



## L'attività fisica in Emilia-Romagna: dati del sistema di sorveglianza PASSI (Anni 2021-2022)

### Livello di attività fisica praticato

#### Bambini (8-9 anni)

Secondo i dati OKkio alla Salute<sup>1</sup> 2019, in Emilia-Romagna il 16% dei bambini di 8-9 anni è definito come non attivo in quanto il giorno precedente la rilevazione non ha svolto attività motoria a scuola, attività sportiva strutturata e non ha giocato all'aperto. Circa un terzo (33% sia nei bambini che nelle bambine) ha fatto giochi di movimento per almeno un'ora da 5 a 7 giorni alla settimana e solo il 2% pratica uno sport strutturato per 5 giorni o più (3% nei bambini e 2% nelle bambine).

#### Ragazzi (11-15 anni)

Dai dati dell'indagine HBSC<sup>2</sup> 2022 emerge che in Emilia-Romagna circa l'8% dei ragazzi 11-15enni svolge attività fisica ogni giorno per almeno 60 minuti, come raccomandato dalle linee guida internazionali (OMS 2010), mentre poco più della metà (53%) la pratica per 2-4 giorni alla settimana. In particolare, oltre un terzo (39%) dei ragazzi ha riferito di svolgere attività fisica intensa due o tre volte alla settimana. L'indagine HBSC indica che l'attività fisica viene condotta prevalentemente durante le ore scolastiche o le attività sportive organizzate.

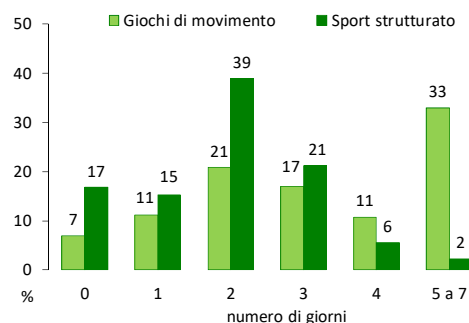
#### Adulti (18-69 anni)

Secondo la sorveglianza PASSI, in Emilia-Romagna nel biennio 2021-2022 oltre la metà degli adulti 18-69enni ha uno stile di vita attivo (56%), in quanto pratica attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS<sup>3</sup> nel 2020 (52%) oppure svolge un'attività lavorativa pesante dal punto di vista fisico (8%). La percentuale di attivi è più elevata rispetto a quella registrata a livello nazionale (47%). Il 30% di adulti si può, invece, considerare parzialmente attivo, corrispondenti a una stima di circa 877 mila persone, in quanto pratica nel tempo libero attività fisica a livelli inferiori di quelli raccomandati dall'OMS<sup>3</sup> o svolge un lavoro che comporta uno sforzo fisico moderato. Circa un sesto (14%) è completamente sedentario, pari a circa 427 mila persone nella fascia 18-69 anni, valore significativamente inferiore rispetto a quello nazionale (29%).

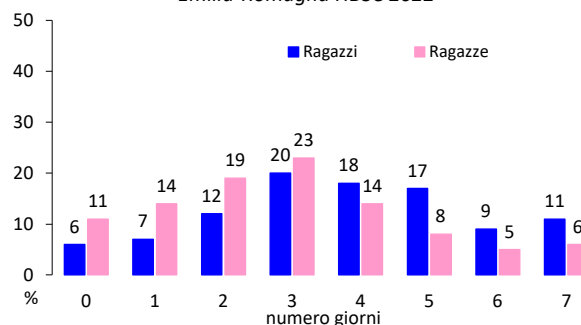
#### Persone ultra 69enni

In Emilia-Romagna durante il biennio 2021-2022 il 27% delle persone ultra 69enni risulta fisicamente attivo secondo i livelli di attività fisica raccomandati dall'OMS<sup>3</sup> nel 2020, il 18% parzialmente attivo e il 34% sedentario; il restante 21% ha difficoltà a deambulare o è non eleggibile al PASE<sup>5</sup>. La percentuale regionale di coloro che risultano essere attivi è statisticamente maggiore rispetto a quella nazionale.

