

Stili di vita e altri fattori di rischio

I dati PASSI d'Argento 2016-2019 in Emilia-Romagna

Stili di vita

Fumo di sigaretta

Tra gli intervistati ultra 64enni il 9,5% fuma sigarette, il 39,5% è un ex fumatore e il 51% non ha mai fumato*. La prevalenza regionale di ultra 64enni fumatori è sovrapponibile a quella nazionale (9%) mentre è inferiore quella di chi non ha mai fumato (63% a livello nazionale).

La prevalenza di fumatori attuali è più alta tra le persone:

- con 65-74 anni sia negli uomini che nelle donne
- con alta istruzione
- con molte difficoltà economiche
- in buona salute.

Il modello di regressione di *Poisson* (condotto per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro) mostra un'associazione positiva tra il fumo di sigaretta e la classe d'età 65-74 anni, la presenza di molte difficoltà economiche e l'essere in buona salute.

La prevalenza regionale di ultra 64enni fumatori non presenta differenze significative tra le Aree Vaste mentre risulta inferiore nei comuni di montagna (7%) rispetto a quelli capoluogo (10%) e a quelli di collina o pianura (10%).

Al 64% dei fumatori ultra 64enni un medico o operatore sanitario ha dato il consiglio nell'ultimo anno di smettere di fumare.

Consumo di alcol

In Emilia-Romagna circa la metà (51%) degli ultra 64enne consuma alcol. Il 23%, pari a circa 248 mila persone, è un consumatore potenzialmente a rischio per la salute, in quanto assume più di un'unità alcolica al giorno. Questa prevalenza risulta superiore a quella registrata a livello nazionale (18%).

Il consumo regionale di alcol a rischio è più diffuso tra le persone:

- con 65-74 anni
- di genere maschile in tutte le classi d'età
- con alta istruzione
- senza difficoltà economiche
- in buona salute.

Il modello di regressione di *Poisson* conferma un'associazione positiva tra il consumo di alcol a rischio e il genere maschile e l'essere in buona salute.

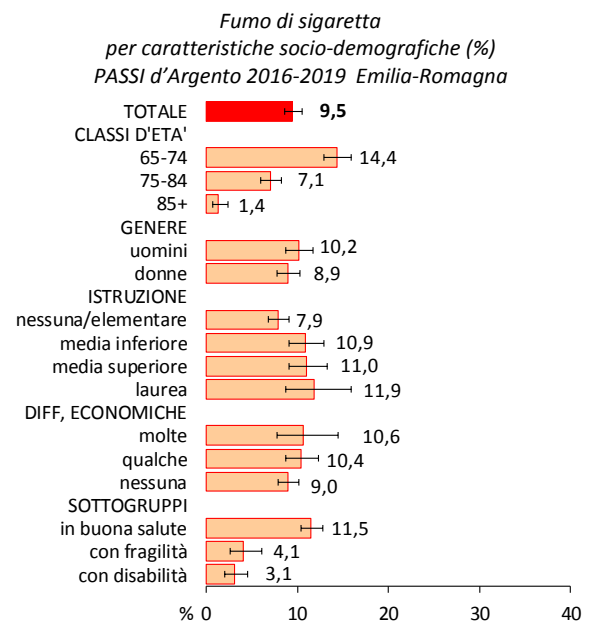
La prevalenza regionale di consumo di alcol a rischio risulta maggiore nell'Emilia Nord (27%) rispetto all'Emilia Centro (18%) e alla Romagna (20%) e nei comuni di montagna (26%) rispetto a quelli capoluogo (22%) e a quelli di collina o pianura (23%).

Solamente il 6% 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.

