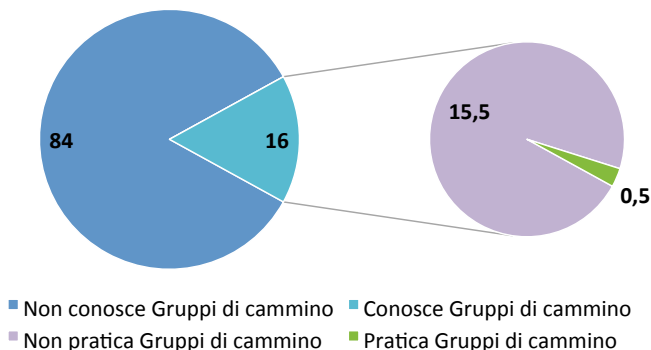


3.3.5 Gruppi di Cammino

I gruppi di cammino sono conosciuti dal 16,5% degli anziani liguri, cioè da circa 70.600 persone.

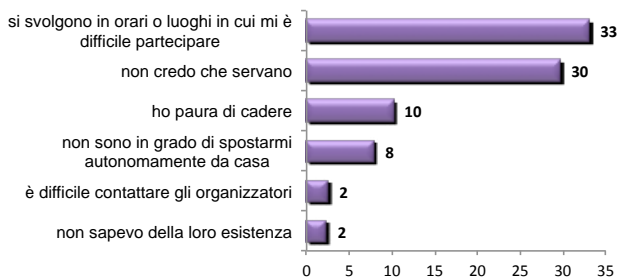
Tra questi, il 2,9% (lo 0,5% degli intervistati) pratica gruppi come "Liguria cammina": si tratta di circa 2.000 persone.

Persone che conoscono e praticano i gruppi di cammino
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n=1098)



- Tra gli anziani che conoscono i gruppi di cammino ma che non ne hanno preso parte, uno su 3 (33%) riferisce di avere difficoltà organizzative e il 30% non crede di poterne ottenere un beneficio
- Il 10% ha paura di cadere e l'8% non è in grado di spostarsi autonomamente da casa.

Distribuzione dei motivi di non partecipazione ai gruppi di cammino (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n =169)



3.4 ESSERE UNA RISORSA PER FAMIGLIA, CONOSCENTI E COLLETTIVITÀ

Nell'indagine PASSI d'Argento 2012-2013 è stato valutato il supporto fornito dalla persona ultra 64enne, in termini di accudimento e aiuto a congiunti, figli, fratelli/sorelle, genitori, nipoti o amici, attraverso due domande, una riferita a persone conviventi e una a persone non conviventi.

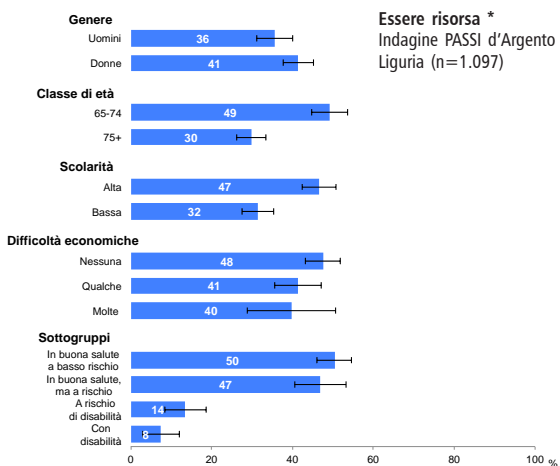
Per documentare il supporto fornito alla collettività è stato chiesto agli anziani se nei 12 mesi precedenti avessero svolto attività di volontariato, ossia attività prestate gratuitamente a favore di anziani, bambini, persone con disabilità o presso ospedali, parrocchie, scuole o altro.

3.4.1 Quanti sono complessivamente gli anziani che rappresentano una risorsa per la società?

Il 39,1% (I.C.95% 36,3-42,0) degli intervistati rappresenta una risorsa per conviventi, non conviventi o per la collettività.

Si tratta soprattutto di persone:

- di sesso femminile
- con meno di 75 anni
- con livello d'istruzione alto
- senza difficoltà economiche
- in buona salute



*Persona ultra 64enne che nei 12 mesi precedenti l'intervista dichiara di accudire spesso conviventi, non conviventi o fa attività di volontariato





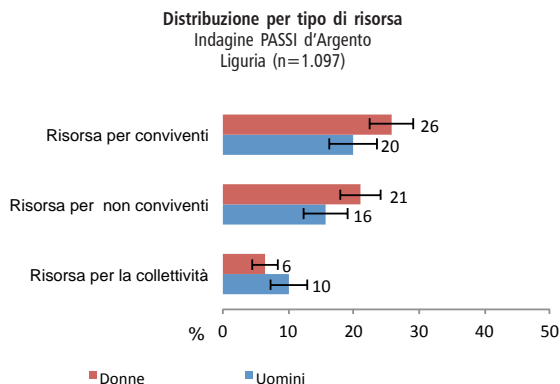
3.4.2 Per CHI i nostri anziani rappresentano una risorsa?

Il 23% del campione intervistato (I.C.95% 20,9-25,9) è una risorsa per le persone che vivono sotto lo stesso tetto

Il 19% (I.C.95% 16,5-21,2) è di supporto e aiuto per figli, fratelli/sorelle, nipoti o amici non conviventi.

In entrambi i casi le donne sono in proporzione maggiore.

L'8% (I.C.95% 6,3-9,6) svolge attività di volontariato in favore di altri anziani, bambini, persone con disabilità o presso ospedali, parrocchie, scuole o altro.

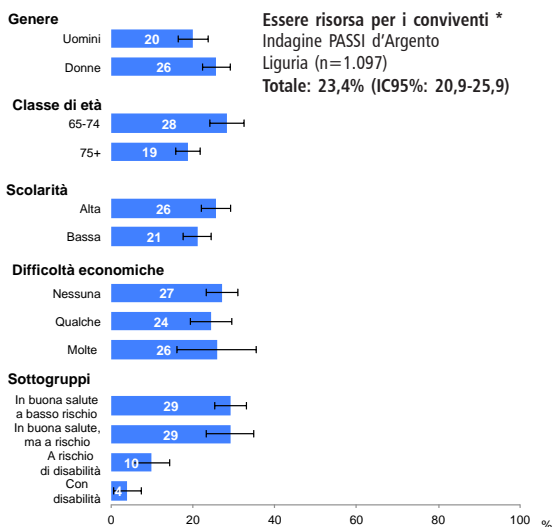


3.4.3 Quali sono le caratteristiche degli anziani che aiutano familiari e amici con cui condividono l'abitazione?

Si stima che circa 100.000 persone con 65 e più anni, residenti nella nostra Regione, rappresentino una risorsa per i conviventi;

la proporzione più alta si registra in coloro che hanno le seguenti caratteristiche:

- donne
- età inferiore ai 75 anni
- livello d'istruzione alto
- in buona salute.