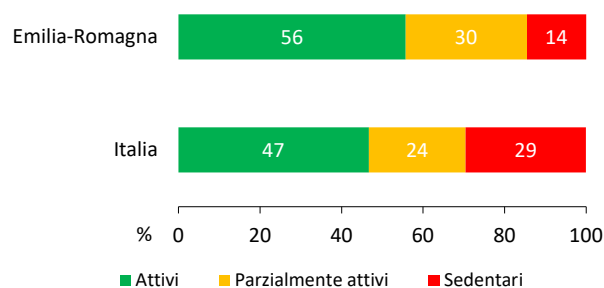
Giorni della settimana con almeno un'ora di attività fisica nei bambini di 8-9 anni (%) Emilia-Romagna OKkio 2019



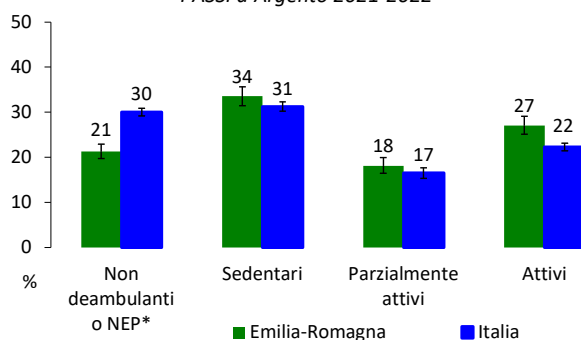
Giorni della settimana con almeno un'ora di attività fisica nei ragazzi di 11-15 anni (%) Emilia-Romagna HBSC 2022



Livello di attività fisica praticato nelle persone di 18-69 anni (%) PASSI 2021-2022



Livello di attività fisica praticato nelle persone ultra 69enni (%) PASSI d'Argento 2021-2022



\* NEP: persone ultra 64enni non eleggibili al PASE score, cioè che sono in grado di deambulare ma non hanno sostenuto direttamente l'intervista (intervento del proxy)

<sup>1</sup> OKkio è un'indagine volta a monitorare lo stato ponderale, le abitudini alimentari e l'attività fisica dei bambini di III elementare

<sup>2</sup> HBSC (Health Behaviour in School-aged Children) è un'indagine multicentrica internazionale che indaga i comportamenti di salute degli adolescenti di 11, 13 e 15 anni

<sup>3</sup> Attività fisica nel tempo libero raccomandata dall'OMS (2020) agli adulti 18-64enni e agli ultra 64enni: attività aerobica moderata di almeno 150 minuti oppure intensa di almeno 75 minuti alla settimana; le attività moderate e intense possono essere combinate

<sup>4</sup> PASSI d'Argento è un'indagine su stili di vita e fattori di rischio nella popolazione ultra 64enne

<sup>5</sup> Per maggiori informazioni sul PASE: [www.epicentro.iss.it/passi-argento/dati/attiva.asp](http://www.epicentro.iss.it/passi-argento/dati/attiva.asp)

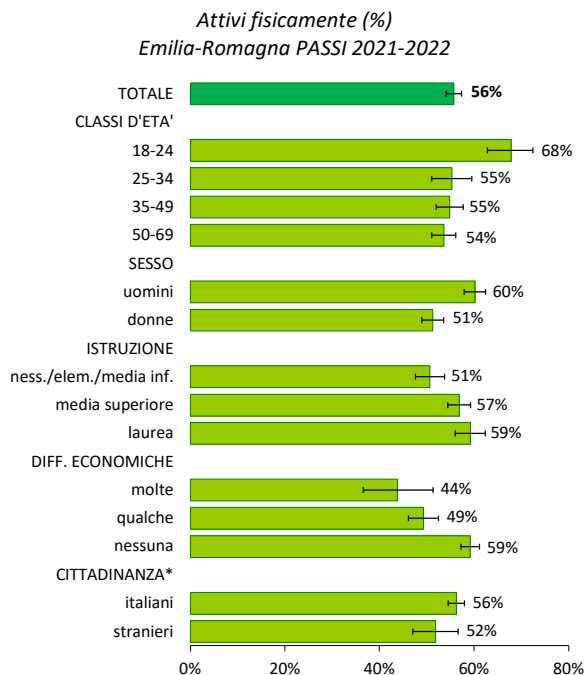
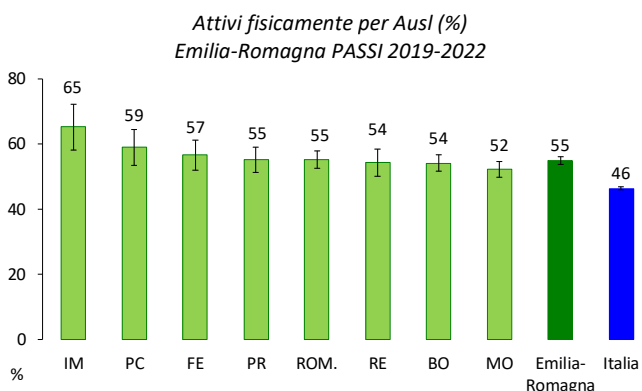
## Attivi fisicamente (18-69 anni)

Secondo i dati PASSI, considerando sia l'attività fisica del tempo libero sia quella effettuata al lavoro, la percentuale di 18-69enni attivi in Emilia-Romagna è più alta tra le persone:

- di 18-24 anni
- di genere maschile
- con alta istruzione
- senza difficoltà economiche
- con cittadinanza italiana.

