

L'ATTIVITÀ FISICA E LA MOBILITÀ SOSTENIBILE IN ULSS 2

i dati del sistema di sorveglianza PASSI

A cura di Valentina Gobetto, Cinzia Piovesan, Mauro Ramigni
U.O.S.D. Servizio Epidemiologia ULSS 2
Con la collaborazione della U.O.S. Servizio Promozione della Salute

PASSI

Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia

Sistema di sorveglianza nazionale che indaga i **fattori comportamentali di rischio per la salute** e la **diffusione degli interventi di prevenzione** messi in campo dalle Aziende Sanitarie per la tutela del benessere dei cittadini



Cosa misura PASSI

salute

- Salute percepita
- Malattie croniche
- Sintomi di depressione
- Diabete
- Iperensione
- Ipercolesterolemia

fattori di rischio comportamentali

- Attività fisica
- Fumo
- Alcol
- Alimentazione

programmi di prevenzione e misure di sicurezza

- Screening oncologici
- Vaccinazioni
- Sicurezza stradale
- Sicurezza domestica

caratteristiche socio demografiche

- Età e sesso
- Istruzione
- Stato civile
- Cittadinanza
- Attività lavorativa e precarietà
- Difficoltà economiche riferite

PASSI UNO SGUARDO D'INSIEME



Target

residenti di età compresa **tra 18 e 69 anni** iscritti all'anagrafe sanitaria *(con recapito telefonico rintracciabile, in grado di sostenere l'intervista in italiano)*



Regioni coinvolte

tutte le regioni e P.A.



Modalità di indagine

indagini campionarie su campioni rappresentativi per sesso e classi di età a livello aziendale e regionale



Modalità di raccolta

Interviste telefoniche con questionario standardizzato somministrato da operatori delle ASL. I dati vengono riversati in un database nazionale



Tempi di raccolta

Le interviste sono effettuate **durante tutto l'anno**



Copertura

124/139 ULS coinvolte pari a **circa il 93%** della popolazione italiana tra 18 e 69 anni



Dimensioni

386.000 interviste realizzate nel periodo 2008-2018 (circa **35.000 all'anno**)

In Ulss 2 8.816 interviste realizzate



Tasso di rifiuto

Solo il 10% dei campionati si rifiuta di rispondere alle domande



Tasso di risposta

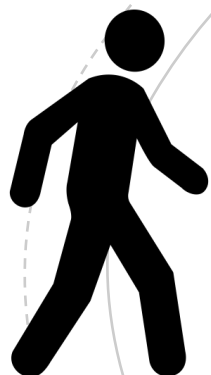
86% dei campionati risponde al questionario (circa 100 domande - durata 25-30 minuti). Oltre ai rifiuti, il 4% dei campionati non viene rintracciato.

I livelli di attività fisica

Definizioni usate dal sistema di sorveglianza PASSI sulla base delle raccomandazioni OMS

ATTIVI

- almeno **150 minuti** a settimana di **attività fisica moderata**
- almeno **75 minuti** a settimana di **attività fisica intensa**
- una **combinazione delle 2**
- **lavoro pesante**



PARZIALMENTE ATTIVI

pur svolgendo attività fisica nel tempo libero, non raggiungono i livelli minimi per essere considerati fisicamente attivi.



SEDENTARI

non svolgono alcuna attività fisica nel tempo libero né sul lavoro.