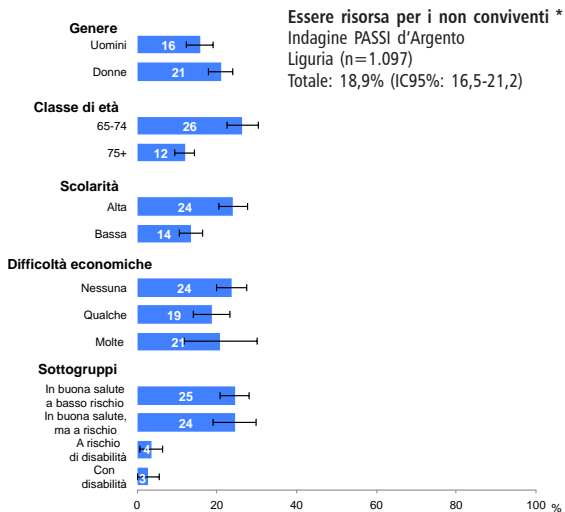
* Persona ultra 64enne che nei 12 mesi precedenti l'intervista dichiara di accudire spesso conviventi come: coniunto, figli, fratelli/sorelle, genitori, nipoti o amici

3.4.4 Quali sono le caratteristiche degli anziani che sono di supporto a persone che non convivono con loro?

Si stima che circa 81.000 persone con 65 e più anni, residenti in Liguria, rappresentino una risorsa per i non conviventi;

la proporzione più alta si registra tra coloro che hanno le seguenti caratteristiche:

- donne
- età inferiore ai 75 anni
- livello d'istruzione alto
- senza difficoltà economiche
- in buona salute.



Essere risorsa per i non conviventi *
 Indagine PASSI d'Argento
 Liguria (n=1.097)
 Totale: 18,9% (IC95%: 16,5-21,2)

* Persona ultra 64enne che nei 12 mesi precedenti l'intervista dichiara di accudire spesso non conviventi come: congiunto, figli, fratelli/sorelle, genitori, nipoti o amici

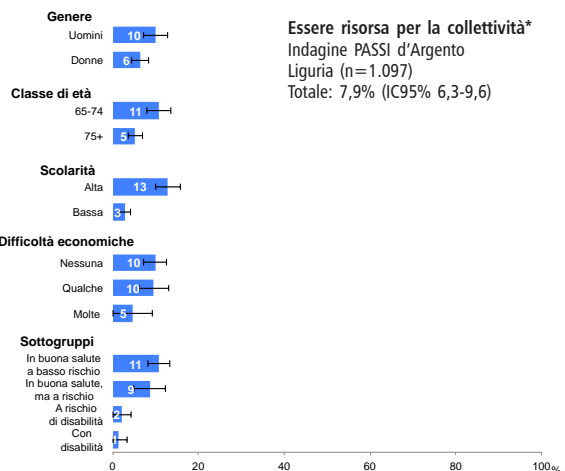
3.4.5 Quali sono le caratteristiche degli anziani che sono di aiuto alla collettività?

Si stima che circa 34.000 persone con 65 e più anni, residenti liguri, siano una risorsa per la collettività;

la proporzione più alta si registra in coloro che hanno le seguenti caratteristiche:

- uomini
- età inferiore ai 75 anni
- livello d'istruzione alto
- poche difficoltà economiche
- in buona salute.

Non esistono differenze statisticamente significative per genere



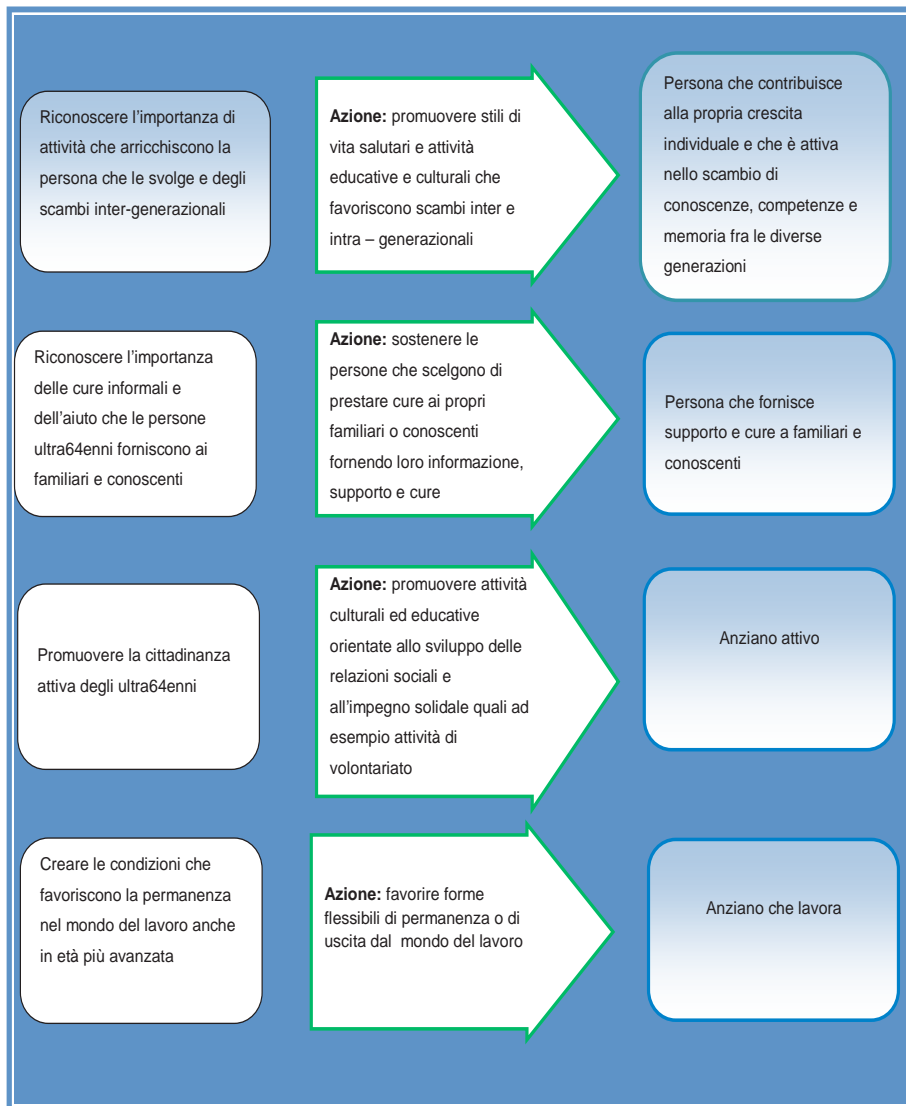
Essere risorsa per la collettività*
 Indagine PASSI d'Argento
 Liguria (n=1.097)
 Totale: 7,9% (IC95% 6,3-9,6)

* Persona ultra 64enne che nei 12 mesi precedenti l'intervista dichiara di aver fatto volontariato, ovvero fare cose gratuitamente a favore di altri come: anziani, bambini, disabili o presso ospedali, parrocchie, scuole o altro