Analizzando le variabili considerate in un modello di regressione di *Poisson* per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro, si confermano tutte le associazioni evidenziate, ad eccezione della cittadinanza.

Nel quadriennio 2019-2022 la quota regionale di attivi va dal 65% dell'Ausl di Imola al 52% di Modena e mostra lievi differenze per zone geografiche omogenee: risulta del 57% nei comuni di montagna, del 56% nei capoluoghi di provincia e del 53% nei comuni di pianura/collina.

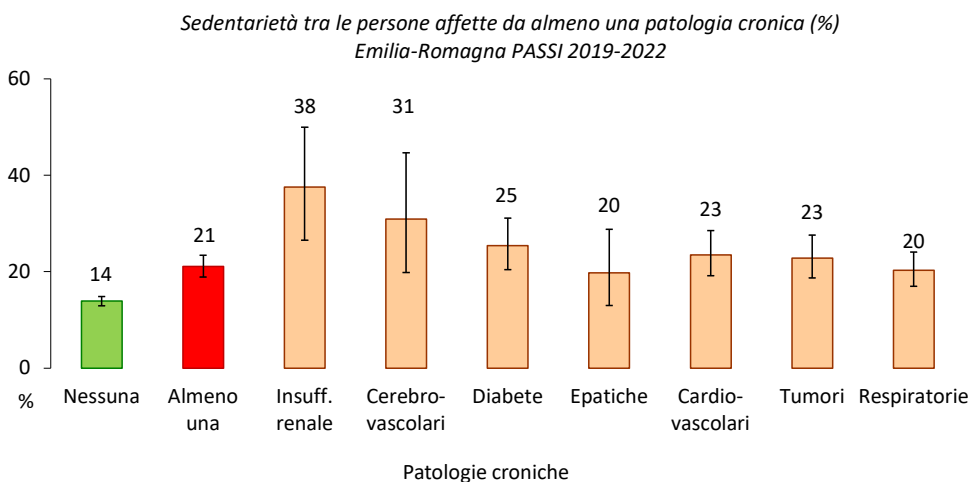


(\*) Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

In Emilia-Romagna il 14% degli adulti intervistati nel biennio 2021-2022 risultano completamente sedentari in quanto hanno riferito di condurre un'attività lavorativa sedentaria e di non praticare attività fisica nel tempo libero.

L'inattività fisica è una delle principali cause di disabilità e morte dovute a malattie croniche, quali disturbi cardiaci, ictus, diabete e cancro.

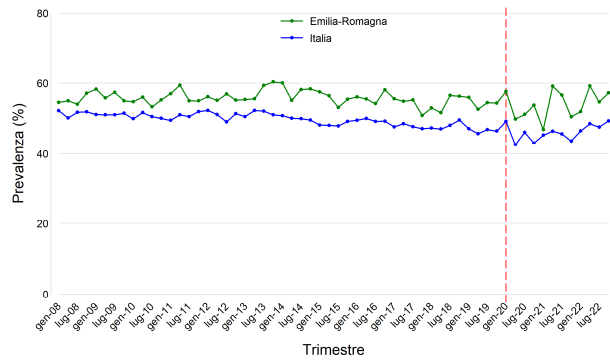
In Emilia-Romagna, nel quadriennio 2019-2022, la percentuale dei sedentari sale al 21% tra coloro che sono affetti da almeno una patologia cronica, pari ad una stima di oltre 124 mila persone; tale prevalenza è statisticamente inferiore rispetto a quella nazionale (37%). La sedentarietà è più diffusa tra chi ha dichiarato almeno una patologia (21%) rispetto a chi non ne ha riportate (14%); in particolare, è maggiore tra coloro che soffrono di insufficienza renale (38%), di malattie cerebrovascolari (31%), di diabete (25%), di epatiche (20%), di Cardiovascolari (23%), di Tumori (23%) e di Respiratorie (20%).



Nel periodo 2008-2022 in Emilia-Romagna, così come nel resto d'Italia, la percentuale di persone attive risulta pressoché costante fino al 2015, per poi calare negli anni successivi.