**I DATI
DELL'ULSS 2
MARCA
TREVIGIANA**



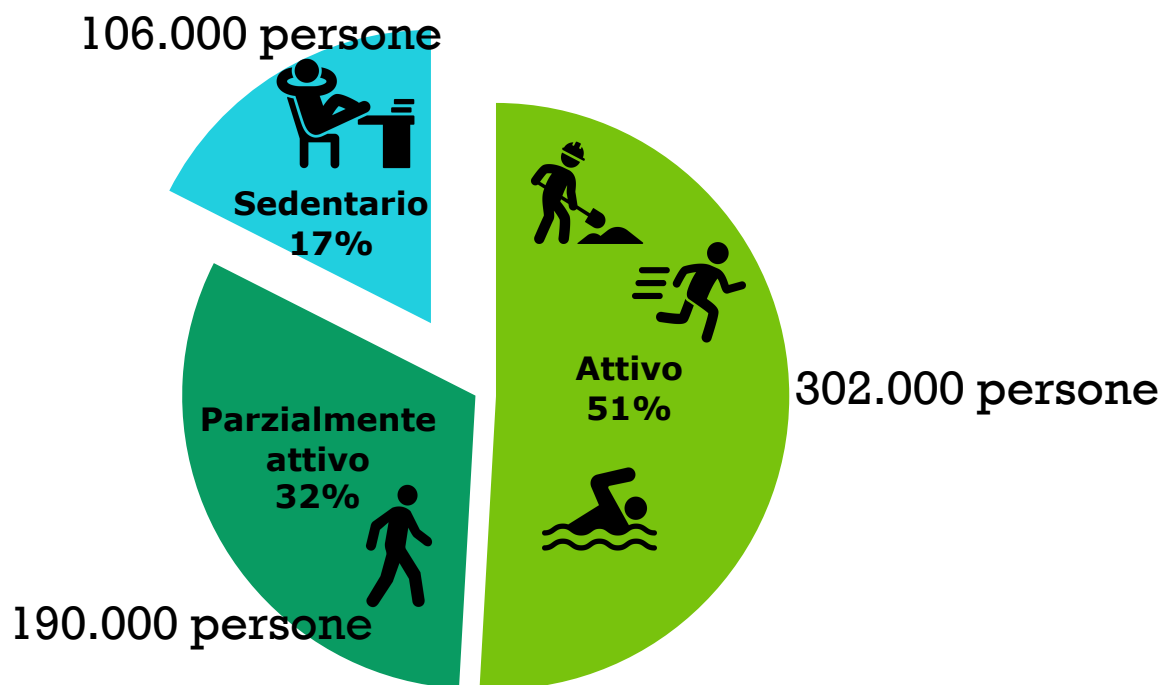
ATTIVITÀ FISICA - adulti

Percentuale di persone per livello di attività. Provincia di Treviso, PASSI 2015-2018

Secondo i dati Passi 2015-2018 (su circa 3 mila interviste),

metà degli adulti tra i 18 e i 70 anni può essere considerato **fisicamente attivo** perché raggiunge i livelli raccomandati di attività fisica (in linea con la media italiana).

Quasi **1 su 6** è invece completamente **sedentario** (in Italia circa 1 su 3).