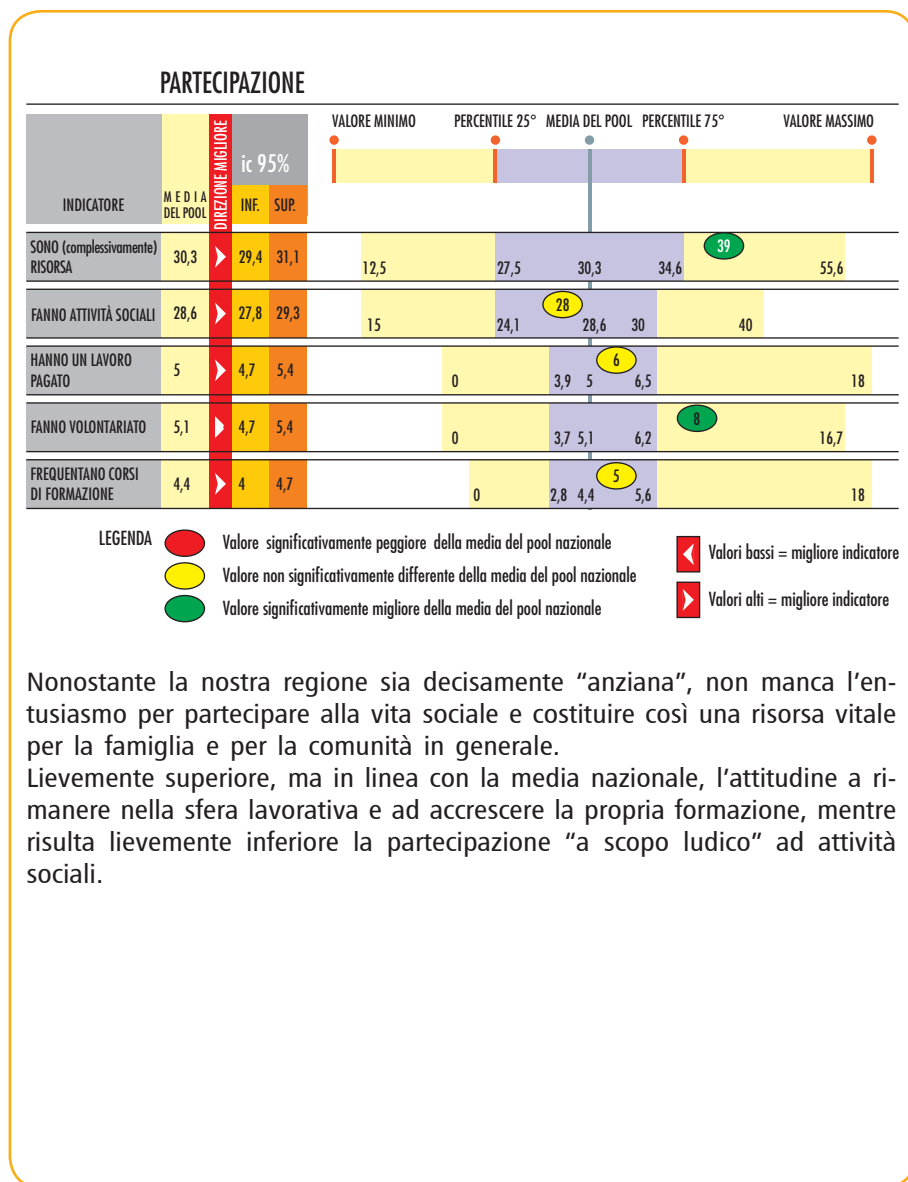


3.4.6 Cosa possiamo fare perchè la persona con 65 anni e più possa rimanere una risorsa all'interno dei diversi ambiti di vita ?

Il modello rappresenta una sintesi delle azioni che possono essere intraprese da parte della società civile per favorire l'essere risorsa dei propri anziani:



3.5 INDICATORI CHE DESCRIVONO LA PARTECIPAZIONE E L'ESSERE RISORSA: UN CONFRONTO TRA LA LIGURIA E I DATI NAZIONALI



4. AMBIENTE DI VITA

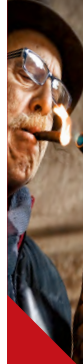
Accanto ai servizi di assistenza sanitaria primaria, l'esistenza di ambienti favorevoli alla salute costituisce un elemento importante della prevenzione primaria. La predisposizione di ambienti sani e favorevoli alla salute e al benessere per tutte le età corrisponde all'area prioritaria 4 ("Creare comunità in grado di rispondere alle sfide e ambienti favorevoli alla salute") della politica OMS Salute 2020. In questo contesto, anche il Piano d'azione per l'invecchiamento sano in Europa 2012-2020 si inserisce tra le aree strategiche prioritarie per l'azione gli "Ambienti favorevoli alla salute".

L'obiettivo del piano europeo è quello di portare un numero sempre maggiore di comunità a impegnarsi nel processo di elaborazione di strategie mirate a rendersi maggiormente a misura di anziano, dal momento che importanti decisioni che influenzano l'ambiente di vita vengono spesso assunte a livello locale.

L'accessibilità dei servizi sociosanitari è un elemento determinante per garantire percorsi di promozione e tutela della salute della popolazione con 65 anni e più, e operare per migliorarla rientra anche nell'ambito di una più generale funzione di contrasto alle disuguaglianze. PASSI d'Argento ha esplorato la fruibilità dei servizi sanitari (Servizi della ASL, Medico di famiglia, Farmacia), sociali (Servizi del Comune) e utili alle necessità della vita quotidiana (negozi di generi alimentari, supermercati o centri commerciali) e le difficoltà incontrate per raggiungerli.

Vivere in una abitazione adeguata ai propri bisogni individuali, in un contesto sicuro, ricco di socialità, dove la libertà di movimento e la sicurezza sono assicurate sia dentro le abitazioni che al di fuori, è un bisogno e un diritto essenziale in ogni fase della vita. Con l'avanzare dell'età, e quindi del tempo che si trascorre nella propria abitazione, disporre di un alloggio sicuro e confortevole diventa ancora più importante per una buona qualità della vita.

Per le persone anziane, il sostegno alla partecipazione e all'inclusione sociale, fattori ambientali legati all'edilizia e la sicurezza fanno parte degli aspetti più rilevanti per la realizzazione di un ambiente favorevole alla salute e la "sicurezza fisica" è uno degli indicatori utilizzati nel 2012 dall'Unione Europea per la creazione dell'indice di invecchiamento attivo. PASSI d'Argento ha raccolto informazioni riguardanti l'alloggio di residenza e l'area ad esso circostante. In particolare sono state indagate le condizioni di godimento dell'alloggio (es: proprietà, affitto), possibili fonti di preoccupazione legate alle condizioni abitative e la sensazione di insicurezza nell'area di residenza.



