

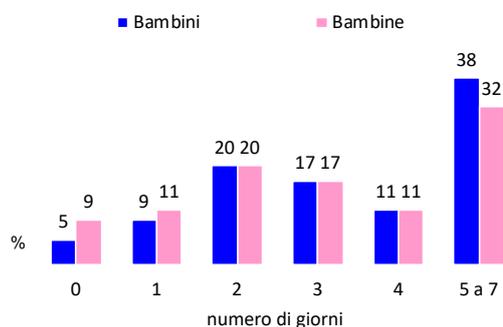


L'attività fisica in AUSL Romagna: dati della sorveglianza PASSI (anni 2022-2023)

I dati stimano che in Emilia-Romagna il **17% dei bambini di 8-9 anni è definito come fisicamente 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 nel pomeriggio. Solo due bambini su dieci hanno svolto almeno un'ora di attività per due giorni alla settimana (20%), solo il 35% da 5 a 7 giorni e il 7% neanche un giorno (OKkio alla Salute 2023). Sempre in Emilia-Romagna circa il 52% dei ragazzi e delle ragazze in età **11-17 anni** riferiscono di svolgere almeno un'ora attività fisica dai due ai quattro giorni a settimana, e complessivamente **solo il 14% svolge attività fisica quasi tutti i giorni** (sei o più). I dati stimano che, nel complesso, ad essere più attivi fisicamente sono i ragazzi rispetto alle ragazze (vedi grafico, HBSC 2022).

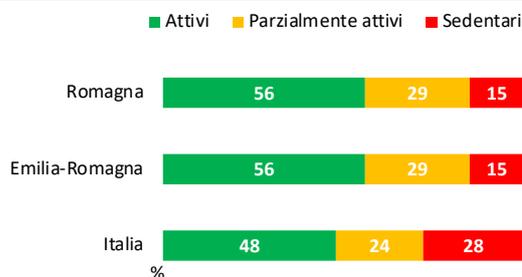
In **AUSL Romagna** risulta che circa **la metà degli adulti 18-69enni ha uno stile di vita attivo** (56%) secondo i livelli raccomandati dall'OMS, stima pari a circa 417mila persone. Il 29% tra gli adulti, corrispondenti a una stima di circa 215mila persone, si può considerare parzialmente attivo, mentre circa un sesto (15%) è completamente sedentario, stima pari a circa 112mila persone. Il **27% delle persone ultra69enni risulta fisicamente attivo**, il 18% parzialmente attivo e il 34% sedentario; il restante 25% ha difficoltà a deambulare o è non eleggibile al PASE (NEP).

Giorni alla settimana con almeno un'ora di attività fisica in bambine e bambini di 8-9 anni (%); Emilia-Romagna OKkio 2023



OKkio alla salute è un'indagine volta a monitorare gli stili di vita dei bambini di III elementare. <https://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/>

Livello di attività fisica praticato nelle persone di 18-69 anni (%)
PASSI 2022-2023



Attivi fisicamente (18-69 anni)

La quota di 18-69enni fisicamente attivi in AUSL Romagna ammonta complessivamente al 56%: nel *ravennate* 56%, nel *forlivese* 61%, nel *cesenate* 55% e nel *riminese* 52% (differenze non statisticamente significative).

Considerando sia l'attività fisica del tempo libero sia quella effettuata al lavoro, la percentuale di attivi in AUSL Romagna è più alta tra i giovani adulti (18-34enni), tra gli uomini, tra chi ha un'alta scolarità e tra le persone senza difficoltà economiche.

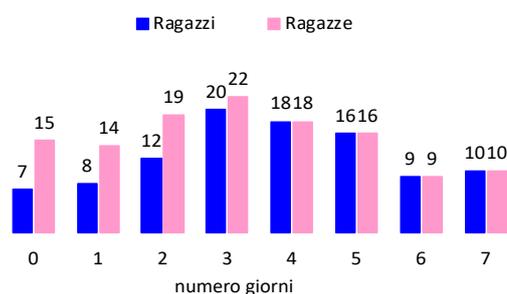
Inoltre, risulta più alta nei capoluoghi di provincia (57%) rispetto alle zone comunali di pianura/collina (55%) e montagna (51%).

Sedentari adulti (18-69 anni)

La quota di adulti **completamente sedentari**, cioè chi riferisce di condurre un'attività lavorativa sedentaria e di non praticare attività fisica nel tempo libero, in AUSL Romagna corrisponde a **più di una persona su sei** (15%). L'*inattività fisica* è un fattore di rischio di patologie tra cui quelle cardiovascolari, l'ipertensione, l'obesità, il diabete e anche il cancro. Si associa inoltre ad ansia e stati depressivi.