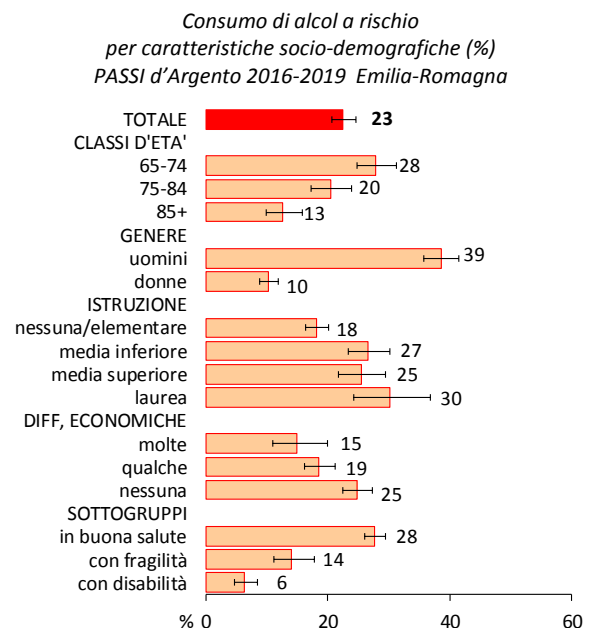
Attività fisica

Per indagare l'attività fisica la sorveglianza PASSI d'Argento adotta il PASE (*Physical Activity Scale for the Elderly*), un sistema 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 rapporto alla frequenza settimanale e all'intensità con cui le varie attività vengono svolte, si calcola un punteggio (*PASE score*), più alto nelle persone attive. Il *PASE score* non può essere calcolato per le persone con difficoltà a deambulare.

La sorveglianza definisce come sufficientemente attivi, cioè parzialmente o completamente attivi, gli ultra 64enni con un *PASE score* superiore al 40° percentile della distribuzione nazionale calcolata sulle persone definite eleggibili (cioè senza problemi di deambulazione e che sono riuscite a rispondere per intero al questionario senza l'intervento del proxy).



*Fumatori: persone ultra 64enni che hanno riferito di fumare; Ex fumatori: persone che hanno riportato di aver smesso di fumare (comprese quelle che hanno smesso da meno di un anno); Non fumatori: persone che hanno dichiarato di non aver mai fumato nella propria vita



In Emilia-Romagna il 31% delle persone ultra 64enni intervistate risulta essere poco attivo, cioè con un PASE score al di sotto del 40° percentile della distribuzione nazionale, e il 50% sufficientemente attivo dal punto di vista fisico; il restante 19% è non deambulante (9,5%) oppure non è eleggibile al PASE score (NEP*) poiché non in grado di sostenere l'intervista direttamente anche se deambulanti (9,5%). Il dato regionale è statisticamente inferiore rispetto a quello nazionale per la prevalenza di ultra 64enni non eleggibili (19% rispetto al 24%) ed è superiore rispetto alla percentuale nazionale di persone sufficientemente attive (50% rispetto al 46%).

La quota di ultra 64enni non deambulanti/NEP o poco attivi è più diffusa tra le persone:

- con 85 anni e oltre
- senza istruzione o con licenza elementare
- con difficoltà economiche
- con segni di fragilità o disabilità.

Il modello di regressione di Poisson (condotto per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro) conferma un'associazione positiva tra la prevalenza della non o poca attività fisica e la classe d'età 85 anni e oltre e la presenza di condizioni di fragilità o disabilità.

La quota degli ultra 64enni non attiva o poco attiva è più elevata nell'Emilia Centro (52%) rispetto all'Emilia Nord (48%) e alla Romagna (49%) ed è leggermente più alta nei comuni di montagna (52%) rispetto ai comuni capoluogo (49%) e a quelli di collina/pianura (50%), differenza non significativa sul piano statistico.

A solo il 23% delle persone ultra 64enni intervistate è stato dato nell'ultimo anno il consiglio da parte di un sanitario di praticare attività fisica, percentuale inferiore a quella nazionale (28%).

* 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)

Attività fisica secondo le raccomandazioni dell'OMS

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) gli ultra 65enni dovrebbero svolgere ogni settimana almeno 150 minuti di attività fisica moderata, o almeno 75 minuti di attività fisica intensa, oppure una combinazione equivalente fra le due, se le condizioni di salute lo permettono. Per ottenere benefici cardio-respiratori, inoltre, l'attività fisica dovrebbe essere svolta in frazioni di almeno 10 minuti continuativi distribuiti nell'arco della settimana.

In Emilia Romagna l'81% delle persone ultra 64enni può essere classificato secondo i livelli di attività fisica raccomandati dall'OMS in persone fisicamente attive (27%), persone parzialmente attive (24%) e persone sedentarie (30%); il restante 19% non è eleggibile al PASE.

L'età, il genere maschile e l'essere in buona salute sono significativamente associati all'essere fisicamente attivi; tali associazioni rimangono significative anche nei modelli multivariati che correggono la loro mutua influenza.

