

Stili di vita, fattori di rischio, patologie croniche

I dati PASSI d'Argento 2012-2013 in Calabria

Stili di vita

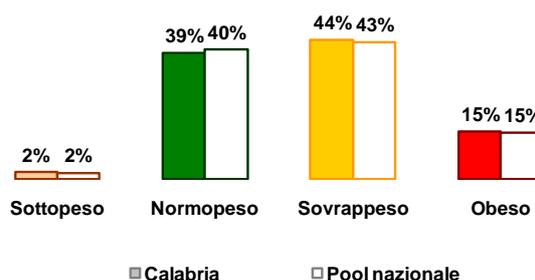
Attività fisica

Per indagare l'attività fisica PASSI d'Argento adotta il PASE (Physical Activity Scale for the Elderly), uno strumento validato a livello internazionale che rileva il livello di attività fisica della popolazione ultra 64enne attraverso una serie di domande riferite a una settimana di vita normale. In Calabria il 26% delle persone ultra 64enni risulta meno attivo dal punto di vista fisico rispetto al valore di riferimento del pool nazionale (25° percentile). La sedentarietà è più diffusa nelle persone con 75 e più anni ed in particolare negli ultra 84enni, specie nelle donne, e aumenta al peggiorare delle condizioni di salute.

Sovrappeso/obesità

In Calabria, oltre la metà delle persone ultra 64enni (59%) presenta un eccesso ponderale, comprendendo sia il sovrappeso (44%) sia l'obesità (15%). L'eccesso ponderale è più frequente negli uomini, nei 65-74enni, nelle persone con un basso titolo di studio, con difficoltà economiche e in buona salute ma a rischio di malattia.

Stato nutrizionale (%) PASSI d'Argento 2012-13
Confronto Calabria - Pool nazionale

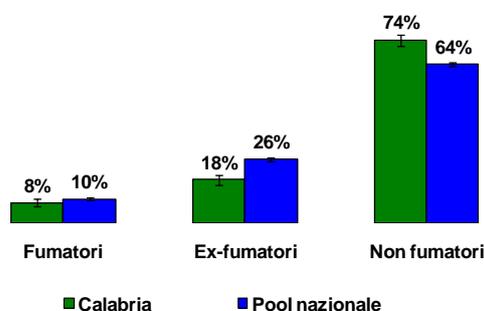


Consumo di alcol: poco più di un terzo (35%) della popolazione ultra 64enne consuma alcol. Poco più di un decimo (12%) è un consumatore potenzialmente a rischio per la salute, cioè assume più di una unità alcolica al giorno, abitudine più diffusa tra gli uomini dove raggiunge il 22%. Solamente il 18% di chi assume alcol in misura potenzialmente dannosa per la salute ha ricevuto nell'ultimo anno il consiglio di consumarne meno da parte di un medico o di un operatore sanitario.

Fumo

Fra gli intervistati ultra 64enni il 74% non ha mai fumato, il 18% è ex-fumatore e l'8% fuma. La prevalenza di fumatori è più alta tra le persone con 65-74 anni, alta istruzione. A più di due terzi dei fumatori ultra 64enni (70%) un medico o operatore sanitario ha dato il consiglio nell'ultimo anno di smettere di fumare.

Abitudine al fumo di sigaretta (%) PASSI d'Argento 2012-13
Confronto Calabria - Pool nazionale



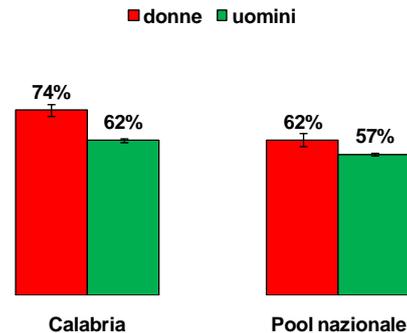
Ipertensione arteriosa

L'ipertensione arteriosa è uno dei principali fattori di rischio per lo sviluppo di patologie cardio-cerebrovascolari e si associa ad alti tassi di mortalità e disabilità.

In Calabria il 69% degli ultra64enni intervistati ha riferito di soffrire di ipertensione arteriosa; questa condizione è più frequente tra le donne (74% contro il 62% degli uomini), gli ultra74enni (73% contro 65% dei 65-74enni), coloro che sono in buona salute ma a rischio di malattie, le persone a rischio di disabilità e con disabilità.

Il dato regionale è significativamente al di sopra di quello nazionale (60%).

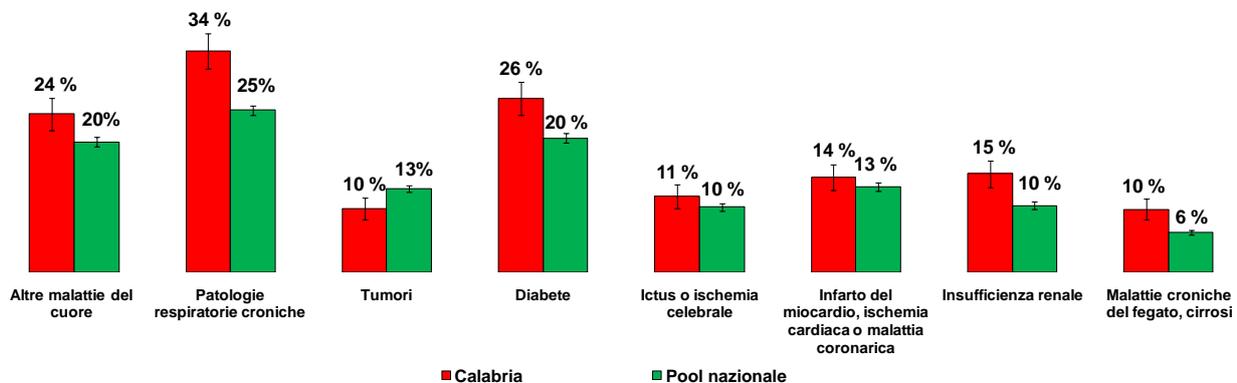
Ipertensione arteriosa (%) PASSI d'Argento 2012-13
Confronto Calabria - Pool nazionale



Patologie croniche

In Calabria il 71% delle persone ultra 64enni riferisce almeno una patologia cronica, pari a un numero stimato di persone nella popolazione residente di circa 269mila. Poco più della metà (51%) soffre di una o due patologie croniche e il 20% ne ha tre o più. Avere tre o più patologie croniche è più frequente tra le persone con 75 anni e più, con livello di istruzione basso, con molte difficoltà economiche e aumenta con il peggiorare delle condizioni di salute: si passa dal 4% degli ultra 64enni in buona salute al 21% di quelli a rischio di disabilità e al 43% di quelli con disabilità.

Prevalenza di patologie croniche nella popolazione ultra 64enne (%) PASSI d'Argento 2012-13
Confronto Calabria - Pool nazionale



Diabete e ipertensione: stili di vita da migliorare!

In Calabria il 26% delle persone ultra 64enni soffre di diabete; non si osservano differenze significative per genere e classi di età, mentre la prevalenza è maggiore tra le persone con basso livello di istruzione, con molte difficoltà economiche e in coloro che sono in buona salute ma con fattori di rischio, a rischio di disabilità o disabili. Tra gli ultra64enni con diabete otto su dieci sono ipertesi (81%), circa sette su dieci sono sovrappeso/obesi (66%) e altrettanti consumano poca frutta e verdura (62%). Riferiscono ipertensione arteriosa il 71% degli ultra64enni con sovrappeso/obesità rispetto al 65% dei normo/sottopeso e il 73% delle persone meno attive fisicamente contro il 66% di quelli che svolgono attività fisica.