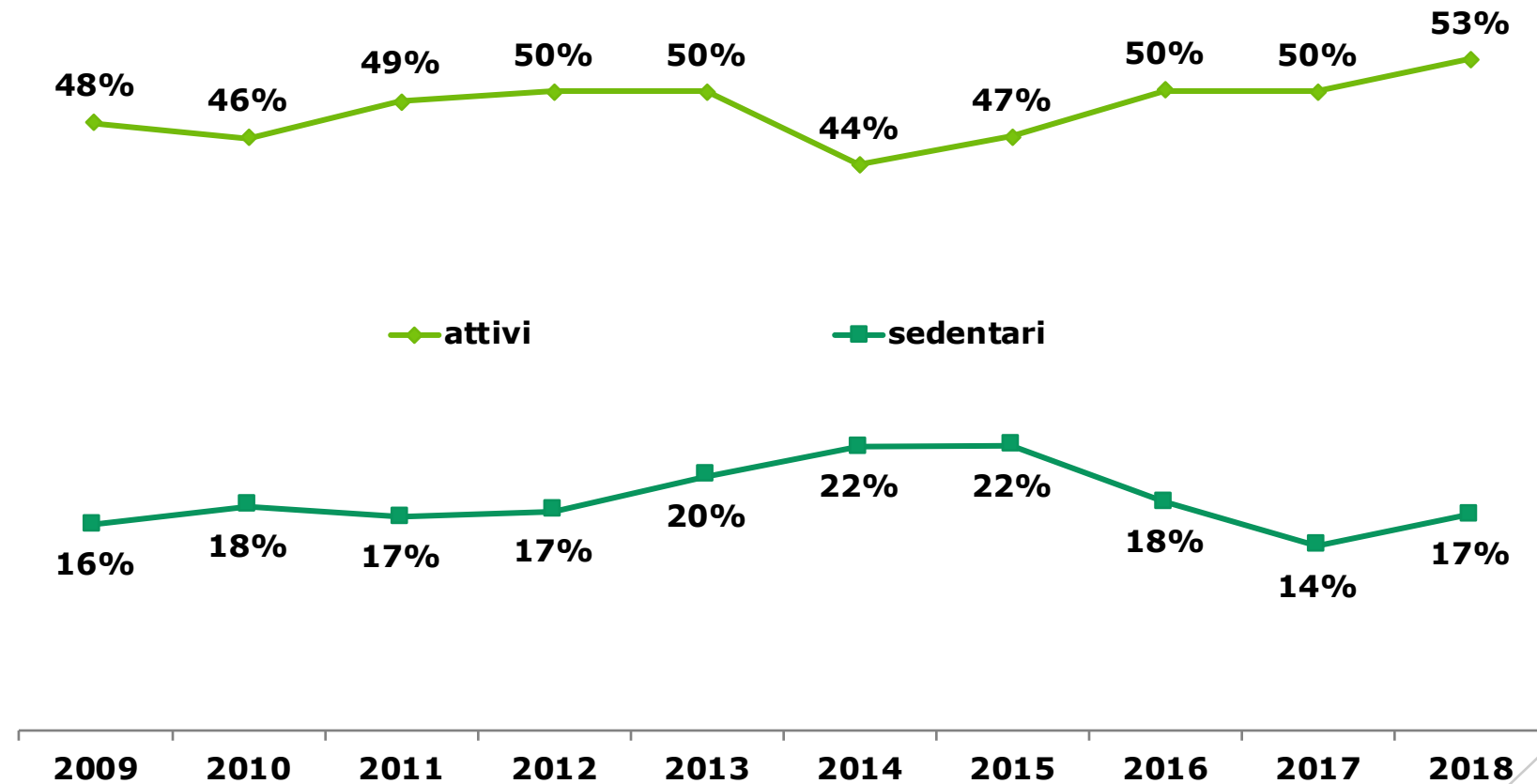


Confronto fra **attivi** e **sedentari** popolazione trevigiana 18-69 anni PASSI 2009-18