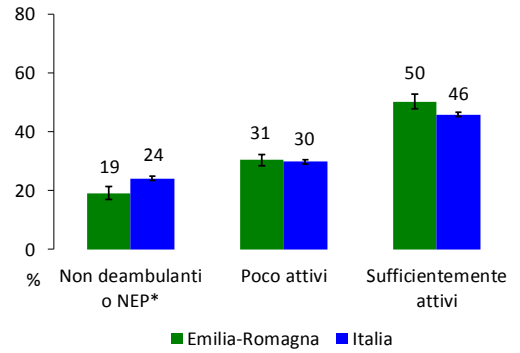
A livello territoriale la percentuale di coloro che raggiunge i livelli di attività fisica raccomandati è maggiore nell'Emilia del nord e in Romagna (29%) rispetto all'Emilia centro (23%) mentre non ci sono differenze tra le zone geografiche omogenee.

**Persone fisicamente attive: coloro che, nella settimana precedente l'intervista, hanno raggiunto un ammontare settimanale di almeno 150 minuti di attività fisica moderata o 75 minuti di attività intensa o una combinazione equivalente delle due modalità o coloro che hanno raggiunto un punteggio PASE superiore al 75esimo con le sole attività domestiche, indipendentemente dal tempo dedicato alle altre attività (di svago o sportive e lavorative)

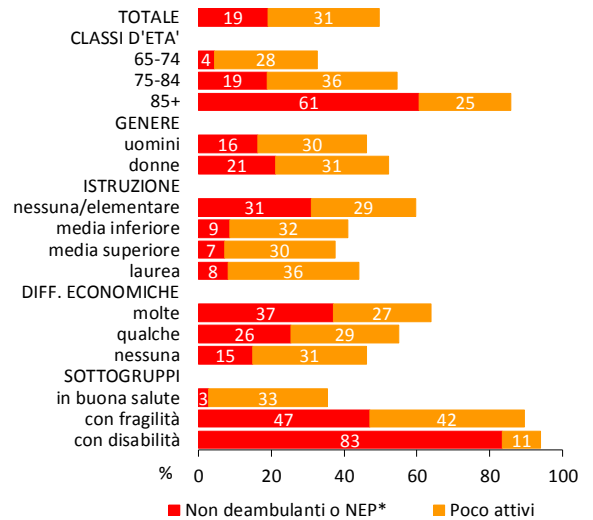
*Persone parzialmente attive: coloro che nella settimana precedente l'intervista hanno fatto attività moderata o vigorosa per almeno 10 minuti in ogni singola occasione, ma senza raggiungere complessivamente i livelli raccomandati settimanalmente o coloro che pur non essendo riusciti a garantire questi livelli di attività fisica hanno raggiunto un punteggio PASE compreso fra il 50esimo e il 75esimo percentile con le sole attività domestiche

**Persone sedentarie: Coloro che non hanno fatto alcuna attività fisica o non vi hanno dedicato neppure 10 minuti in ogni occasione in cui l'hanno svolta e con le sole attività domestiche hanno un punteggio PASE inferiore al 50esimo percentile

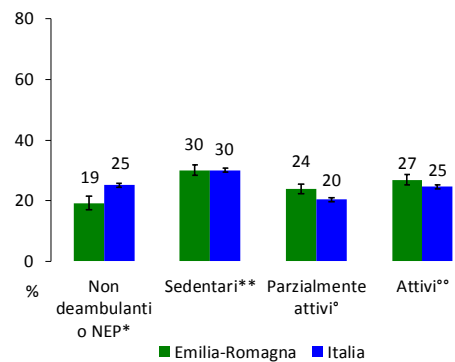
Attività fisica (%)
PASSI d'Argento 2016-2019



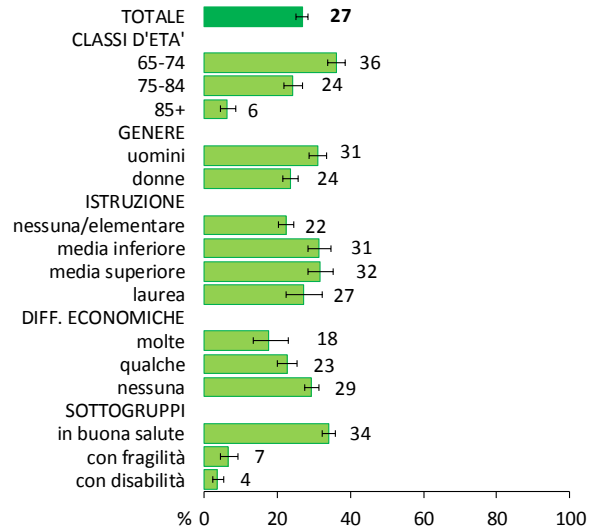
Attività fisica insufficiente per caratteristiche socio-demografiche (%)
PASSI d'Argento 2016-2019 Emilia-Romagna