4.1.1 Quanti hanno difficoltà a raggiungere i servizi?

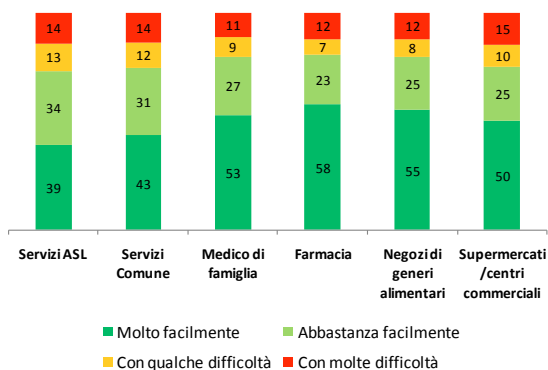
Globalmente 1 persona su 4 ha difficoltà di accesso ai servizi. In particolare le persone con 65 anni e più che esprimono difficoltà a raggiungere i servizi risultano:

- 27% per i servizi della ASL
- 26% per i servizi del Comune
- 20% per il Medico di famiglia
- 19% per la farmacia
- 20% per i negozi di generi alimentari
- 25% per i supermercati e i centri commerciali

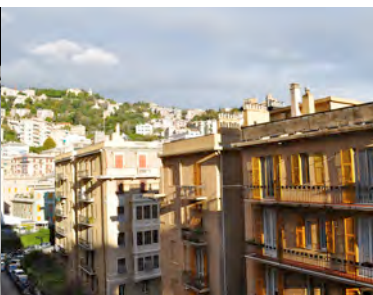
Tra i servizi socio sanitari le difficoltà a raggiungere Medico e farmacia sono meno frequenti di quelle segnalate per raggiungere i servizi della ASL e del Comune.

Tra i servizi commerciali la difficoltà a raggiungere i negozi di generi alimentari è meno diffusa di quella per raggiungere supermercati e centri commerciali.

Accesso a varie tipologie di servizi (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 1.080)



Più della metà delle persone (53%) dichiara di raggiungere “molto facilmente” il Medico di famiglia, mentre solo il 39% raggiunge molto facilmente i servizi Asl.

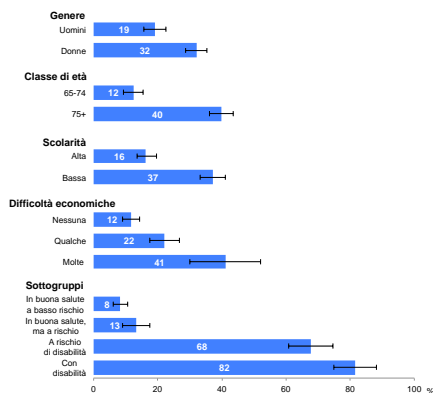


4.1.2 Chi ha maggiori difficoltà a raggiungere i servizi sociosanitari?

Raggiungono con difficoltà i Servizi della ASL (%)

Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 1.091)

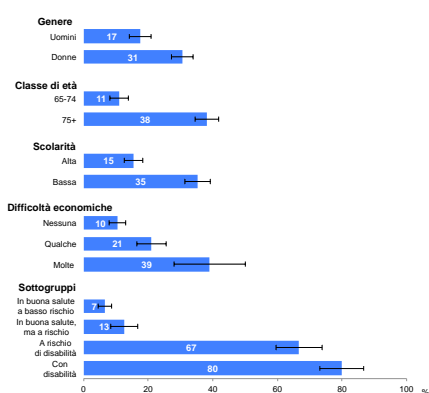
Totale = 26,7% (IC95% 24,3 – 29,2)



Raggiungono con difficoltà i Servizi del Comune

Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 1.080)

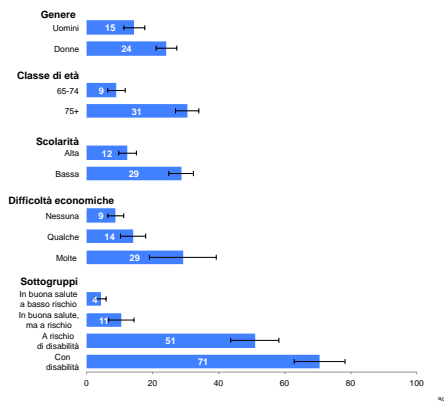
Totale = 25,2% (IC95% 22,8 – 27,5)



Raggiungono con difficoltà il Medico di famiglia (%)

Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 1.095)

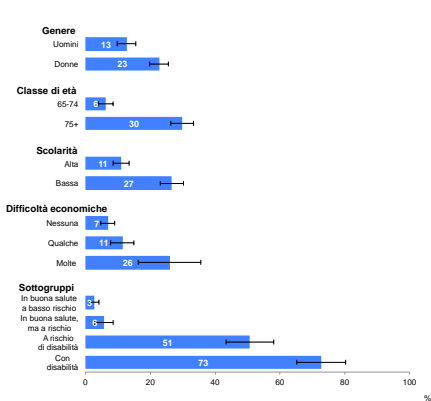
Totale = 20,3% (IC95% 18,0 – 22,5)



Raggiungono con difficoltà la farmacia (%)

Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 1.095)

Totale = 18,6% (IC95% 16,5 – 20,7)



Indipendentemente dal tipo di servizio preso in considerazione, difficoltà di accesso sono segnalate con frequenza significativamente maggiore:

- dalle donne rispetto agli uomini
- dalle persone con 75 anni e più rispetto a quelle tra 65 e 74 anni
- dalle persone con scolarità bassa
- dalle persone con difficoltà economiche rispetto a quelle che non ne riferiscono
- dalle persone a "rischio di" o "con" disabilità, rispetto a quelle in buona salute.

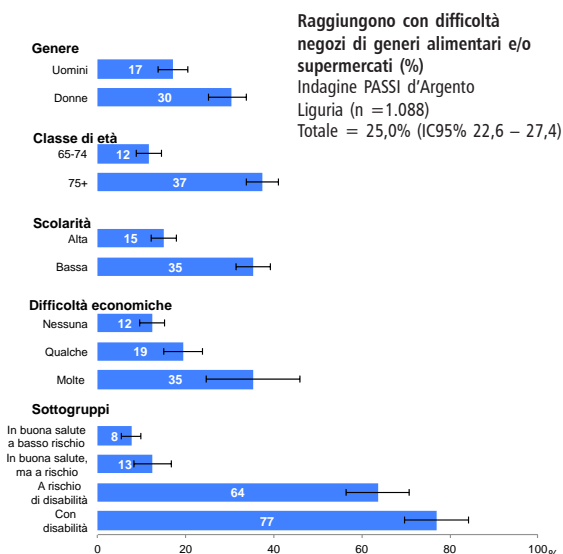
4.1.3 Chi ha maggiori difficoltà a raggiungere negozi di generi alimentari e/o supermercati?

Il 25% della popolazione con 65 anni e più riferisce difficoltà a raggiungere negozi di generi alimentari e/o supermercati.

Anche la difficoltà di accesso ai servizi commerciali considerati nell'indagine riguarda in particolar modo:

- le donne (30%)
- i più "anziani" (75 anni e più: 37%)
- le persone con scolarità bassa (35%)
- le persone con difficoltà economiche (qualche 19%; molte: 35%)
- le persone a "rischio di" o "con" disabilità (rispettivamente 64 e 77%).

