

L'attività fisica nell'Ausl di Cesena: dati del sistema di sorveglianza PASSI (2008-2011)



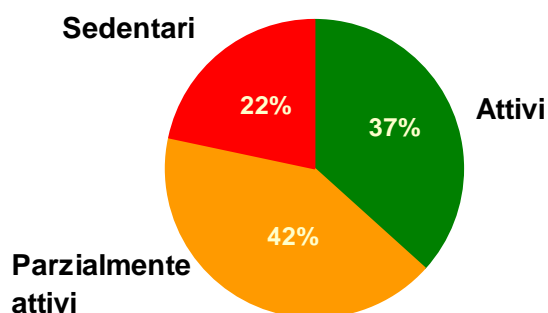
L'attività fisica (18-69 anni)

Nell' Ausl di Cesena, si stima che circa un terzo degli adulti 18-69enni abbia uno stile di vita **attivo** (37%) in quanto pratica attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati¹ o svolge un'attività lavorativa fisicamente pesante.

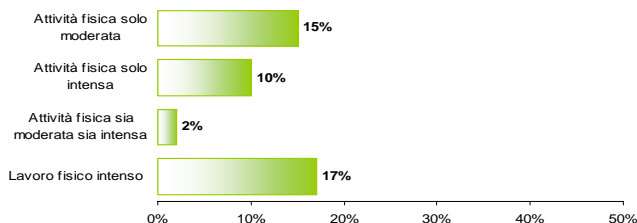
Una quota rilevante di adulti (42%) pratica attività fisica a livelli inferiori di quelli raccomandati e si può considerare **parzialmente attivo**.

Circa un quinto è completamente **sedentario** (22%).

Livello di attività fisica praticato (%)
Ausl Cesena PASSI 2008-11

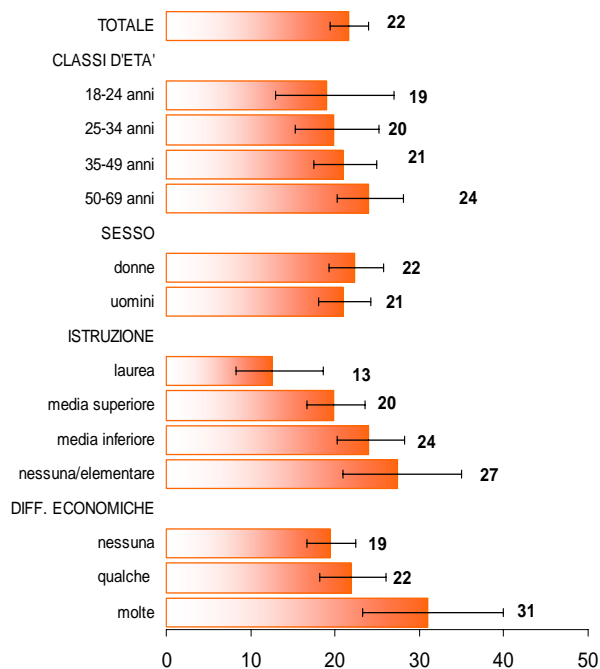


Tipi di attività fisica praticata
Ausl Cesena PASSI 2008-11



Nell'Ausl di Cesena, la percentuale di persone sedentarie è pari al 22%. Differenze significative si riscontrano rispetto ai diversi livelli di titolo di studio e di difficoltà economiche. Infatti, la percentuale di sedentari aumenta nelle persone con titolo di studio basso (27% rispetto al 13% dei laureati) e in quelle con molte difficoltà economiche (31% rispetto 19%).

Persone sedentarie (%)
Ausl Cesena PASSI 2008-11



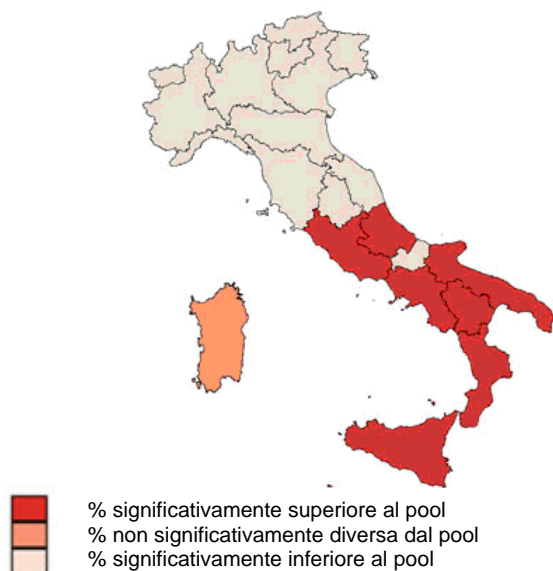
¹ Attività fisica nel tempo libero raccomandata per adulti: almeno 30 minuti di attività moderata al giorno per almeno 5 giorni alla settimana oppure attività intensa per più di 20 minuti per almeno 3 giorni

