



Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia



## L'attività fisica in Emilia-Romagna: dati 2008 del sistema di sorveglianza PASSI

### L'attività fisica e sedentarietà negli adulti (18-69 anni)

Nella nostra Regione si stima che circa un terzo degli adulti 18-69enni abbia uno **stile di vita attivo** (36%), in quanto svolge un'attività lavorativa pesante dal punto di vista fisico oppure pratica l'attività fisica raccomandata\*.

Una quota rilevante è considerabile solo **parzialmente attivo** (42%), in quanto pratica attività fisica, ma meno di quanto raccomandato.

Circa un quarto è completamente **sedentario** (22%): questa stima corrisponde in Regione a circa 660mila persone sedentarie nella fascia 18-69 anni.

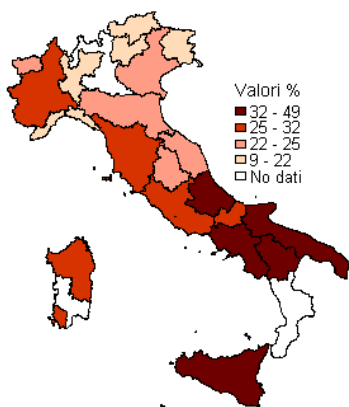
La sedentarietà cresce con l'età ed è maggiore nelle persone con livello d'istruzione basso.

In Italia la sedentarietà è più diffusa (range: 9% prov.aut. Bolzano - 49% Basilicata).

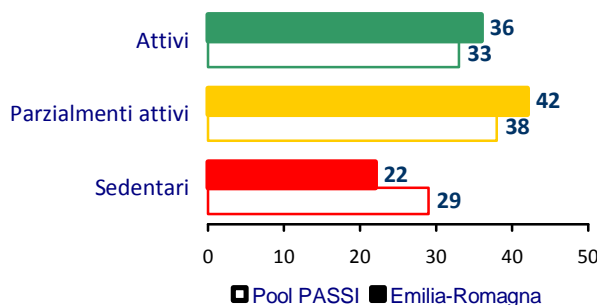
\* Attività fisica raccomandata: almeno 30 minuti di attività moderata al giorno per almeno 5 giorni alla settimana oppure attività intensa per più di 20 minuti per almeno 3 giorni.

Livello di attività fisica		
Attivi	Parzialmente Attivi	Sedentari
36%	42%	22%
Sedentarietà per sesso, età e condizioni sociali		
nei due sessi	uomini	22%
	donne	23%
nelle classi di età	18-34 anni	17%
	35-49 anni	24%
	50-69 anni	25%
istruzione	nessuna/elementare	26%
	media inferiore	23%
	media superiore	21%
	laurea	11%
nelle diverse situazioni economiche	molte difficoltà	22%
	qualche difficoltà	23%
	nessuna difficoltà	22%

Persone sedentarie (%)  
PASSI 2008



Livello di attività fisica praticato (%)  
PASSI 2008



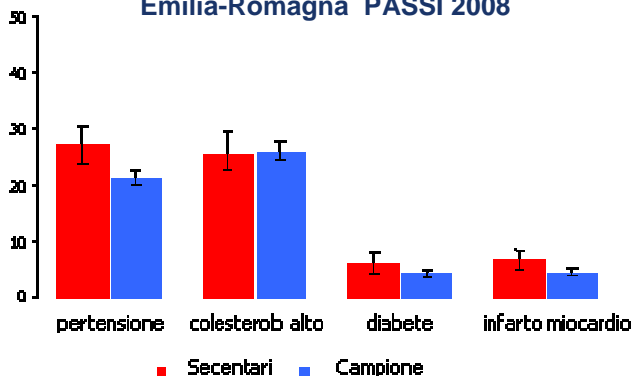
### La consapevolezza

La percezione soggettiva - elemento importante nel determinare un cambiamento del proprio stile di vita - spesso non corrisponde al livello di attività fisica effettivamente praticata: infatti poco meno della metà delle persone parzialmente attive ed un quinto dei sedentari percepisce il proprio livello di attività fisica come già sufficiente.