Attività fisica secondo le raccomandazioni dell'OMS (%)
PASSI d'Argento 2016-2019



Attivi per caratteristiche socio-demografiche (%)
PASSI d'Argento 2016-2019 Emilia-Romagna



Alimentazione e stato nutrizionale

In Emilia-Romagna oltre la metà degli ultra 64enni (57%) è in eccesso ponderale, pari a circa 613 mila persone: il 41% è in sovrappeso e il 16% presenta obesità. Il 41% è normopeso mentre il 2% è in sottopeso. A livello nazionale si registrano percentuali simili.

In Emilia-Romagna l'eccesso ponderale è più frequente tra:

- gli uomini
- i 65-84enni
- le persone con istruzione medio-bassa
- le persone con difficoltà economiche.

Il modello di regressione di Poisson (condotto per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro) mostra un'associazione positiva tra l'eccesso ponderale e le classi d'età 65-74 e 75-84 anni, il genere maschile e il livello di istruzione medio-basso.

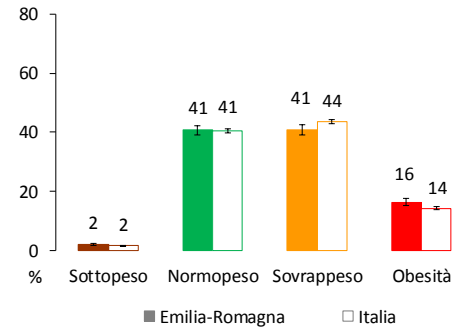
A livello territoriale la prevalenza di ultra 64enni in eccesso ponderale risulta omogeneo tra le Aree Vaste regionali e appare superiore nei comuni di collina/pianura (60%) e di montagna (59%) rispetto a quelli capoluogo (54%).

In Emilia-Romagna quasi tutte le persone ultra 64enni (99%) mangiano frutta e verdura almeno una volta al giorno: il 33% ne mangia una o due porzioni, il 51% tre o quattro e solo il 15% mangia le cinque raccomandate, pari a circa 161 mila persone.

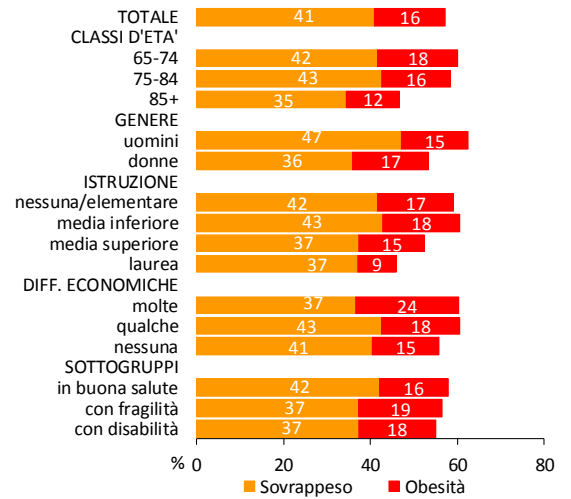
La prevalenza regionale di ultra 64enni che consumano le cinque porzioni di frutta e verdura secondo le raccomandazioni è significativamente più alta di quella nazionale (11%).

A livello territoriale sembra essere maggiore nell'Emilia Nord (21%) rispetto all'Emilia Centro (9%) e la Romagna (14%) e non mostra differenze tra le zone geografiche omogenee.

Stato nutrizionale (%)
PASSI d'Argento 2016-2019



Eccesso ponderale per caratteristiche socio-demografiche (%)
PASSI d'Argento 2016-2019 Emilia-Romagna



Problemi di vista, udito e difficoltà masticatorie

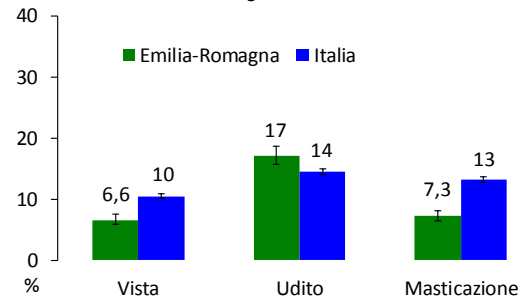
In Emilia-Romagna il 7% delle persone ultra 64enni intervistate riferisce di avere problemi di vista, pari a circa 71 mila persone; tra questi più della metà (57%) non porta gli occhiali. La prevalenza regionale di ultra 64enni con problemi di vista risulta inferiore rispetto a quella nazionale (10%).