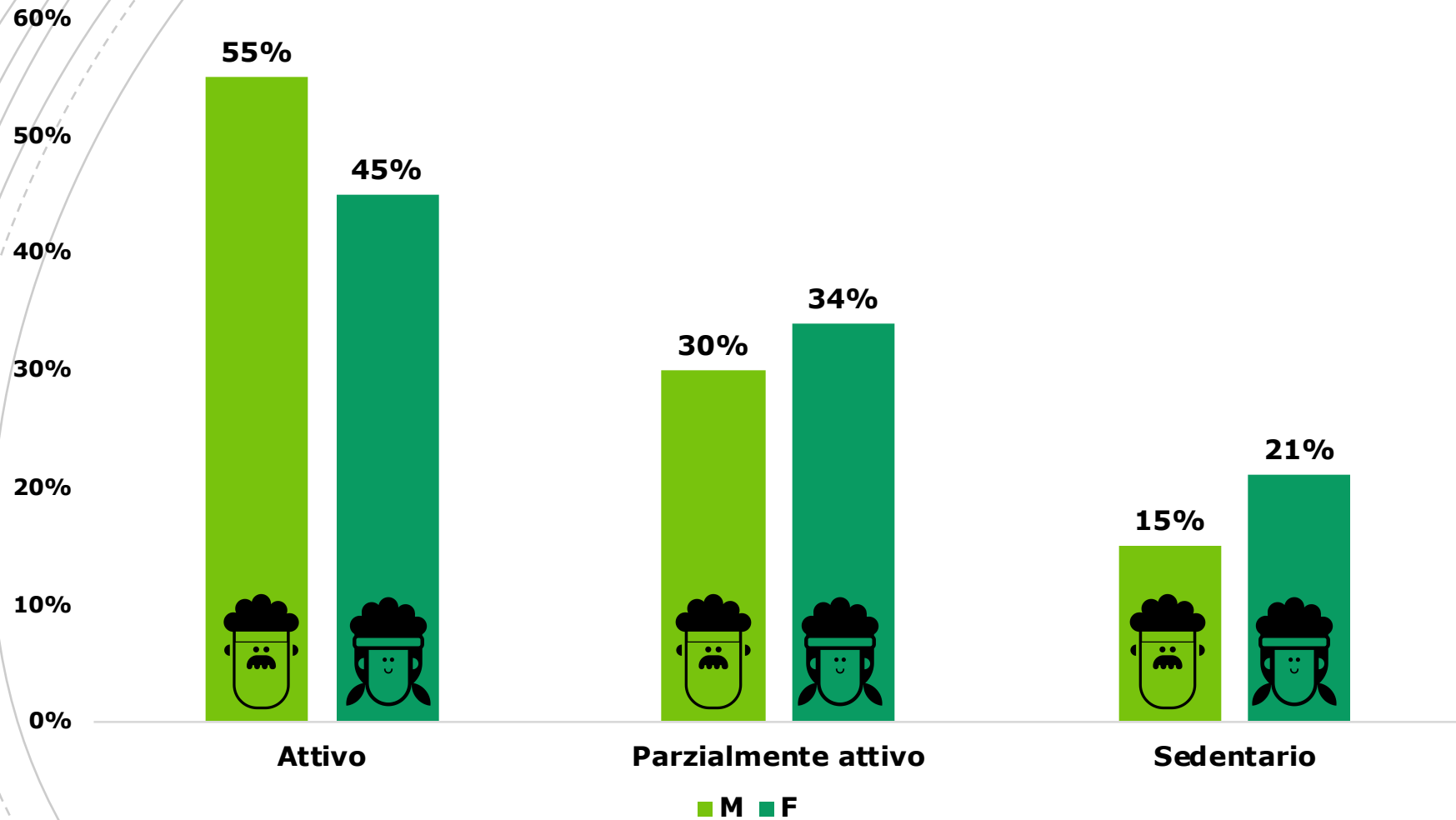
Adulti fisicamente attivi e sedentari. Provincia di Treviso. PASSI 2009-2018.

Il numero di persone attive è in aumento negli ultimi anni

possiamo stimare che siano circa 296.000 gli adulti sotto i 70 anni che raggiungono i livelli raccomandati di attività fisica.