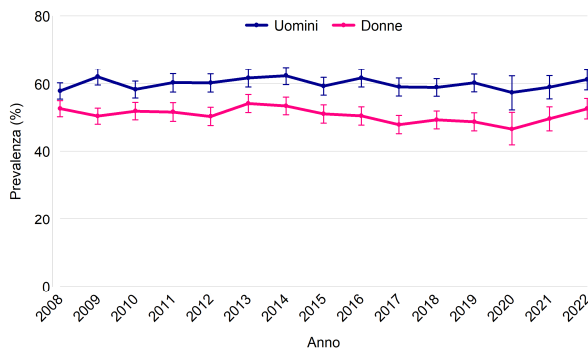
Nel 2020 la percentuale di attivi è ulteriormente diminuita (52% rispetto al 55% del 2019), per poi risalire nel 2021 (54%) e nel 2022 (57%).

**Attivi fisicamente (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2022**

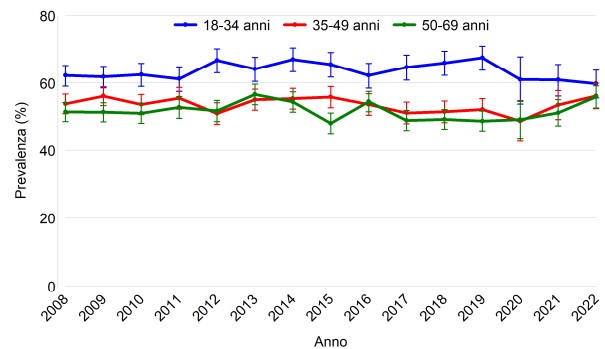


L'analisi annuale per sottogruppi di popolazione mostra come la prevalenza di adulti fisicamente attivi decresca nel 2020 tra le donne (48,9% nel 2019 vs 46,7% nel 2020), gli uomini (60,3% nel 2019 vs 57,5% nel 2020), i 18-34enni (67,6% nel 2019 vs 61% nel 2020) e i 35-49enni (52,2% nel 2019 vs 48,8% nel 2020); nel 2021-2022 si assiste ad un recupero in tutte le categorie tranne che nei 18-34enni.

**Attivi fisicamente per genere (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2022**

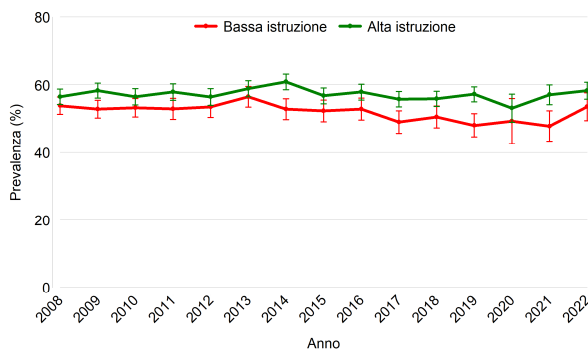


**Attivi fisicamente per classe d'età (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2022**

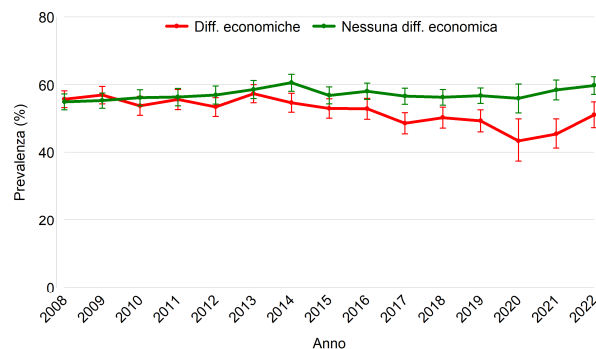


Analizzando i dati per i fattori socio-economici, si evidenzia una diminuzione nel periodo 2008-2021 tra le persone a basso livello di istruzione e tra quelle con difficoltà economiche. Nel 2020 la percentuale di attivi decresce anche tra chi ha alta istruzione ed il calo più evidente è tra chi ha riferito difficoltà economiche. Nel 2022 si assiste ad un incremento più marcato nelle persone con bassa istruzione o in quelle con difficoltà economiche.

**Attivi fisicamente per livello d'istruzione (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2022**



**Attivi fisicamente per difficoltà economiche (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2022**



## L'attività fisica nel tempo libero

Nel tempo libero più della metà (52%) delle persone di 18-69 anni è risultata attiva<sup>6</sup>: il 33% pratica livelli più elevati mentre il 19% a livelli più moderati.