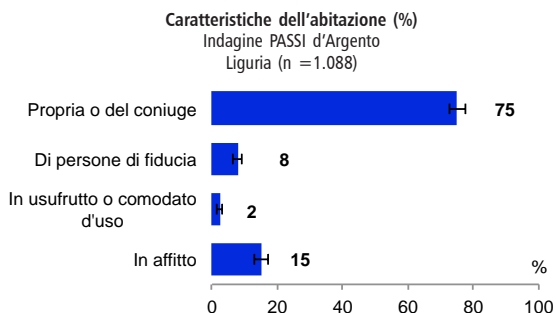
Questi gruppi di popolazione appaiono svantaggiati nell'accesso ai negozi di generi alimentari e ai supermercati/centri commerciali, anche quando considerati separatamente



4.2 ABITAZIONE

4.2.1 Quanti vivono in un'abitazione propria e quanti in affitto?

In Liguria più di 7 anziani su 10 (75%) vivono in casa propria o del coniuge, condizione ancora più comune tra le persone con livello di scolarità alto (79%). Anche tra coloro che dichiarano molte difficoltà economiche, il 52% vive in casa propria; così pure il 58% delle persone con disabilità.

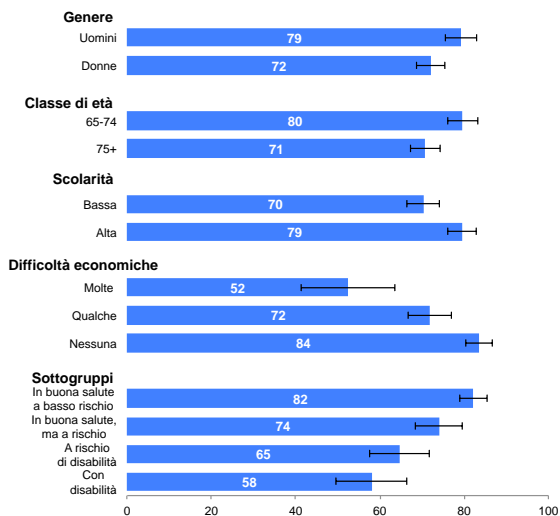


Il 15% paga un affitto, situazione che arriva a coinvolgere più di una persona su 4 (29%) tra coloro che riferiscono molte difficoltà economiche.

Poco numerose sono le persone con 65 anni e più che vivono in case di persona di fiducia (8%) o in abitazioni in usufrutto o comodato d'uso (2%).

La quota di queste 2 categorie di persone però raddoppia (19,6% complessivamente) dopo gli 85 anni.

Persone che vivono in abitazione propria
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 1.088)
Totale = 75,0% (IC95% 72,4-77,5)



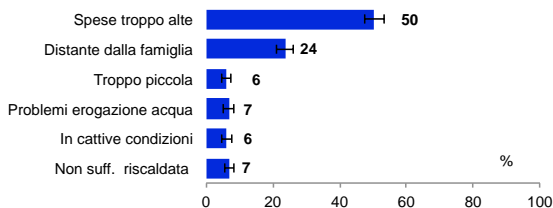
4.2.2 Quali problemi hanno le abitazioni in cui vivono le persone con 65 anni e più?

Tra i problemi dell'abitazione, le spese troppo alte rappresentano il problema più diffuso essendo riferito dalla metà (50%) delle persone con 65 anni e più.

Il 24% lamenta eccessiva distanza dalla famiglia.

Ci sono poi altri motivi di disagio riferiti in maniera percentualmente minore, che però rivestono molta importanza come problemi nell'erogazione dell'acqua, cattive condizioni abitative o insufficiente riscaldamento.

Problemi dell'abitazione (%)
Indagine PASSI d'Argento
Liguria (n = 1.079)

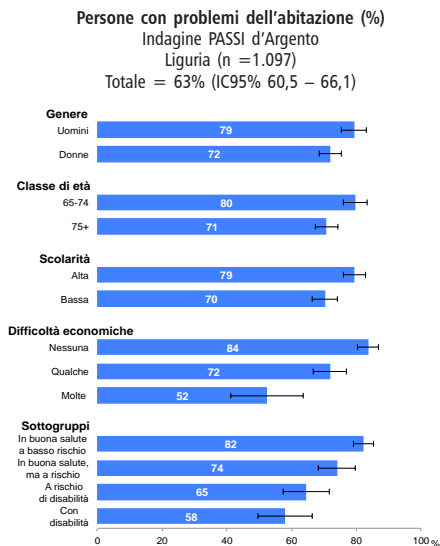


4.2.3 Chi segnala maggiormente problemi dell'abitazione in cui vive?

Complessivamente 6 persone con 65 anni e più su 10 riferiscono problemi nell'abitazione: il 38% 1 problema e il 25% almeno 2.

I problemi nell'abitazione vengono segnalati:

- con frequenza non significativamente differente per genere
- con frequenza significativamente più frequente dalle persone 65-74enni, con scolarità alta, senza difficoltà economiche e tra le persone "in buona salute" a basso rischio rispetto a quelle a rischio di disabilità e con disabilità.

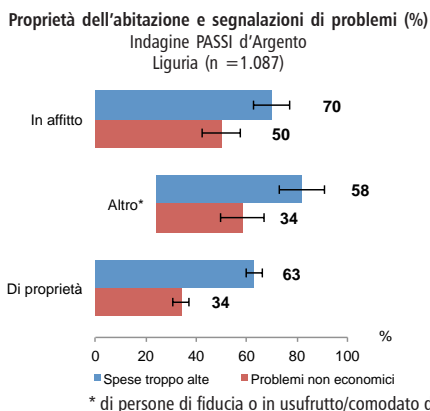


Quando non viene presa in considerazione la segnalazione di spese troppo alte, le persone con 65 anni e più che riferiscono problemi nell'abitazione risultano poco più di un terzo (36%).

4.2.4 La segnalazione di problemi dell'abitazione cambia in relazione alla sua proprietà?

Lo status di proprietario/a dell'abitazione non cambia la frequenza complessiva di segnalazione di problemi dell'abitazione.

Considerando separatamente i problemi di tipo economico ("spese troppo alte") e gli altri, solo per questi ultimi si registra una frequenza di segnalazione superiore da parte delle persone che vivono in affitto:



- il 50% delle segnalazioni proviene da chi vive in affitto
- il 34% da chi vive in usufrutto/comodato d'uso o in abitazione di persone di fiducia
- il 34% da chi vive in casa di sua proprietà



4.3 SICUREZZA NELL'AREA DI RESIDENZA

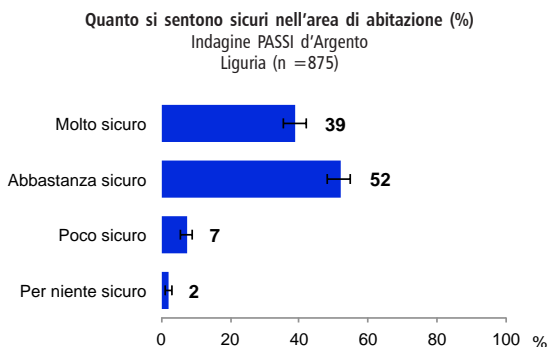
4.3.1 Quante persone si sentono sicure nell'area in cui vivono?