Il 7% degli intervistati ha riferito di avere difficoltà masticatorie, pari ad oltre 78 mila persone in regione; tra questi il 67% non porta una protesi dentale. La prevalenza regionale di ultra 64enni con problemi di masticazione risulta più bassa di quella nazionale (13%).

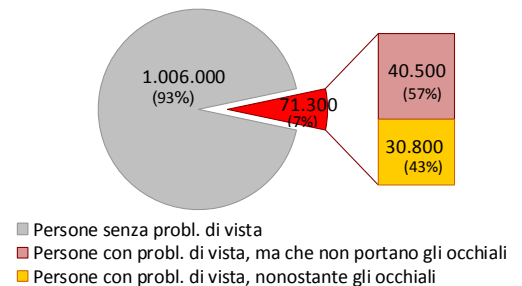
Solo un terzo (35%) delle persone con difficoltà si è rivolto al dentista nel corso dell'anno; i motivi sono il pensare di non averne bisogno (51%), il non ritenerlo opportuno (22%), il costo troppo elevato (10%) e la difficoltà negli spostamenti (15%).

Il 17% degli intervistati ha difficoltà uditive, pari a 183 mila persone; la maggior parte delle persone ultra 64enni con problemi di udito (94%) non porta una protesi acustica. La prevalenza regionale di ultra 64enni con problemi di udito risulta superiore a quella nazionale (14%).

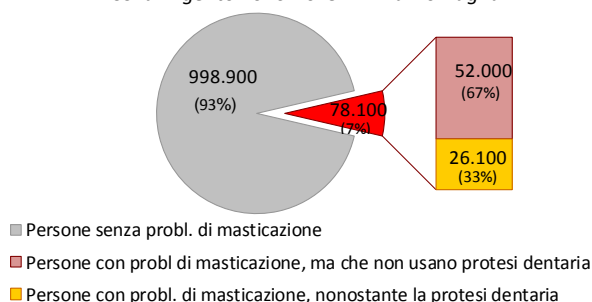
Problemi sensoriali (%)
PASSI d'Argento 2016-2019



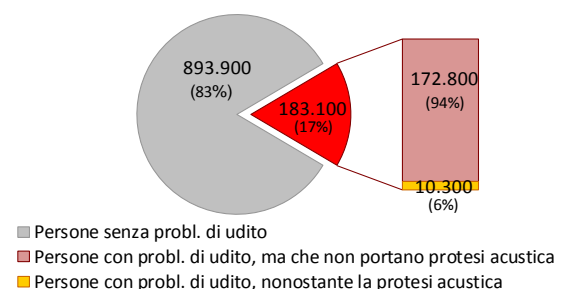
Uso degli occhiali nelle persone con problemi di vista (%)
PASSI d'Argento 2016-2019 Emilia-Romagna



Uso della protesi dentaria nelle persone con problemi di masticazione (%)
PASSI d'Argento 2016-2019 Emilia-Romagna



Uso della protesi acustica nelle persone con problemi di udito (%)
PASSI d'Argento 2016-2019 Emilia-Romagna



Cadute

In Emilia-Romagna il 7% della popolazione ultra 64enne è caduto nei 30 giorni precedenti l'intervista, pari a circa 75 mila persone. Questa percentuale risulta inferiore a quella registrata a livello nazionale (9%). In Emilia-Romagna la prevalenza di ultra 64enni che sono caduti nell'ultimo mese è più alta tra le persone:

- con 85 anni e oltre (10,5%)
- di genere femminile (8,8%)
- con molte difficoltà economiche (8,8%)
- con disabilità (16%).

Nell'ultimo anno il 23% degli ultra 64enni è caduto a terra almeno una volta, di questi il 12% ha riferito di essere stato ricoverato per più di un giorno a seguito della caduta mentre il 27% di essere ricorso a cure sanitarie. Il 15% ha dichiarato di aver riportato fratture in seguito alla caduta, percentuale più elevata tra le donne (19% rispetto al 9% degli uomini) e tra le persone con disabilità (21% rispetto al 13% di quelle in buona salute). In particolare, il 2,8% si è rotto il femore.

La metà circa (51%) delle cadute è avvenuta in luoghi interni alla casa, come cucina, bagno, camera da letto, ingresso e scale, il 28% in strada e il 13% in giardino.