La distribuzione di attività fisica e sedentarietà

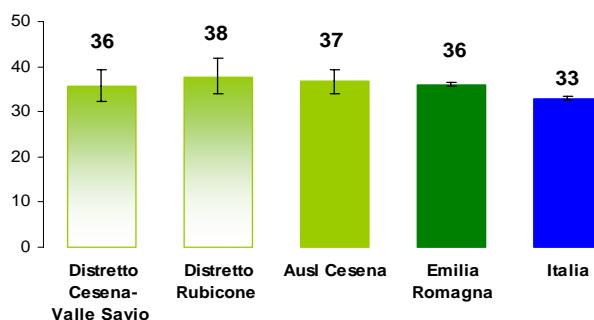
Nell'Ausl di Cesena, la quota di persone che praticano l'attività fisica raccomandata (37%) è in linea col valore regionale (36%) e la più alta rispetto alla media nazionale (33%); non sono presenti differenze significative tra i due Distretti aziendali (Cesena-Valle Savio 30% e Rubicone 31%).

La quota di sedentari (22%) è in linea col valore regionale (23%) e più bassa rispetto alla media nazionale (30%); non sono presenti differenze significative tra i due Distretti aziendali (Cesena-Valle Savio 21% e Rubicone 23%).

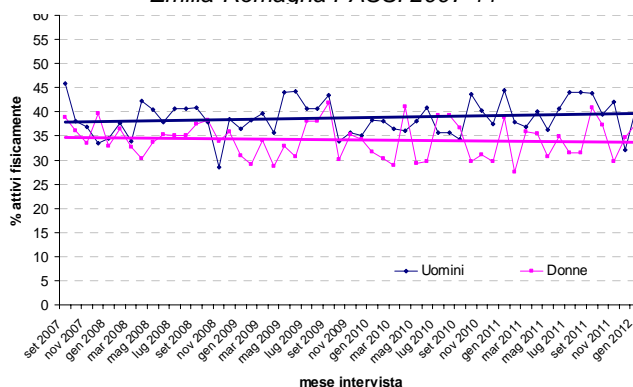
Sedentari per Regione (%)
PASSI 2008-2011



Attività fisica praticata secondo le Linee Guida (%)
Ausl Cesena PASSI 2008-11



Attivi fisicamente (%)
Emilia-Romagna PASSI 2007-11



L'evoluzione nell'attività fisica

A livello regionale, la percentuale di persone attive è complessivamente stabile nel periodo 2007-11: l'andamento appare in lieve aumento negli uomini e in lieve diminuzione nelle donne.

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.

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

L'atteggiamento degli operatori sanitari Ausl Cesena PASSI 2008-11

Persone a cui un operatore sanitario ha chiesto se praticano attività fisica	32%
Persone a cui un operatore sanitario ha consigliato di fare attività fisica	32%

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 e circa un quinto dei sedentari percepisce il proprio livello di attività fisica come già sufficiente.

Percezione dell'adeguatezza dell'attività fisica praticata Ausl Cesena PASSI 2008-11

Parzialmente attivi che ritengono di praticare sufficiente attività fisica	46%
Sedentari che ritengono di praticare sufficiente attività fisica	17%

a cura di Nicoletta Bertozzi, Laura Sardonini, Sabrina Guidi, Antonella Bazzocchi, Emanuela Baldassarri, Francesca Castoldi, Gabriella Dall'Ara, Silvana Fiuzzi, Marinella Franceschini, Francesca Righi, Mara Romagnoli, Giampiero Battistini, Giuseppe Brighi, Patrizia Vitali. (Dipartimento di Sanità Pubblica Ausl Cesena)

Per maggiori informazioni, visita il sito www.epicentro.iss.it/passi