

Ha risposto di stare bene o molto bene il

74%



**FUMATORI INCALLITI**  
Un trentino su quattro ha dichiarato di non riuscire a rinunciare al vizio del fumo.

**VERDURA NEL PIATTO**  
Solo una bassa percentuale dichiara di consumare 5 porzioni di frutta e verdura al giorno.

**L'ABITUDINE DELL'ALCOL**  
Più di 2 trentini su tre hanno dichiarato di aver bevuto una lattina di birra o vino nell'ultimo mese.

**SPORT E SALUTE**  
Ai trentini piace lo sport ma non a tutti. Il 56%, infatti, non si muove sufficientemente.

**COLESTEROLO IN ECCESSO**  
Anche in Trentino si mangia troppo e infatti 1 trentino su 4 soffre di colesterolo alto nel sangue.

Publicato il rapporto 2008 del sistema di sorveglianza «Passi»

# Salute, fotografate le cattive abitudini

## I trentini «tentati» da fumo, alcol e cibo

PATRIZIA TODESCO

Più di due trentini su tre dicono di essere in buona salute, di sentirsi bene. Va meglio che nel resto Italia anche per altri fattori. I trentini sembrano infatti essere meno depressi, fumano meno, rispettano di più la legge che vieta di fumare nei locali pubblici e sul lavoro, indossano di più cinture di sicurezza e casco, sono meno sedentari, consumano più frutta e verdura e sono meno in sovrappeso o obesa. Bene dunque. Peccato che i dati contenuti nel rapporto 2008 del sistema di sorveglianza Passi possano essere letti anche in negativo, facendo emergere i vizi dei trentini, le cattive abitudini che incidono negativamente sulla loro salute.

E allora ecco un trentino su 4 fuma, un quarto della popolazione consuma alcol in quantità elevata, il 10% dice di aver guidato ubriaco nell'ultimo mese, solo un terzo indossa la cintura di sicurezza quando viaggia sul sedile posteriore, più di un terzo della popolazione è in eccesso di peso, solo il 40% pratica una sufficiente attività fisica e solo un quinto consuma almeno cinque porzioni di frutta e verdura al giorno.

**Stato di salute.**  
In Trentino il 74% degli intervistati (contro il 64% del dato nazionale) ha risposto di stare bene o molto bene, mentre il 23% ha riferito di essere in condizioni di salute discreta. Solo il 3% ha risposto in modo negativo (male/molto male). Ad incidere sulla percezione della salute ci sono fattori come l'età, l'istruzione, le condizioni economiche. Si sono infatti dichiarati più soddisfatti della loro salute i giovani (tra 18-34), le persone con alta istruzione, quelle senza difficoltà economiche e che non soffrono di patologie severe.

**Sintomi di depressione.**  
I depressi trentini sembrano essere un po' meno, percentualmente, che nel resto d'Italia. Circa il 6% contro l'8% nazionale ha riferito di aver avuto, nell'arco delle ultime due settimane, i classici sintomi della depressione. Analizzando i dati degli intervistati più a rischio sembrano essere le donne, le persone con difficoltà economiche, senza un lavoro e i portatori di malattie croniche. Lo studio evidenzia però anche un altro fattore, ossia che la depressione non è considerata una patologia, un qualcosa da curare. Il 40% di coloro che hanno detto di avere avuto sintomi di depressione hanno anche riferito di non averne parlato con nessuno. Solo il 28% si è rivolto a un medico, il 19% ad amici e familiari e il 13% a medico e amici.

**Attività fisica.**  
Attività fisica e salute, un binomio ormai imprescindibile. Eppure non tutti sembrano seguire i consigli dei medici che raccomandano almeno 30 minuti di attività moderata al giorno per almeno 5 giorni a settimana oppure un'attività intensa per più di 20 minuti per almeno tre giorni. In Trentino il 44% delle persone intervista-

te fa un lavoro pesante o comunque aderisce alle raccomandazioni sull'attività fisica. Il 43%, invece, pratica attività fisica in quantità inferiore a quanto raccomandato e il 13% è completamente sedentario. Sempre meglio che nel centro o sud Italia, ma il dato può essere migliorato e l'assessorato e l'azienda sanitaria trentina puntano sulla promozione dell'attività fisica in ambito scolastico. Dall'analisi, comunque, risulta che le più «ferme» sono le persone con un'età compresa tra i 150 e i 69 anni, le donne, coloro che hanno una bassa istruzione e con difficoltà economiche.

**Abitudini alimentari.**  
Un trentino su tre è in sovrappeso o obeso, ma solo il 26% di questi ha riferito di seguire una dieta per perdere o mantenere il proprio peso. Dall'indagine risulta che il consumo di frutta e verdura nella nostra provincia è diffuso anche se



solo il 16% degli intervistati dice di consumarne 5 porzioni al giorno come raccomandato. **Sicurezza stradale e domestica.** Il 91% delle persone intervistate ha dichiarato di utilizzare sempre la cintura anteriore,

mentre la cintura di sicurezza sui sedili posteriori viene utilizzata solo dal 34% degli intervistati. Il casco viene utilizzato sempre dal 96% dei trentini coinvolti nel sondaggio. Il 10% degli intervistati ha poi dichiarato di aver guidato sotto l'ef-

fetto dell'alcol nel mese precedente all'intervista e il 6% di essere stato trasportato da chi guidava sotto l'effetto dell'alcol. **Colesterolo e pressione.** Infine qualche dato su colesterolo e pressione. Dalle interviste è emerso che l'80% degli intervistati si è misurato la pressione negli ultimi due anni e il 18% ha dichiarato di essere iperteso. Maggiore la percentuale di coloro che hanno troppo colesterolo nel sangue: sono una su quattro.