In Liguria oltre il 90% delle persone con 65 e più anni si sente sicura nell'area in cui vive:

- il 39% molto sicura
- il 52% abbastanza sicura.

Sono quindi circa 10 su 100 le persone che invece non si sentono sicure:

- Il 7% poco sicure
- Il 2% per niente sicure.



4.3.2 Quali persone si sentono maggiormente insicure nell'area in cui vivono?

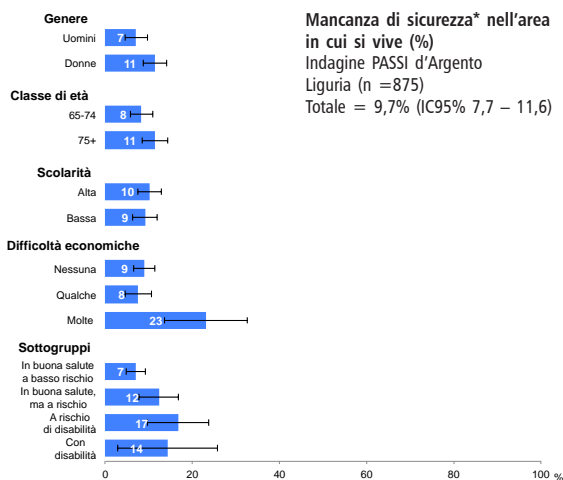
La mancanza di sicurezza nell'area in cui si vive non cambia significativamente in relazione a genere, età e scolarità.

Invece, aumenta in maniera significativa in relazione alla presenza di difficoltà economiche:

- 9% nessuna difficoltà vs 23% molte difficoltà.

Tra le altre categorie si osserva che la sensazione di insicurezza del proprio quartiere è maggiore:

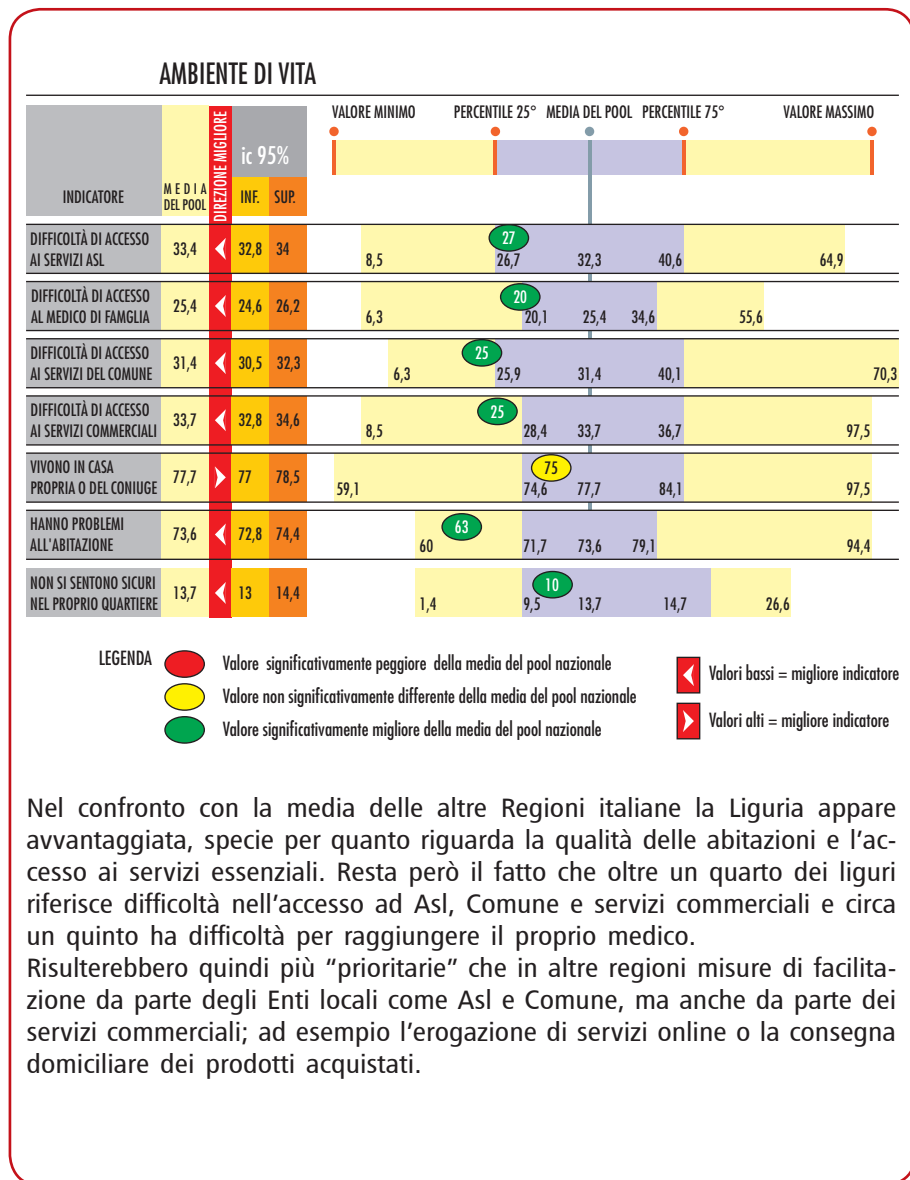
- tra le donne (11% vs 7%)
- tra gli ultra 75enni (11% vs 8%)
- tra le persone a rischio di disabilità (17%) e con disabilità (14%).



* = si sentono "poco" o "per niente" sicure

La sensazione di sicurezza dell'area in cui si vive non cambia in relazione all'abitare in casa di proprietà o in affitto.

4.4 INDICATORI CHE DESCRIVONO L'AMBIENTE DI VITA E L'ACCESSIBILITÀ AI SERVIZI: UN CONFRONTO TRA LA LIGURIA E I DATI NAZIONALI