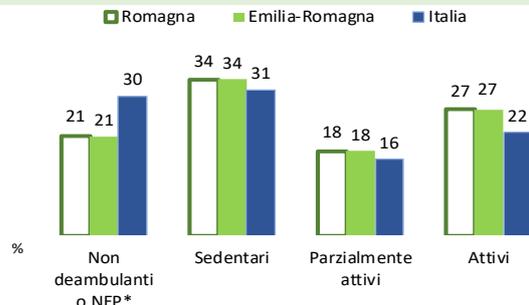
Nota: La stima del numero di persone è calcolata sulla popolazione dell'AUSL Romagna al 01.01.2024 fornita dalla Regione Emilia-Romagna

Giorni alla settimana con almeno un'ora di attività fisica moderata-intensa in età 11-17 anni (%); Emilia-Romagna HBSC 2022



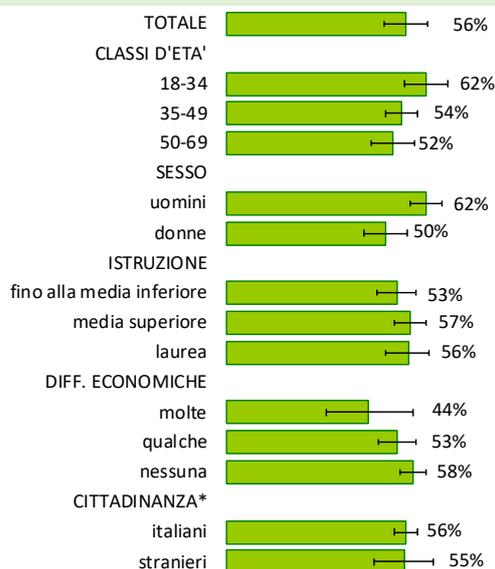
HBSC (Health Behaviour in School-aged Children) è la sorveglianza sui comportamenti collegati alla salute in ragazze e ragazzi di età scolare. <https://www.epicentro.iss.it/hbsc/>

Livello di attività fisica praticato nelle persone ultra69enni (%)
PASSI d'Argento Emilia-Romagna, Italia (2022-2023) e Romagna (2021-23)



Passi D'Argento è la sorveglianza dedicata alle persone con 65 e più anni. *Per maggiori informazioni sul PASE: www.epicentro.iss.it/passi-argento/dati/attivita.asp

Attivi fisicamente (%) Ausl Romagna PASSI 2022-2023



*Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato; Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria.

L'attenzione dei sanitari

In AUSL Romagna nel biennio 2022-2023 **solo un adulto su tre (33% nelle persone 18-69enni)** ha riferito di aver ricevuto nell'ultimo anno il consiglio di fare regolare attività fisica da parte di un medico o di un altro operatore sanitario; valore in linea con quello rilevato nella Regione (32%) e nell'intero Paese (30%).

La prevalenza di romagnoli che ha ricevuto il consiglio di svolgere regolare attività fisica cresce con l'età (20% nei 50-69enni, inferiore al 10% nelle età più giovani) ed è più elevata tra le donne (19% vs il 14% negli uomini), le persone con meno difficoltà economiche e con cittadinanza italiana (31% vs 2% in chi non ha cittadinanza italiana).

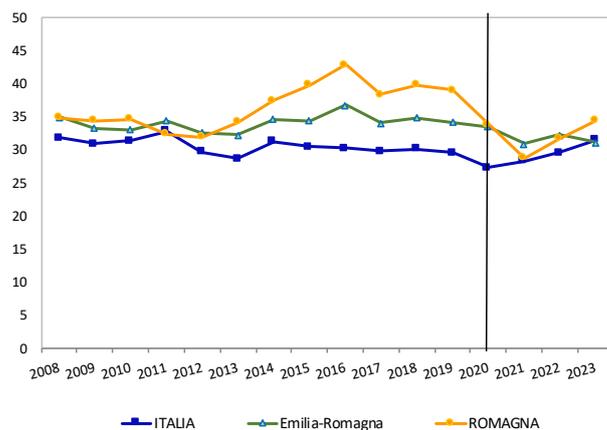
La percentuale di chi riferisce di aver ricevuto il consiglio di praticare attività fisica regolare è in linea con quelli regionale e significativamente superiore a quella nazionale negli anni dal 2014 al 2019. In seguito, rimane costante fino al brusco calo registrato ovunque durante il biennio pandemico, per poi ricominciare a salire fino al 34% nell'anno 2023.