Gli intervistati

L'obiettivo dello studio 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. Da aprile 2007 è partita la rilevazione dei dati in 20 regioni. Un campione di residenti di età compresa tra i 18 e i 69 anni, rappresentativo della popolazione, viene intervistato telefonicamente da personale dell'Azienda sanitaria. I dati vengono poi trasmessi in forma anonima e registrati in un archivio nazionale. I dati qui riportati si riferiscono ai questionari del 2008.

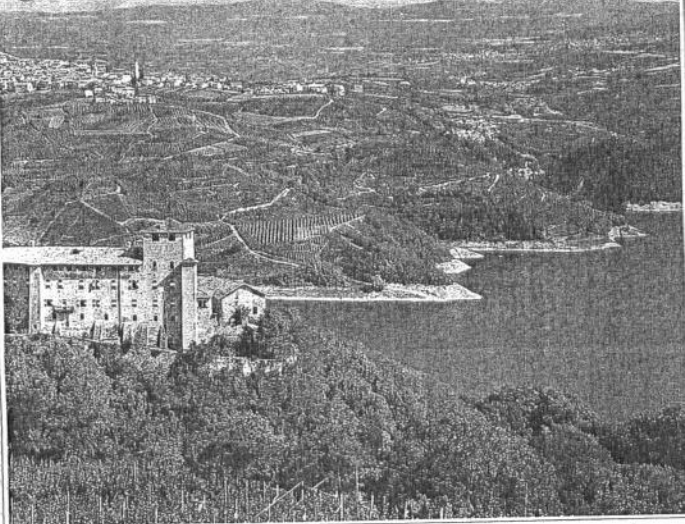
## Domani con l'Adige

8 pagine

# Inserto

MOSTRA **AGRICOLTURA** GLES

**ECONOMIA e tradizione**



La nomina | All'Inu

Urbanistica  
Ulrici presidente



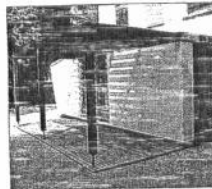
Nuovo direttore per la sezione Trentino dell'Istituto nazionale di urbanistica. Ecco i nomi: Giovanna Ulrici (presidente, nella foto), Fulvio Forrer (vicepresidente), Elisa Coletti (segretario), Alessandro Franceschini (tesoriere), Davide Geneletti, Marco Giovanazzi e Paola Ischia.

Il direttivo risulta parzialmente rinnovato nella composizione e articolato nelle competenze. Il nuovo presidente, la quarantatreenne Giovanna Ulrici, è iscritto ad Inu dal 1998 e si è occupato di pianificazione a scala comunale e provinciale per anni, prima di trasferirsi in Trentino come funzionario comunale nel settore ambientale. «È un dato di fatto - spiega il neo presidente - che l'urbanistica recente abbia fatto un salto in avanti: il governo del territorio è sempre più al centro di tutto, le tradizionali competenze disciplinari non bastano più. Anche in Trentino gli strumenti della pianificazione e le strutture di governo stanno per cambiare radicalmente: è scopo statutario di Inu decodificare, portare contributi ed esperienze esterni ed interni, monitorare, fare rete».

Il programma di attività per il 2010 di Inu Trentino si concentrerà sulla pianificazione e sulla legislazione urbanistica provinciale, approfondendone alcuni temi specifici, tra i quali il consumo di suolo, il tema energetico applicato all'urbanistica, la pianificazione della mobilità. «Nel tracciare gli obiettivi del prossimo biennio - spiega ancora Ulrici - intendiamo affiancare l'attività di promozione culturale sui temi della pianificazione locale e nazionale a quella di consulenza scientifica e formativa».

Comune | L'iniziativa

Piazza Dante  
c'è la casetta



È stata montata ieri in piazza Dante, accanto alla palazzina Liberty, la casetta prefabbricata (nella foto) che, nei prossimi mesi, costituirà il «quartier generale» di AnimaDante. Il progetto, grazie a un fitto programma di iniziative, mira a riqualificare il parco. Per tutta l'estate e fino al prossimo ottobre, sono previsti spettacoli, manifestazioni culturali, laboratori creativi, sportelli informativi dedicati ai cittadini, ai giovani, agli immigrati, alle famiglie in difficoltà, al servizio civile o ai senza fissa dimora. Ecco gli appuntamenti in programma nei prossimi giorni. Oggi dalle 9 alle 13, sportello informativo per senza dimora e cittadini (attività promossa da Fondazione comunità solidale). Dalle 15.30 alle 17.30 sportello informativo servizio civile (attività promossa da Consolida in collaborazione con le politiche giovanili del Comune). Domani, mercoledì 28 dalle 15.30 alle 17.30 laboratorio per bambini «Il Labirinto magico»: la magia dei giochi in scatola formato gigante (attività promossa da Consolida). Giovedì 29 e venerdì 30, dalle 15.30 alle 17.30, «Giochiamo con l'ambiente», laboratorio per bambini e ragazzi (attività promossa da Consolida).