Bibliografia

Cap. 1 – BENESSERE E INDIPENDENZA

- Istituto Nazionale di Statistica. Annuario statistico italiano 2012. Roma: ISTAT; 2012. Disponibile all'indirizzo: http://www3.istat.it/dati/catalogo/20121218_00/PDF/Cap2.pdf; ultima consultazione 24/09/13.
- Katz S, Downs TD, Cash HR, Grotz RC. Progress in development of the index of ADL. *Gerontologist* 1970; 10: 20-30.
- Lawton MP, Brody EM. Assessment of older people: self-maintaining and instrumental activities of daily living. *Gerontologist* 1969; 9: 179-185.
- Istituto Nazionale di Statistica. La disabilità in Italia: il quadro della statistica ufficiale. Roma: ISTAT; 2009. Disponibile all'indirizzo: http://www3.istat.it/dati/catalogo/20100513_00/arg_09_37_la_disabilita_in_Italia.pdf; ultima consultazione 24/09/13.
- Network Non Autosufficienza (Ed.). L'assistenza agli anziani non autosufficienti - Rapporto 2009. Santarcangelo di Romagna (RN): Maggioli Editore. Disponibile all'indirizzo: http://www.maggioli.it/rna/pdf/rapporto2009-assistenza_anziani.pdf; ultima consultazione 24/09/13.
- Bertozzi N, Vitali P, Binkin N, Perra A, D'argenio P, ed il Gruppo di Lavoro "Studio Argento". La "Qualità di vita" nella popolazione anziana: indagine sulla percezione dello stato di salute in 11 regioni italiane (Studio Argento, 2002). *Igiene e Sanità Pubblica* 2005; 61:545-559.
- Ôunpuu S, Chambers LW, Patterson C, Chan D, Yusuf S. Validity of the United States Behavioral Risk Factor Surveillance System's health-related quality of life survey tool in a group of older Canadians. *Chronic Diseases in Canada* 2001;22(3-4):93-101.
- Centers for Disease Control and Prevention. Measuring Healthy Days. Atlanta, Georgia: CDC; 2000. Disponibile all'indirizzo: <http://www.cdc.gov/hrqol/pdfs/mhd.pdf>; ultima consultazione 24/09/2013.
- Helm DT. The measurement of happiness *American Journal on Mental Retardation*. 2000 Sep;105(5):326-35.

Cap. 2 – FATTORI DI RISCHIO, CONDIZIONI DI SALUTE E CURE

- Klavestrand J, Vingard E. The relationship between physical activity and health-related quality of life: a systematic review of current evidence. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 2009;19(3):300-312.
- Bize R, Johnson JA, Plotnikoff RC. Physical activity level and health-related quality of life in the general adult population: A systematic review. *Prev Med* 2007;45(6):401-15.
- Washburn RA, McAuley E, Katula J, Mihalko SL, Boileau RA. The physical activity scale for the elderly (PASE): evidence for validity. *Journal of Clinical Epidemiology* 1999;52(7):643-51.
- Hagiwara A, Ito N, Sawai K, Kazuma K. Validity and reliability of the Physical Activity Scale for the Elderly (PASE) in Japanese elderly people. *Geriatrics and Gerontology International* 2008;8(3):143- 51.
- Scafato E. Alcohol and the elderly: the time to act is now!. *European Journal of Public Health* 2010; 20(6):617-618.
- Burns DM. Cigarette smoking among the elderly: disease consequences and the benefits of cessation. *American Journal of Health Promotion* 2000;14(6):357-61.
- World Health Organization. Report on the global Tobacco epidemic, 2013. Geneva: WHO; 2013. Disponibile all'indirizzo: http://www.who.int/tobacco/global_report/2013/en/ ; ultima consultazione 24/09/13.
- World Health Organization. Regional Office for Europe. Action plan for implementation of the European strategy for the prevention and control of non communicable diseases 2012-2016. Baku, Azerbaijan: WHO; 2011. Disponibile all'indirizzo: http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/147729/wd12E_NCDs_111360_revision.pdf ; ultima consultazione 24/09/13.
- Kocur I, Resnikoff S. Visual impairment and blindness in Europe and their prevention. *British Journal of Ophthalmology* 2002;86:716–722.
- Bernabei V, Morinia V, Moretti F et al. Vision and hearing impairments are associated with depressive--anxiety syndrome in Italian elderly. *Aging Mental Health*. 2011;15(4):467-74.
- Jensen PM, Saunders RL, Thierer T, Friedman B. Factors associated with oral health-related quality of life in community-dwelling elderly persons with disabilities. *Journal of the American Geriatrics Society* 2008 56(4):711–7. Disponibile all'indirizzo: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18284537>; ultima consultazione 24/09/13.

- Programma Nazionale Linee Guida. Linea guida Prevenzione delle cadute da incidente domestico negli anziani. PNLG, redazione 2007, aggiornamento 2009. Disponibile all'indirizzo: http://www.snlg-iss.it/cms/files/LG_incidenti_domestici.pdf; ultima consultazione 24/09/13.
- Blazer, D. G. Depression in Late Life: Review and Commentary. *The Journal of Lifelong Learning in Psychiatry* 2009; VII(1):118-136.
- Kroenke K, Spitzer RL, Williams JBW. The Patient Health Questionnaire-2: validity of a two-item depression screener. *Medical Care* 2003; 41:1284-1292.
- Nicholson NR. Social isolation in older adults: an evolutionary concept analysis. *Journal of Advanced Nursing* 2009;65(6):1342-52.
- Sergi G, De Rui M, Sarti S, Manzato E. Polypharmacy in the elderly: can comprehensive geriatric assessment reduce inappropriate medication use? *Drugs Aging* 2011;28:509–518.
- Ministero della Salute. Piano Nazionale Prevenzione Vaccinale 2012-2014. Disponibile all'indirizzo: http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_1721_allegato.pdf; ultima consultazione 24/09/13.

Cap. 3 – PARTECIPAZIONE

- World Health Organization. Active ageing: a policy framework, Geneva: WHO; 2002. Disponibile all'indirizzo: http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/who_nmh_nph_02.8.pdf; ultima consultazione 31/08/13.
- Futurage. National Consultations Ageing Research Priorities in Europe until 2025 ITALY. Disponibile all'indirizzo <http://futurage.group.shef.ac.uk/assets/files/Consultations%20public/Italy%20national%20consultations%20summary.pdf> ; ultima consultazione 31/08/13.

Cap. 4 – AMBIENTE DI VITA

- Oswald F, Wahl HW. Housing and health in later life. *Rev Environ Health* 2004;19(3-4):223-52.
- van Kamp I, van Loon J, Droomers M, de Hollander A. Residential environment and health: a review of methodological and conceptual issues. *Rev Environ Health* 2004 Jul-Dec;19(3-4):381-401.

Sitografia

SITI NAZIONALI

L'Istituto nazionale di statistica è un ente di ricerca pubblico. Presente nel Paese dal 1926, è il principale produttore di statistica ufficiale a supporto dei cittadini e dei decisori pubblici. Opera in piena autonomia e in continua interazione con il mondo accademico e scientifico

Istituto Nazionale di Statistica ISTAT

- Previsioni della Popolazione Anni 2011-2065. Disponibile all'indirizzo: <http://demo.istat.it/uniprev2011/index.html?lingua=ita>, ultima consultazione 02/10/2013.
- Disabilità in cifre. 2011. Consultato il 31 agosto 2012. Disponibile all'indirizzo: www.disabilitaincifre.it/descrizioni/lista_met.asp?cod_met=2; ultima consultazione 02/10/2013.
- Previsioni della popolazione: anni 2007-2051. Popolazione per età. Roma: ISTAT. 1999-2008. Disponibile all'indirizzo: <http://demo.istat.it/uniprev/index.html?lingua=ita>; ultima consultazione 02/10/2013.
- Indicatori socio-sanitari regionali: speranza di vita, speranza di vita in buona salute, speranza di vita libera da disabilità. Roma: ISTAT; 2009. Disponibile all'indirizzo: <http://www.istat.it/sanita/sociosan/>; ultima consultazione 02/10/2013.
- Previsioni della popolazione: anni 2007-2051. Indicatori. Roma: ISTAT. 1999-2008. Disponibile all'indirizzo: <http://demo.istat.it/uniprev/index.html?lingua=ita>; ultima consultazione 02/10/2013.
- La disabilità in Italia. Il quadro della statistica ufficiale. Roma: ISTAT; 2009. Disponibile all'indirizzo: http://www3.istat.it/dati/catalogo/20100513_00/arg_09_37_la_disabilita_in_Italia.pdf; ultima consultazione 02/10/2013.