Il 35% degli ultra 64enni intervistati ha paura di cadere, pari a una stima di circa 376 mila persone in regione, percentuale che sale al 57% tra coloro che sono caduti nell'ultimo anno. La prevalenza regionale risulta inferiore a quella nazionale sia per la prima categoria (40%) che per coloro che sono caduti negli ultimi 12 mesi (66%).

La percentuale di ultra 64enni emiliano-romagnoli che hanno riferito di aver paura di cadere è più diffusa tra le persone:

- con 85 anni e oltre
- di genere femminile in tutte le fasce d'età
- con nessun titolo d'istruzione o con licenza elementare
- con molte difficoltà economiche
- con segni di fragilità o di disabilità.

Anche il modello di regressione di *Poisson* (condotto per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro) mostra un'associazione positiva tra la paura di cadere e la classe d'età 85 anni e oltre, il genere femminile, le difficoltà economiche e l'essere in condizioni di fragilità o di disabilità.

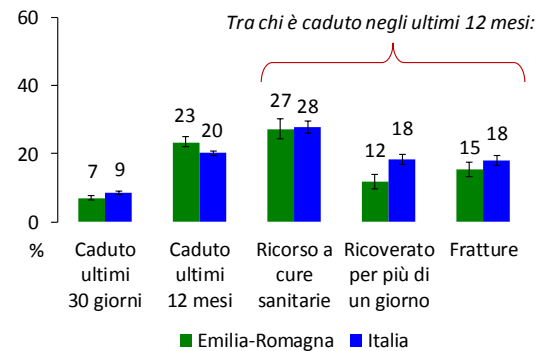
A livello territoriale non si rilevano differenze significative tra le Aree Vaste regionali e tra le zone geografiche omogenee.

In Emilia-Romagna il 68% degli ultra 64enni usa misure di sicurezza per il bagno o la doccia, percentuale che sale al 79% tra coloro che sono caduti nell'ultimo anno.

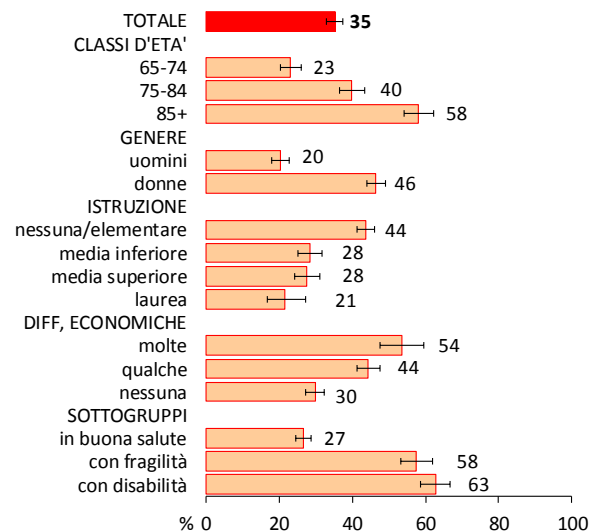
Solo una piccola minoranza di ultra 64enni (8%) ha ricevuto negli ultimi 12 mesi consigli da parte di un medico o operatore sanitario su come prevenire le cadute, percentuale che sale al 19% tra coloro che sono caduti negli ultimi 30 giorni. Quasi i tre quarti degli intervistati (70%) utilizza misure di sicurezza per la doccia o la vasca da bagno, valore che aumenta tra chi ha paura di cadere (82%) o chi è caduto negli ultimi dodici mesi (78%). In particolare il 64% usa il tappetino, il 20% i maniglioni e il 16% i seggioloni; la prevalenza di coloro che usano misure di sicurezza è maggiore tra le donne e aumenta con l'età.

Il 31% degli intervistati con 65anni ha una percezione alta o molto alta del rischio di subire un infortunio in ambiente domestico; la percezione aumenta con l'età (si passa dal 28% di quelli con 65-74 anni al 42% tra quelli con 85 e oltre) ed è più alta nelle donne (38%) rispetto agli uomini (22%); a livello territoriale invece è maggiore nelle zone di montagna (35%) rispetto a quelle di collina/pianura (32%) e capoluogo (30%); non ci sono differenze significative tra le zone geografiche omogenee.