Anche tra le persone ultra 69enni viene riferito il consiglio di praticare attività fisica regolare solo in una percentuale bassa di casi: in Emilia-Romagna al 29% è stato consigliato nell'ultimo anno di fare attività fisica, quota di poco superiore a quella nazionale (26%).

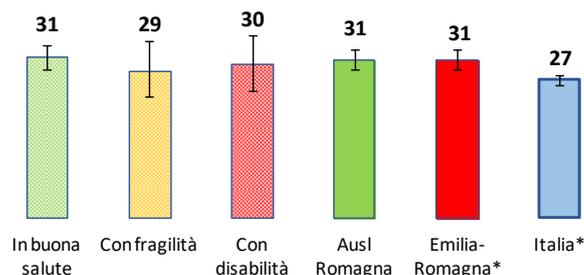
A livello regionale il consiglio è stato dato in percentuale maggiore alle persone ultra 69enni in buona salute (31%) rispetto a quelle con segni di fragilità (24%) o con disabilità (23%) mentre in AUSL Romagna si registrano valori simili (rispettivamente 31%, 29% e 30%).

Tra le persone ultra69enni con patologie croniche solo il 31% ha ricevuto il consiglio di praticare attività fisica regolare, percentuale di poco superiore a quella registrata a livello nazionale (27%).

Consiglio sanitario di fare attività fisica regolare (%)
Trend annuale secondo PASSI dal 2008 al 2023



Consiglio sanitario di fare attività fisica regolare (%) tra gli ultra 69enni. AUSL Romagna ed Emilia-Romagna PASSI 2022-2023



Raccomandazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità sull'attività fisica

Attualmente l'OMS raccomanda: nella giovane età (tra 5 e 17 anni) di svolgere **quotidianamente almeno 60 minuti di attività motoria moderata-intensa e almeno tre volte a settimana attività fisica intensa;**

alle persone adulte con 18-64 anni 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

Le iniziative in AUSL Romagna

Tra le attività promosse localmente vi sono: "Gruppi di cammino", "Corsi per walking leader" e "Un passo alla volta - Diabete"

Tutte le informazioni al sito: <https://www.auslromagna.it/dedicato-a/prevenzione/attivita-fisica-e-contrasto-alla-sedentarieta>

Che cos'è il sistema di sorveglianza PASSI?

È un sistema di monitoraggio della salute della popolazione adulta (PASSI, Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia). Stima la frequenza e l'evoluzione dei fattori di rischio per la salute legati ai comportamenti individuali e la diffusione delle misure di prevenzione. Un campione di residenti di 18-69 anni viene estratto casualmente dagli elenchi delle anagrafi sanitarie. Personale specificamente formato effettua interviste telefoniche con un questionario standardizzato. I dati vengono registrati in forma anonima in un unico archivio nazionale. Per maggiori informazioni:

<https://www.auslromagna.it/argomenti/stato-di-salute-dei-cittadini/sorveglianze-di-salute>

A cura di Santoro Viviana e Vitali Patrizia.

Gruppo di lavoro PASSI AUSL Romagna: Cania Ardian, Coveri Sonia, D'Aulerio Giorgia, Fava Maria Edoarda, Frassinetti Valeria, Paglia Elisa, Pedone Vera, Santoro Viviana, Silvestrini Giulia, Vitali Patrizia. Intervistatori: Albanesi Andrea, Aluigi Erica, Amici Nadia, Babini Alessandra, Balani Laura, Beniuga Denisa-Ligia, Berardinelli Cecilia, Berni Daniela, Bozzia Donata, Callegari Cristina, Campri Silvia, Carpi Mariangela, Castelli Chiara, Cavatorta Daniela, Cherqaoui Touria, Civinelli Petra, Costantini Federica, Coveri Sonia, D'Antuono Roberta, D'Aulerio Giorgia, D'Uva Martina, Damasceno Da Silva Vania, Delchini Elena, Dell'amico Giada, Di Meco Marina, Edera Paola, Fabbri Sara, Frassanito Maria Elena, Ferhati Aleksander, Grilli Francesca, Guerra Mirca, Impagnatiello Giuseppina, Innocenti Elena, Lapi Alexia, Lavezzi Gaia, Manganaro Emma, Marescalchi Manuela, Mei Federica, Milanese Giada, Mocco Stefania, Nicolaescu Elena Lavinia, Nicolucci Antonio, Nocco Daniela, Paglia Benedetta, Paglia Elisa, Peppi Greta, Pierannunzio Gabriella, Pierpaoli Patrizia, Rambelli Elena, Rapetti Federica, Rasia Laura, Scardovi Alessia, Torrelli Federica, Vignali Ylenia, Virgitto Serena Pia, Zoli Milva.