#### Percezione dell'adeguatezza dell'attività fisica praticata

<i>parzialmente attivi</i> che ritengono di praticare sufficiente attività fisica	44%
<i>sedentari</i> che ritengono di praticare sufficiente attività fisica	20%

## Condizioni di rischio e malattie croniche Emilia-Romagna PASSI 2008



## La salute delle persone sedentarie

Tra i sedentari è maggiore la percentuale di persone ipertese, con diabete o pregresso infarto miocardico.

Queste condizioni sono più frequenti nelle persone sedentarie che perciò sopportano - come quelle in eccesso ponderale, condizione spesso associata - un carico di malattia più elevato rispetto alla popolazione generale.

## L'atteggiamento degli operatori sanitari

Solo un terzo delle persone dichiara che un medico o un altro operatore sanitario si è informato sull'attività fisica praticata dai suoi assistiti.

Inoltre solo un terzo riferisce di aver ricevuto il consiglio di praticare attività fisica regolarmente.

### L'atteggiamento di medici e operatori sanitari

persone cui un medico o un operatore sanitario ha chiesto se praticano attività fisica	35%
persone consigliate dal medico o da un operatore sanitario di fare attività fisica	35%

## Conclusioni

L'attività fisica praticata dalla nostra popolazione adulta è ancora insufficiente e sono possibili ampi miglioramenti, in particolare nelle persone sopra ai 50 anni.

Una quota rilevante di persone mostra una consapevolezza non adeguata dell'attività fisica effettivamente praticata, ritenendo di fare sufficiente movimento anche se è in realtà solo parzialmente attiva o sedentaria.

L'attenzione e il consiglio degli operatori sanitari possono essere esercitati con maggiore frequenza e fiducia.

La Regione Emilia-Romagna già da anni promuove la pratica dell'attività fisica con azioni sia sui determinanti ambientali sia sui comportamenti individuali; nell'ambito della pianificazione territoriale sono stati adottati una serie di provvedimenti normativi mirati alla riqualificazione dell'ambiente costruito e alla promozione dell'esercizio fisico. Dal 2008 la Regione coordina il progetto "Promozione dell'attività fisica - Azioni per una vita in salute" del Centro Nazionale per la prevenzione e il controllo delle malattie (CCM), che si pone come obiettivo generale quello di ridurre l'incidenza di sovrappeso ed obesità attraverso una corretta alimentazione e la pratica di una regolare attività fisica.

## Che cos'è il sistema di sorveglianza Passi?

Nel 2006, il ministero della Salute ha affidato al Centro nazionale di epidemiologia, sorveglianza e promozione della salute (Cnesps) dell'Istituto superiore di sanità il compito di sperimentare un sistema di sorveglianza della popolazione adulta (PASSI, Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia). L'obiettivo del sistema è stimare la frequenza e l'evoluzione dei fattori di rischio per la salute, legati ai comportamenti individuali, oltre alla diffusione delle misure di prevenzione. Tutte le 21 Regioni o Province Autonome hanno aderito al progetto. Un campione di residenti di 18-69 anni viene estratto con metodo casuale stratificato dagli elenchi delle anagrafi sanitarie. Personale delle Asl, specificamente formato, effettua interviste telefoniche (circa 25 al mese per ogni Asl) con un questionario standardizzato. I dati vengono successivamente trasmessi in forma anonima via internet e registrati in un archivio unico nazionale. Nel 2008 sono state realizzate 37 mila interviste, di cui 3.790 in Emilia-Romagna; a ottobre 2009, sono state raccolte complessivamente circa 80 mila interviste. Per maggiori informazioni, visita il sito [www.epicentro.iss.it/passi](http://www.epicentro.iss.it/passi).

## a cura del Gruppo Tecnico PASSI Emilia-Romagna

Nicoletta Bertozzi, Giuliano Carrozzì, Alba Carola Finarelli, Paola Angelini, Diego Sangiorgi, Lara Bolognesi, Letizia Sampaolo, Andrea Mattivi, Rossana Mignani, Anna Rita Sacchi, Alma Nieddu, Anna Maria Ferrari, Paolo Pandolfi, Sara De Lisio, Giovanni Blundo, Ivana Stefanelli, Aldo De Togni, Giuliano Silvi, Oscar Mingozzi, Patrizia Vitali, Fausto Fabbri, Michela Morri (Direzione Generale Sanità e Politiche sociali Regione Emilia-Romagna e Dipartimenti di Sanità Pubblica regionali)