

## ATTIVITA' FISICA nell'ASL CN1: i dati del sistema di sorveglianza PASSI 2007-2010

scheda tecnica a cura di Maria Teresa Puglisi e Anna Maria Fossati, S.S. Epidemiologia Dipartimento di Prevenzione ASL CN1

### Livelli di attività fisica\*

	ASL CN1 (2007-2010)	Regione Piemonte (2007-2010)	Pool nazionale (2010)
Attivo	34%	33%	32%
Parzialmente attivo	39%	40%	37%
Sedentario	27%	27%	31%

\* livelli di attività fisica raccomandata per una persona adulta: intensa 20 minuti al giorno per 3 giorni, moderata 30 minuti al giorno per 5 giorni

### Sedentari

<b>Totale</b>	27%
<b>Classi di età</b>	
18-34	23%
35-49	26%
50-69	31%
<b>Sesso</b>	
uomini	23%
donne	31%
<b>Livello di istruzione</b>	
Nessuno/elementare	32%
Scuola media inferiore	32%
Scuola media superiore	24%
Laurea/diploma universitario	16%
<b>Difficoltà economiche</b>	
Molte difficoltà	36%
Qualche difficoltà	27%
Nessuna	27%

All'interno del sistema di sorveglianza PASSI, relativo al periodo giugno 2007-dicembre 2010, sul territorio dell'ASL CN1 sono state effettuate 2138 interviste tra gli iscritti all'anagrafe sanitaria nella fascia di età 18-69 anni.

### Quanti sedentari e quanti attivi fisicamente

Il 34% degli intervistati ha uno stile di vita attivo: pratica infatti attività fisica intensa o moderata come raccomandato oppure ha un'attività lavorativa pesante (33% Regione Piemonte, 32% Pool nazionale).

Il 39% è parzialmente attivo, verso il 40% in Regione Piemonte e il 37% del Pool nazionale.

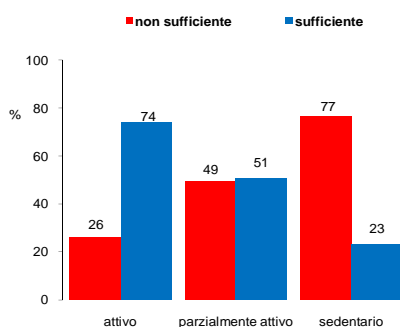
Il restante 27% è completamente sedentario (27% Regione Piemonte, 31% Pool nazionale).

### Caratteristiche dei sedentari

Sul territorio dell'ASL CN1 la sedentarietà aumenta con l'aumentare dell'età anagrafica ed in presenza di difficoltà economiche.

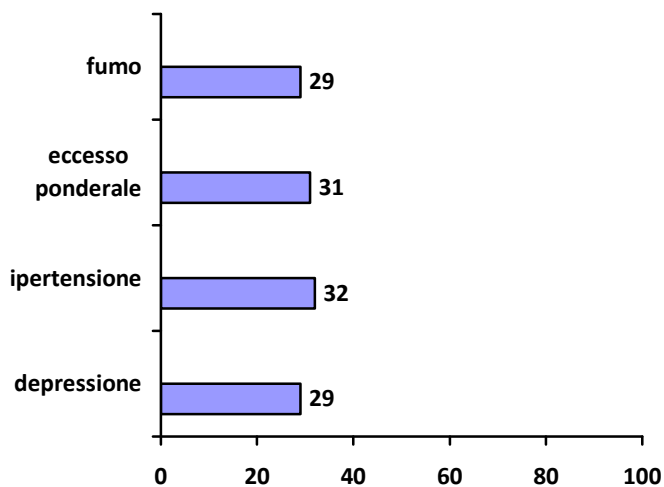
È inoltre più diffusa tra le donne e tra chi riferisce bassi livelli d'istruzione.

### Percezione di attività fisica per livello di attività fisica praticata (%)



### Come viene percepito il proprio livello di attività fisica

La percezione che le persone hanno del livello di attività fisica praticata condiziona cambiamenti verso uno stile di vita più attivo. Ben quasi un sedentario su quattro (23%) e la metà (51%) delle persone parzialmente attive giudicano la propria attività fisica sufficiente.



### Stile di vita sedentario e compresenza di altri fattori di rischio

Lo stile di vita sedentario è spesso associato ad altre condizioni di rischio. Sul territorio dell'ASL CN1 è sedentario: il 29% delle persone con problemi di depressione, il 32% degli ipertesi, il 31% di chi è in eccesso ponderale, il 29% dei fumatori.

### Promozione dell'attività fisica da parte degli operatori sanitari

Solo al 31% degli intervistati (tra coloro che dichiarano di essere stati da un medico o altro operatore sanitario negli ultimi 12 mesi) è stato chiesto se svolgono attività fisica (32% Regione Piemonte, 31% Pool nazionale). Al 28% delle persone è stato consigliato di fare attività fisica: il dato aziendale è in ogni caso leggermente inferiore sia al dato regionale che nazionale.

#### Attenzione degli operatori sanitari

(tra coloro che dichiarano di essere stati da un medico o altro operatore sanitario negli ultimi 12 mesi)

	ASL CN1 (2007-2010)	Regione Piemonte (2007-2010)	Pool nazionale (2010)
Persone cui un medico o un operatore sanitario ha chiesto se svolgono attività fisica	31%	32%	31%
Persone che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica	28%	30%	32%

## Conclusioni

Aumentare la consapevolezza dell'importanza di fare attività fisica è un obiettivo che può essere raggiunto lavorando sulle strategie che influenzano l'adozione di uno stile di vita sano.

I risultati dell'indagine evidenziano inoltre la necessità di rafforzare ulteriormente l'azione di sensibilizzazione da parte degli operatori sanitari verso gli utenti sulla tematica.

### Che cos'è il sistema di sorveglianza PASSI?

Nel 2006, il ministero della Salute ha affidato al Centro nazionale di epidemiologia, sorveglianza e promozione della salute dell'Istituto superiore di sanità il compito di sperimentare un sistema di sorveglianza della popolazione adulta (Passi, Progressi delle aziende sanitarie per la salute in Italia). L'obiettivo 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. Tutte le Regioni o Province autonome hanno aderito al progetto. Un campione di residenti di età compresa tra 18 e 69 anni viene estratto con metodo casuale stratificato dagli elenchi delle anagrafi sanitarie. Personale delle Asl, specificamente formato, effettua interviste telefoniche con un questionario standardizzato. I dati vengono poi trasmessi in forma anonima via internet e registrati in un archivio unico nazionale.

Per maggiori informazioni, visita il sito [www.epicentro.iss.it/passi](http://www.epicentro.iss.it/passi).

Coordinamento per la Regione Piemonte e reportistica regionale a cura del SSEPI ASL NO – tel. 0321 374.408;

e-mail: [epidemio.nov@asl.novara.it](mailto:epidemio.nov@asl.novara.it)