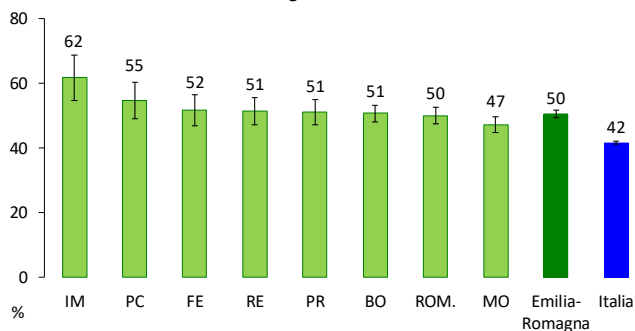
Circa un quarto delle persone (24%) è parzialmente attivo (pratica attività fisica nel tempo libero ma senza raggiungere la soglia settimanale raccomandata dall'OMS<sup>6</sup>) e il 24% è sedentario, non svolgendo nel tempo libero alcuna attività fisica. La percentuale regionale di persone attive (52%) è significativamente superiore a quella nazionale (42%).

La prevalenza di attivi fisicamente nel tempo libero è maggiore tra i più giovani, gli uomini, le persone con più alta istruzione, quelle senza difficoltà economiche e gli italiani.

Analizzando le variabili considerate in un modello di regressione di Poisson per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro, si confermano le associazioni sopra descritte.

Nel quadriennio 2019-2022 la quota di persone attive nel tempo libero varia dal 62% dell'Ausl di Imola al 47% di Modena; non si rilevano differenze tra le zone geografiche omogenee (51% nel capoluogo e nei comuni di montagna e 49% in quelli di pianura/collina).

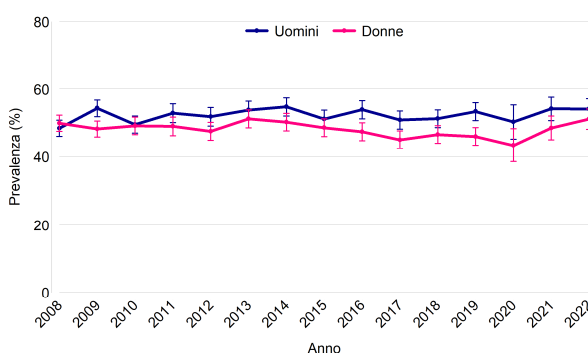
Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per Ausl (%) Emilia-Romagna PASSI 2019-2022



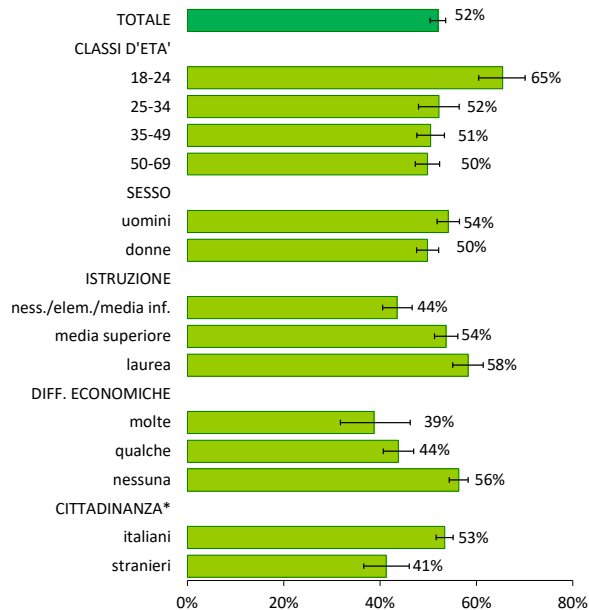
Nel periodo 2008-2020 sia in Emilia-Romagna che in Italia la prevalenza di chi ha dichiarato di svolgere attività fisica nel tempo libero secondo i livelli raccomandati dall'OMS mostra un calo, più marcato nel 2020 (in Emilia-Romagna va dal 50% nel 2019 al 47%). Nel biennio 2021-2022 si assiste ad un lieve aumento (51% nel 2021 e 53% nel 2022).

Nel 2020 la diminuzione della quota di attivi nel tempo libero si rileva in tutti i sottogruppi di popolazione con recupero nel 2021-2022, più evidente tra le donne, i 35-69enni, le persone con difficoltà economiche e quelle con bassa istruzione; tra i 18-34enni, invece, tale prevalenza risulta stabile nel 2021-2022.

Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per genere (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2022



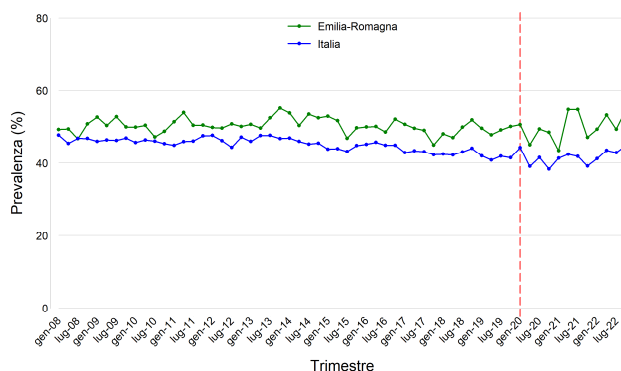
Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS (%) Emilia-Romagna PASSI 2021-2022



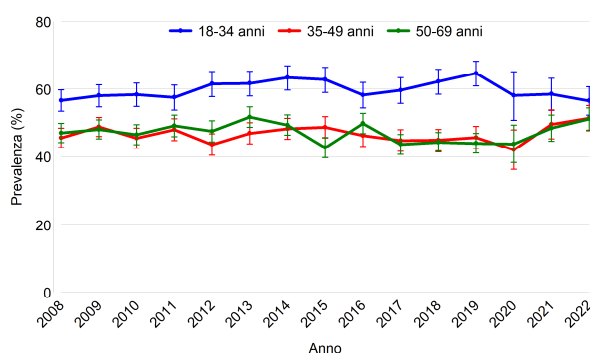
\* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

<sup>6</sup> L'OMS nel 2020 ha definito per ogni fascia di popolazione l'attività fisica che dovrebbe essere fatta nel tempo libero per trarre benefici di salute, aumentare il benessere psicologico e svolgere un ruolo di prevenzione delle malattie cronicodegenerative. Per le persone adulte con 18-64 anni raccomanda di svolgere alla settimana un'attività aerobica moderata di almeno 150 minuti oppure una intensa di almeno 75 minuti; le attività moderate e intense possono essere combinate. Per ottenere ulteriori benefici di salute l'attività aerobica moderata dovrebbe essere di almeno 300 minuti e quella intensa di almeno 150 minuti alla settimana. Le persone che svolgono l'attività secondo quest'ultime tempistiche sono classificate come molto attive nella sorveglianza PASSI

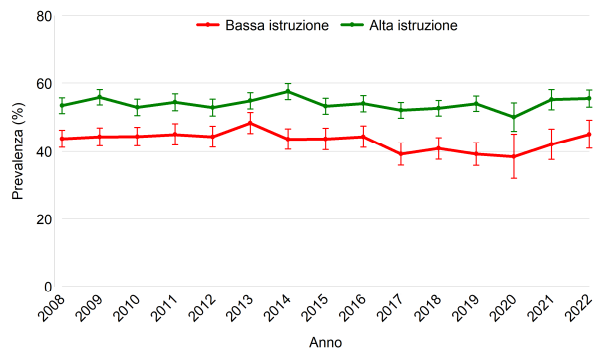
Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2022



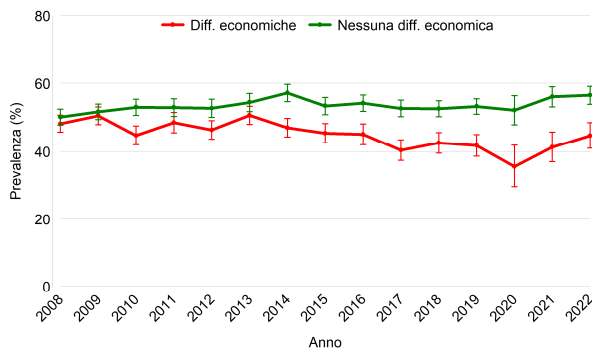
Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per classe d'età (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2022



Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per livello d'istruzione (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2022



Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per difficoltà economiche (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2022