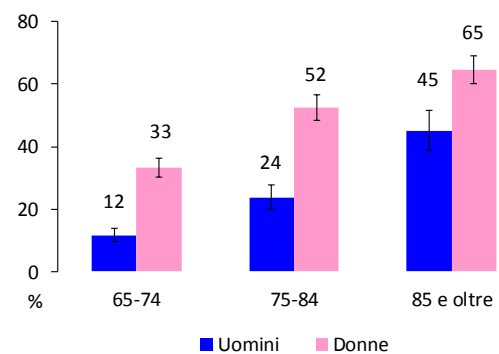
Cadute (%)
PASSI d'Argento 2016-2019



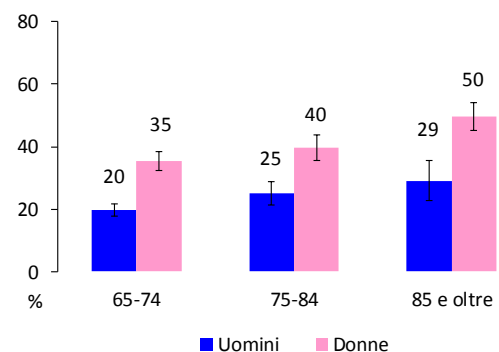
Paura di cadere
per caratteristiche socio-demografiche (%)
PASSI d'Argento 2016-2019 Emilia-Romagna



Paura di cadere per genere e classe d'età (%)
PASSI d'Argento 2016-2019 Emilia-Romagna



Percezione alta o molto alta del rischio di avere un infortunio in ambiente domestico per genere e classe d'età (%)
PASSI d'Argento 2016-2019 Emilia-Romagna



Sintomi di depressione

Il 10,7% delle persone ultra 64enni intervistate ha riferito sintomi di depressione, pari a circa 115 mila persone in regione. Questa percentuale risulta inferiore a quella rilevata a livello nazionale (13,2%). In Emilia-Romagna i sintomi di depressione sono più diffusi tra le persone:

- con 85 anni e più
- di genere femminile in tutte le classi d'età
- con medio-bassa istruzione
- con molte difficoltà economiche
- con segni di fragilità o di disabilità.

Il modello di regressione di *Poisson* (condotto per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro) mostra un'associazione positiva tra i sintomi di depressione e la classe d'età 85+, il genere femminile, il livello d'istruzione medio-basso, le difficoltà economiche e l'essere in condizioni di fragilità o di disabilità.

Il 72% degli ultra 64enni con sintomi di depressione si è rivolto a qualcuno in cerca di aiuto: il 18% a un medico o un operatore sanitario,

il 24% a familiari e amici e il 29% a entrambi (medici/operatori sanitari e amici/familiari). Una quota rilevante (28%), invece, non si è rivolto a nessuno. Queste percentuali sono simili a quelle nazionali.

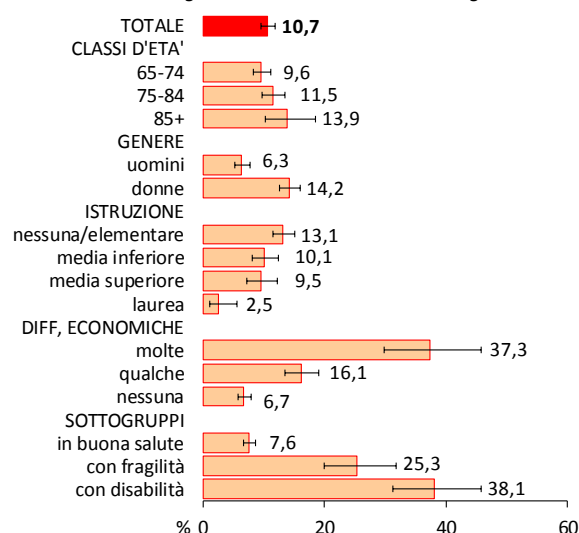
A livello territoriale la prevalenza di sintomi di depressione è più alta in Emilia Nord (13%) rispetto all'Emilia Centro (8,1%) e alla Romagna (10,2%) e nei comuni capoluogo (10,8%) rispetto a quelli di collina o pianura (10,9%) e a quelli di montagna (8,8%).