Ministero della Salute Disponibile all'indirizzo <http://www.salute.gov.it/> ultima consultazione 02/10/2013

In particolare vedere il "Quaderno" del Ministero della Salute sull'appropriatezza dell'assistenza all'anziano che affronta temi complementari a quelli affrontati dal PASSI d'Argento

<http://www.quadernidellasalute.it/archivio-quaderni/6-novembre-dicembre-2010.php>

Guadagnare Salute. Il sito del programma nazionale: comunicazione e formazione secondo una nuova cultura della prevenzione. In particolare si segnala la sezione sorveglianze: Disponibile all'indirizzo <http://www.guadagnaresalute.it/> ultima consultazione 02/10/2013.

PASSI Sorveglianza sullo stato di salute della popolazione adulta italiana: abitudini, stili di vita, percezioni, dall'attività fisica ai vaccini. Disponibile all'indirizzo <http://www.epicentro.iss.it/passi/> ultima consultazione 02/10/2013.

SNLG Valutazione dell'assistenza e dei percorsi diagnostico-terapeutici: linee guida, documenti d'indirizzo e consensus conference. Disponibile all'indirizzo <http://www.snlg-iss.it/> ultima consultazione 02/10/2013.

OKkio alla Salute Sistema di indagini sulle abitudini alimentari e sull'attività fisica dei bambini delle scuole primarie (6-10 anni). Disponibile all'indirizzo <http://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/default.asp> ultima consultazione 02/10/2013.

Progetto Cuore: Epidemiologia e prevenzione delle malattie cerebro e cardiovascolari: carte del rischio, indicatori di malattia, fattori di rischio. Disponibile all'indirizzo <http://www.cuore.iss.it/> ultima consultazione 02/10/2013.

BEN Bollettino Epidemiologico Nazionale. Uno strumento di comunicazione per raccontare esperienze locali, ma di interesse generale per la sanità pubblica. Disponibile all'indirizzo <http://www.epicentro.iss.it/ben/> ultima consultazione 02/10/2013

PASSI d'Argento. Salute e qualità della vita nella terza età in Italia: sistema di indagini sugli stili di vita delle persone con 65 anni e più. Disponibile all'indirizzo <http://www.epicentro.iss.it/passi-argento/default.asp> ultima consultazione 02/10/2013
Istituto Superiore di Sanità (ISS) sezione Pubblicazioni Disponibile all'indirizzo www.iss.it ultima consultazione 02/10/2013.

Italia. Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali.

<http://www.lavoro.gov.it/Pages/default.aspx>

La vita buona nella società attiva. Libro verde sul futuro del modello sociale. Roma: Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali; 2008. Disponibile all'indirizzo: <http://www.lavoro.gov.it/NR/rdonlyres/B8453482-9DD3-474E-BA13-08D248430849/0/libroverdeDEF25luglio.pdf>; ultima consultazione 02/10/2013.

SITI INTERNAZIONALI

World Health Organization. WHO.

- Global recommendations on physical activity for health. Geneva: WHO; 2010. Disponibile all'indirizzo: http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/9789241599979_eng.pdf; ultima consultazione 02/10/2013.
- Active ageing: a policy frame work. Geneva: WHO; 2002 (WHO/NMH/NPH/02.8). Disponibile all'indirizzo: http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf; ultima consultazione 02/10/2013.
- World Health Organization. 2008-2013 Action plan for the global strategy for the prevention and control of non communicable diseases. Geneva: WHO; 2008. Disponibile all'indirizzo http://whqlibdoc.who.int/publications/2009/9789241597418_eng.pdf; ultima consultazione 02/10/2013.
- World Health Organization - Regional Office for Europe. Action plan for implementation of the European strategy for the prevention and control of non communicable diseases 2012-2016.
- Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2011. (EUR/RC61/12). Disponibile all'indirizzo: http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/147729/wd12E_NCDs_111360_revision.pdf; ultima consultazione 02/10/2013.
- European Commission Active Ageing Index (AAI). Disponibile all'indirizzo: <http://www1.unece.org/stat/platform/display/AAI/Active+Ageing+Index+Home>; ultima consultazione 02/10/2013.

Eurostat. EU integration seen through statistics. Luxembourg: Publications of the European

Union; 2006; Disponibile all'indirizzo: http://epp.eurostat.ec.europa.eu/cache/ITY_OF-FPUB/KS-71-05-691/EN/KS-71-05-691-EN.PDF; ultima consultazione 02/10/2013.

L'Ufficio Statistico dell'Unione Europea (Eurostat) è una Direzione Generale della Commissione Europea; raccoglie ed elabora dati dagli Stati membri dell'Unione Europea a fini statistici, promuovendo il processo di armonizzazione della metodologia statistica tra gli Stati membri.

European Union. European Year for Active Ageing and Solidarity between Generations. Disponibile all'indirizzo: <http://europa.eu/ey2012/> ultima consultazione 19/07/2013

European Commission: European Innovation Partnership on Active Healthy Ageing

European Innovation Partnership on Active Healthy Ageing. Disponibile all'indirizzo: <https://webgate.ec.europa.eu/eipaha/>; ultima consultazione 02/10/2013.

World Economic Forum (2012). Global Population Ageing: Peril or Promise? World Economic Forum: Ginevra. Disponibile all'indirizzo: <http://www.globalaging.org/agingwatch/World%20Economic%20Forum%20-%20peril%20or%20promise.pdf>; ultima consultazione 02/10/2013.

Global Age Watch Index

Per 91 paesi al mondo è ora disponibile un quadro di indicatori simile all'active ageing index dell'EU/UNECE. Possibile fare dei confronti fra Paesi e distinguere l'andamento per i diversi aspetti che caratterizzano l'active ageing <http://www.helpage.org/global-agewatch/>

SITI DI APPROFONDIMENTO

Moodle.org è il sito di comunità dove si discute e si realizza Moodle. Si tratta di una applicazione web libera (open source) che i formatori possono utilizzare per creare siti di formazione efficaci Disponibile all'indirizzo www.moodle.org ultima consultazione 27/06/2014.

CCM Il Centro nazionale per la prevenzione e il controllo delle malattie (Ccm) è un organismo di coordinamento tra il ministero della Salute e le Regioni per le attività di sorveglianza, prevenzione e risposta tempestiva alle emergenze Disponibile all'indirizzo <http://www.ccm-network.it/> ultima consultazione 27/06/2014.

SALUTE E INVECCHIAMENTO ATTIVO IN REGIONE LIGURIA