## L'atteggiamento degli operatori sanitari

### Adulti (18-69 anni)

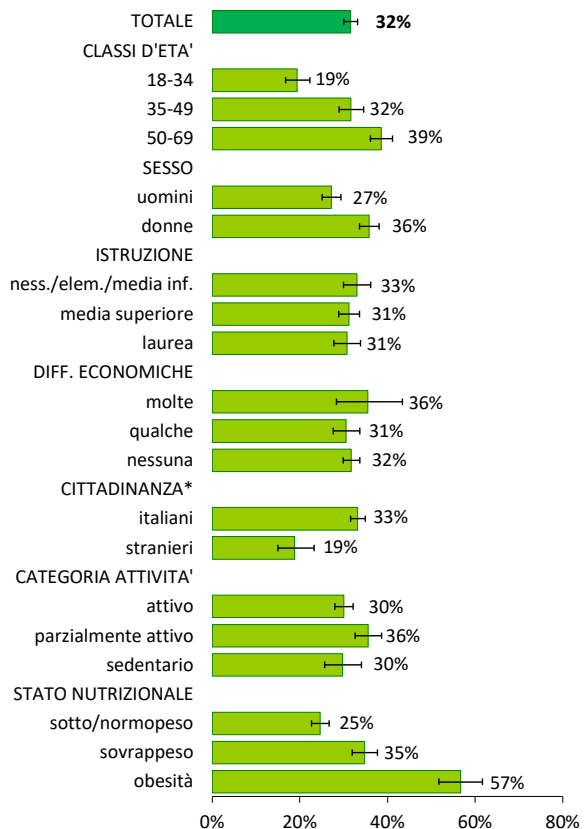
Solo il 32% delle persone 18-69enni ha riferito di aver ricevuto nell'ultimo anno il consiglio di fare regolare attività fisica; tale valore è in linea con quello rilevato nell'intero Paese (29%).

La prevalenza di emiliano-romagnoli che ha ricevuto il consiglio di svolgere regolare attività fisica cresce con l'età ed è più elevata tra le donne, le persone con molte difficoltà economiche e quelle con cittadinanza italiana.

La percentuale di chi ha ricevuto questo consiglio sanitario risulta, inoltre, più alta tra le persone parzialmente attive (36%), quelle con obesità (57%) e quelle affette da una almeno una patologia cronica (43%).

Analizzando insieme le variabili socio-demografiche considerate in un modello di regressione di *Poisson* per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro, il consiglio si conferma associato positivamente alle classi d'età 35-49 e 50-69 anni, il genere femminile, la cittadinanza italiana, la presenza di eccesso ponderale, l'essere attivi o parzialmente attivi e l'assenza di patologie croniche.

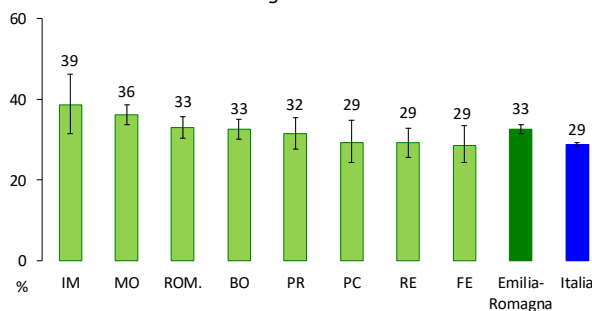
Persone che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare\* (%) Emilia-Romagna PASSI 2021-2022



\* Tra le persone che hanno avuto contatto con un medico o operatore sanitario negli ultimi 12 mesi  
\* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA);  
Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

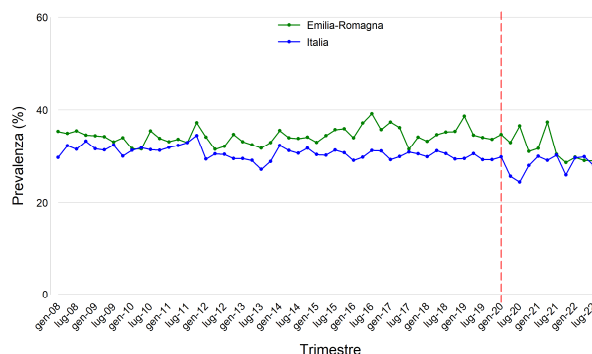
Nel quadriennio 2019-2022 la prevalenza di chi ha ricevuto il consiglio sanitario di praticare attività fisica varia dal 39% di Imola al 29% di Ferrara; non emergono differenze significative tra le zone geografiche omogenee: è del 34% nei comuni di pianura/collina e del 31% nel capoluogo e nei comuni di montagna.

Consiglio sanitario di fare attività fisica regolare per Ausl (%) Emilia-Romagna PASSI 2019-2022



A livello regionale tra il 2018 e il 2021 la percentuale di persone che hanno ricevuto il consiglio sanitario di praticare attività fisica regolare appare in lieve aumento fino al 2018; dal 2019 si registra un lieve calo, più marcato nel 2020. In Italia questa prevalenza risulta in calo per tutto il periodo.