Patologie croniche

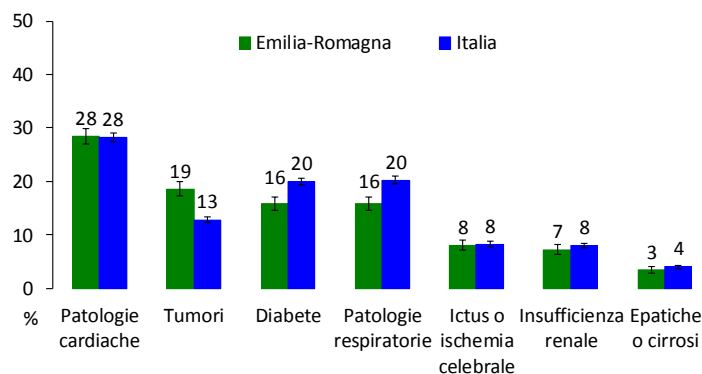
In Emilia-Romagna il 61% delle persone ultra 64enni riferisce almeno una patologia cronica, pari a una stima di poco meno di 656 mila persone; questa percentuale è sovrapponibile a quella nazionale (61%).

In regione più della metà (54%) soffre di una o due patologie croniche e il 7% ne ha tre o più. La prevalenza di questi ultimi cresce con l'età ed è più alta tra coloro che hanno riferito bassa istruzione (9%), molte difficoltà economiche (16,4%); aumenta, inoltre, al peggiorare delle condizioni di salute: si passa dal 3,8% degli ultra 64enni in buona salute al 13,7% di quelli con segni di fragilità e al 18,2% di quelli con disabilità. Tra gli ultra 64enni con almeno una patologia cronica è maggiore la prevalenza di persone con ipertensione arteriosa (62%) o con fattori di rischio comportamentali, come l'insufficiente attività fisica (55%) e l'obesità (19%); solo il 14% consuma 5 o più porzioni di frutta e verdura (rispetto al 18% di chi non ne ha) e il 9% fuma.

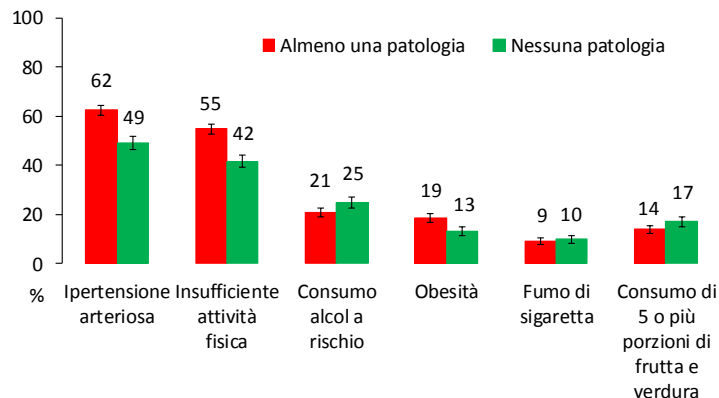
Sintomi di depressione
per caratteristiche socio-demografiche (%)
PASSI d'Argento 2016-2019 Emilia-Romagna



Prevalenza di patologie croniche nella popolazione ultra 64enne (%)
PASSI d'Argento 2016-2019



Presenza di fattori di rischio nella popolazione ultra 64enne (%)
PASSI d'Argento 2016-2019 Emilia-Romagna



Diabete

In Emilia-Romagna il 16% delle persone ultra 64enni soffre di diabete, pari a una stima di 172 mila persone; questa percentuale è significativamente inferiore a quella nazionale (20%). In regione la prevalenza è più alta tra gli uomini in tutte le classi d'età, tra le persone con bassa istruzione (18%), con molte difficoltà economiche (26%) e tra quelle con segni di disabilità (23%). Tra gli ultra 64enni con diabete è maggiore la prevalenza di persone con ipertensione arteriosa (73%) o con fattori di rischio comportamentali, come l'insufficiente attività fisica (55%) e l'obesità (27%); solo il 15% consuma 5 o più porzioni di frutta e verdura e il 9% fuma.

Il 44% delle persone ultra 64enni con diagnosi di diabete è seguito per la cura e il controllo della patologia principalmente dal Medico di Medicina Generale, il 32% dal Centro diabetologico e il 20% da entrambi. Le persone diabetiche si sono rivolte nell'ultimo anno per un controllo della patologia in media due volte al Medico di Medicina Generale e una volta al Centro diabetologico.

L'86% degli ultra 64enni diabetici conosce l'esame dell'emoglobina glicosilata e tra questi il 93% ha effettuato l'esame negli ultimi 12 mesi (54% negli ultimi 4 mesi e il 37% tra 4 e 12 mesi fa), l'8% l'ha eseguito più di 12 mesi fa e lo 0,9% ha riferito di non aver fatto l'esame sebbene ne sia a conoscenza. L'esecuzione dell'esame è più frequente tra i 65-74enni e le persone senza difficoltà economiche.