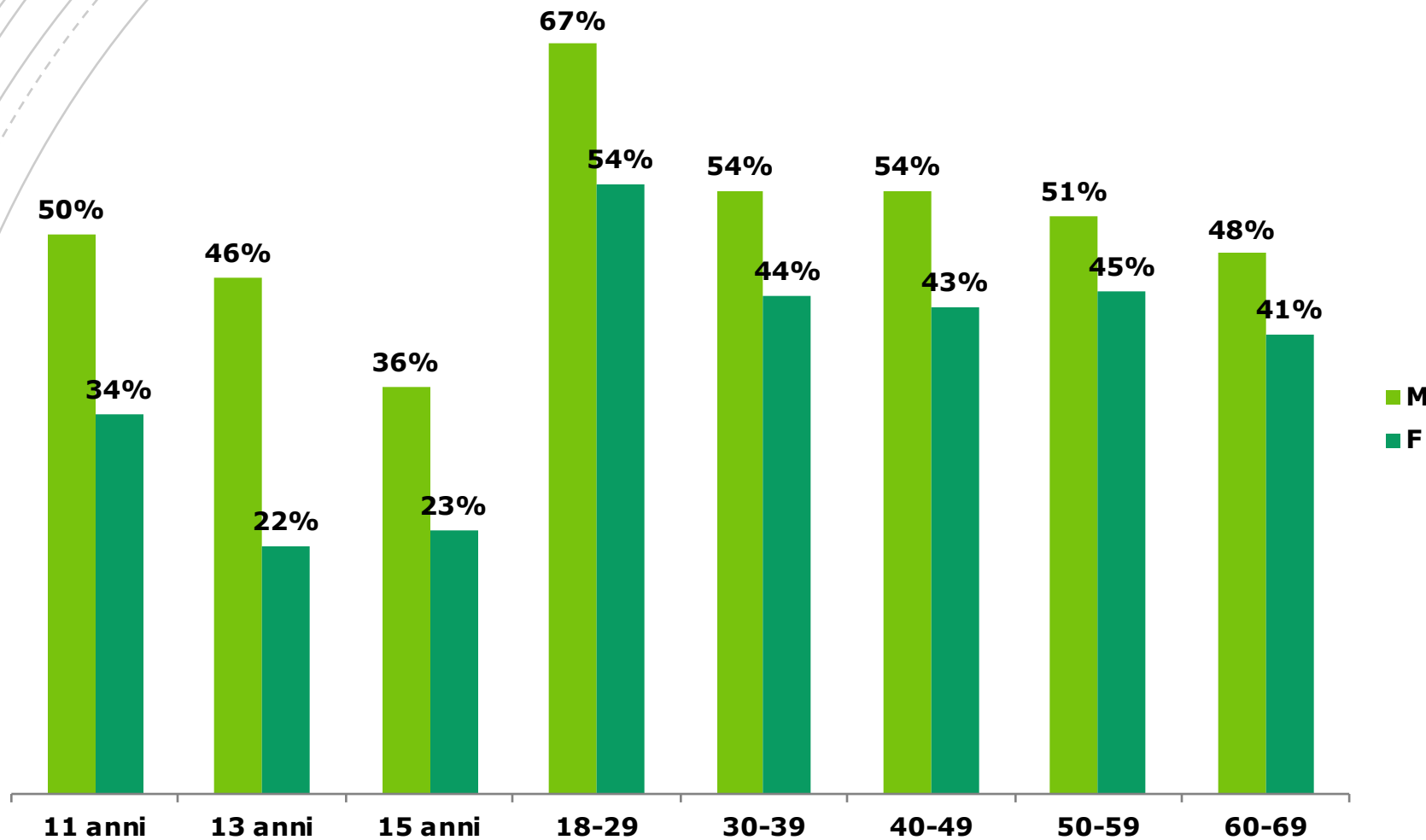
Livello di attività fisica nella **popolazione trevigiana 18-69 anni** **ULSS 2 - PASSI 2015-18**



Percentuale di persone fisicamente attive per classe di età e sesso ULSS 2 - PASSI 2015-18

in tutte le classe di età **sono più attivi i maschi**

Complessivamente il **54%** dei maschi e il **45%** delle femmine risultano attivi.