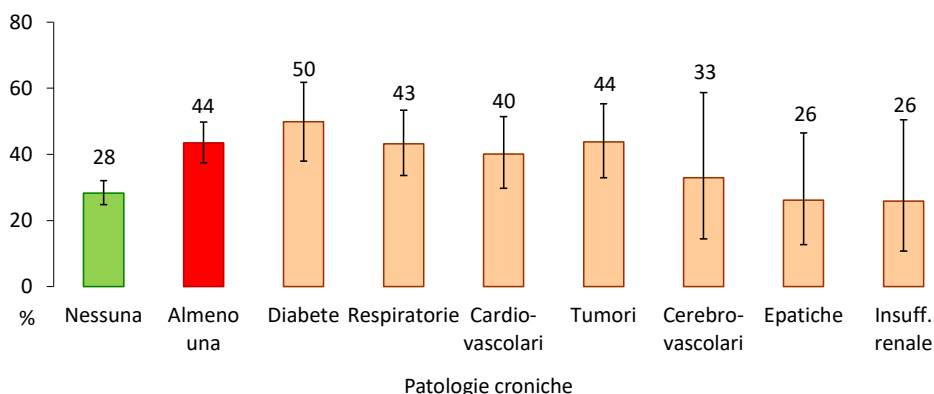
Consiglio sanitario di fare attività fisica regolare (%)  
PASSI 2008-2022



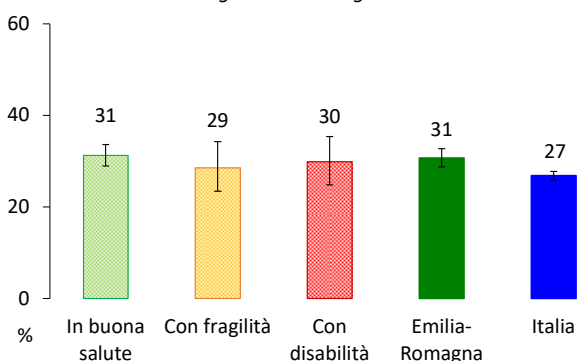
Ponendo l'attenzione sui 18-69enni sedentari affetti da almeno una patologia cronica, in Emilia-Romagna il 43% ha ricevuto il consiglio da parte di un sanitario di praticare regolare attività fisica, pari ad una stima di circa 54 mila persone; dato superiore rispetto a quello nazionale (36%). La percentuale di adulti con almeno una patologia cronica che ha ricevuto il consiglio risulta statisticamente superiore rispetto a coloro che non ne ha (28%).

La prevalenza di coloro che ha ricevuto il consiglio è maggiore tra chi è affetto da diabete (50%), da tumori (44%), da malattie respiratorie (43%) e da patologie cardio-vascolari (40%) rispetto a quelli affetti da insufficienza renale (26%) e patologie epatiche (26%); tali differenze tuttavia non risultano essere significative dal punto di vista statistico.

Persone sedentarie affette da patologia cronica che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2019-2022



Consiglio sanitario di fare attività fisica regolare (%)  
Emilia-Romagna PASSI d'Argento 2021-2022



### Persone ultra 69enni

Gli operatori sanitari mostrano un interesse insufficiente rispetto alla pratica dell'attività fisica anche nei confronti dei loro assistiti ultra 69enni: in Emilia-Romagna al 31% è stato consigliato nell'ultimo anno di fare attività fisica, percentuale superiore a quella nazionale (27%).

A livello regionale il consiglio è stato dato in modo simile alle persone ultra 69enni con segni di fragilità (29%), a quelle con disabilità (30%) e a quelle in buona salute (31%).

Tra le persone ultra 69enni con patologie croniche solo il 34% ha ricevuto il consiglio di praticare attività fisica regolare, percentuale superiore a quella registrata a livello nazionale (29%).

Per maggiori informazioni consultare: <http://salute.regione.emilia-romagna.it/sanita-pubblica/sorveglianza/passi-er>

A cura del Gruppo Tecnico PASSI Emilia-Romagna: Giuliano Carrozzi, Letizia Sampaolo, Antonio Brusini, Giorgio Chiaranda, Elena Cammi, Cristina Sartori, Alice Corsaro, Isabella Bisceglia, Marta Ottone, Vincenza Perlangeli, Sara De Lisio, Muriel Assunta Musti, Anna Prengka, Cristina Conti, Roberta Matulli, Sara Ferioli, Giulia Silvestrini, Viviana Santoro, Cristina Raineri, Roberta Farneti, Giorgia D'Aulerio, Marina Di Meco, Sabrina Guidi, Patrizia Vitali, Cania Adrian, Paola Angelini