HBSC 2014

PASSI 2015-2018

Attività fisica e
situazione socio-
economica

La situazione socio-economica influisce sui livelli di attività fisica

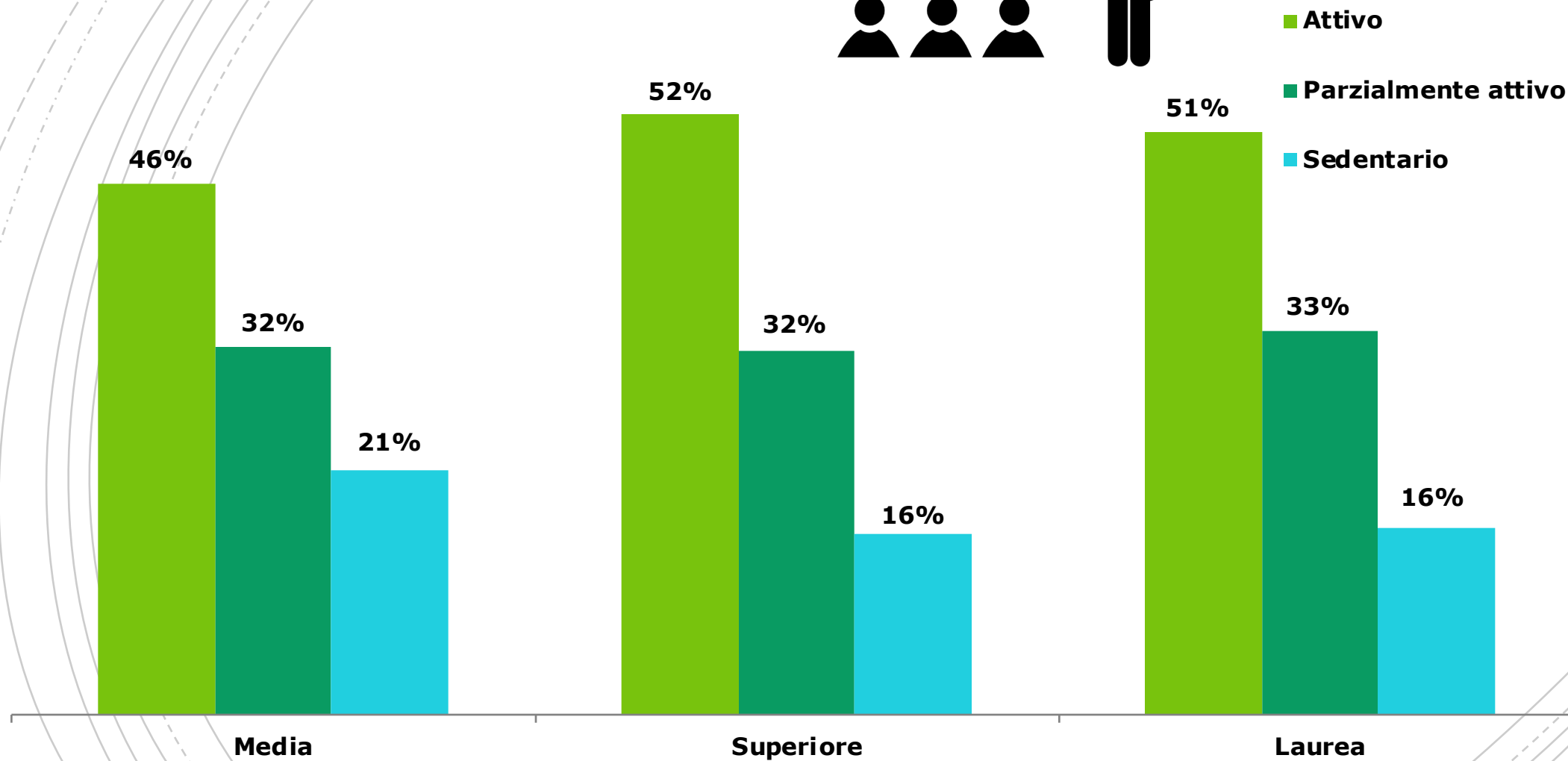
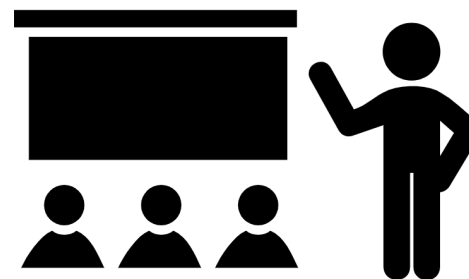
La **sedentarietà è maggiore** tra chi ha:

Titolo di istruzione **basso**

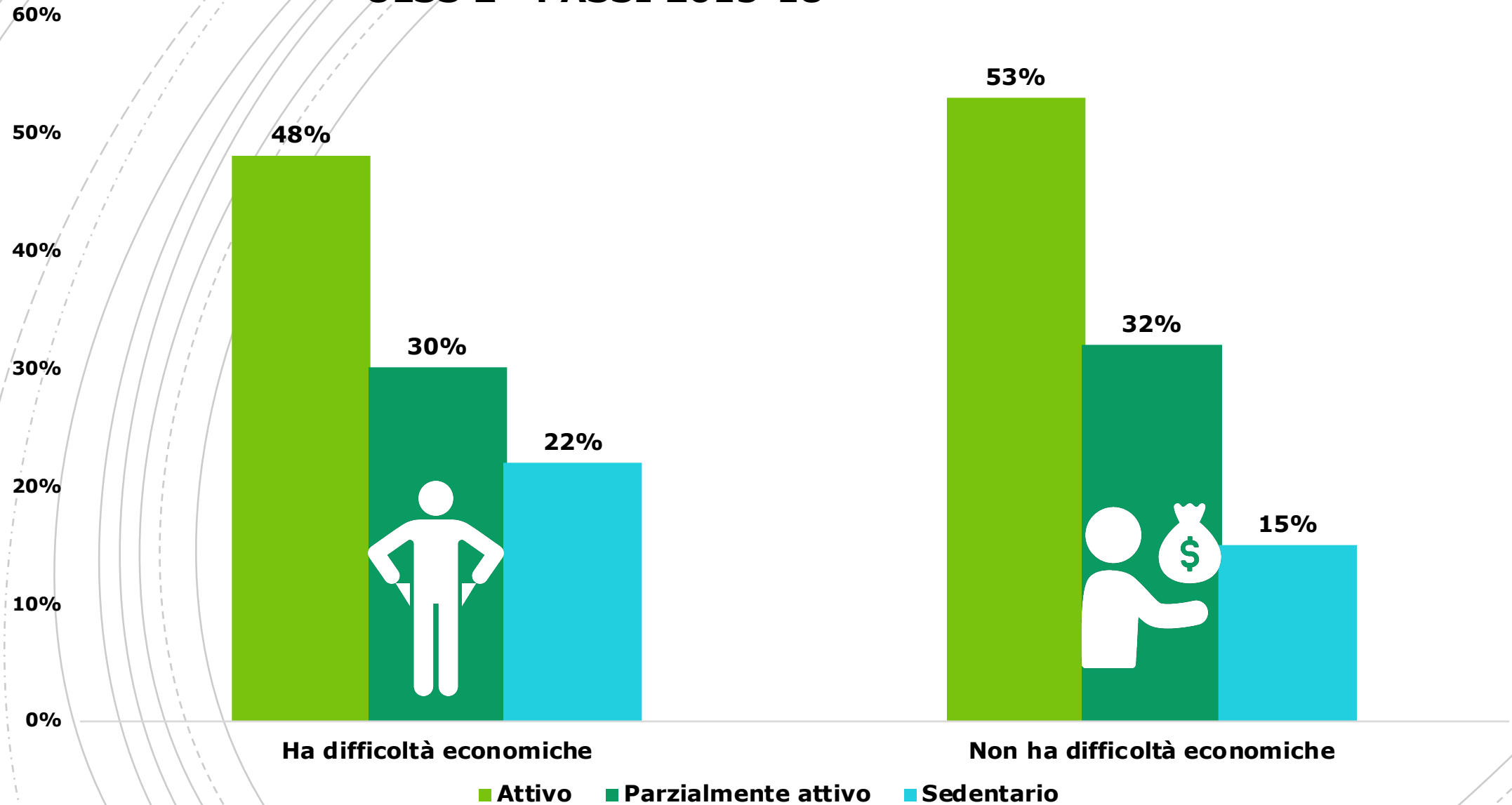
Presenza di **difficoltà economiche**

Nazionalità **straniera**

Livello di attività fisica per titolo di studio ULSS 2 - PASSI 2015-18

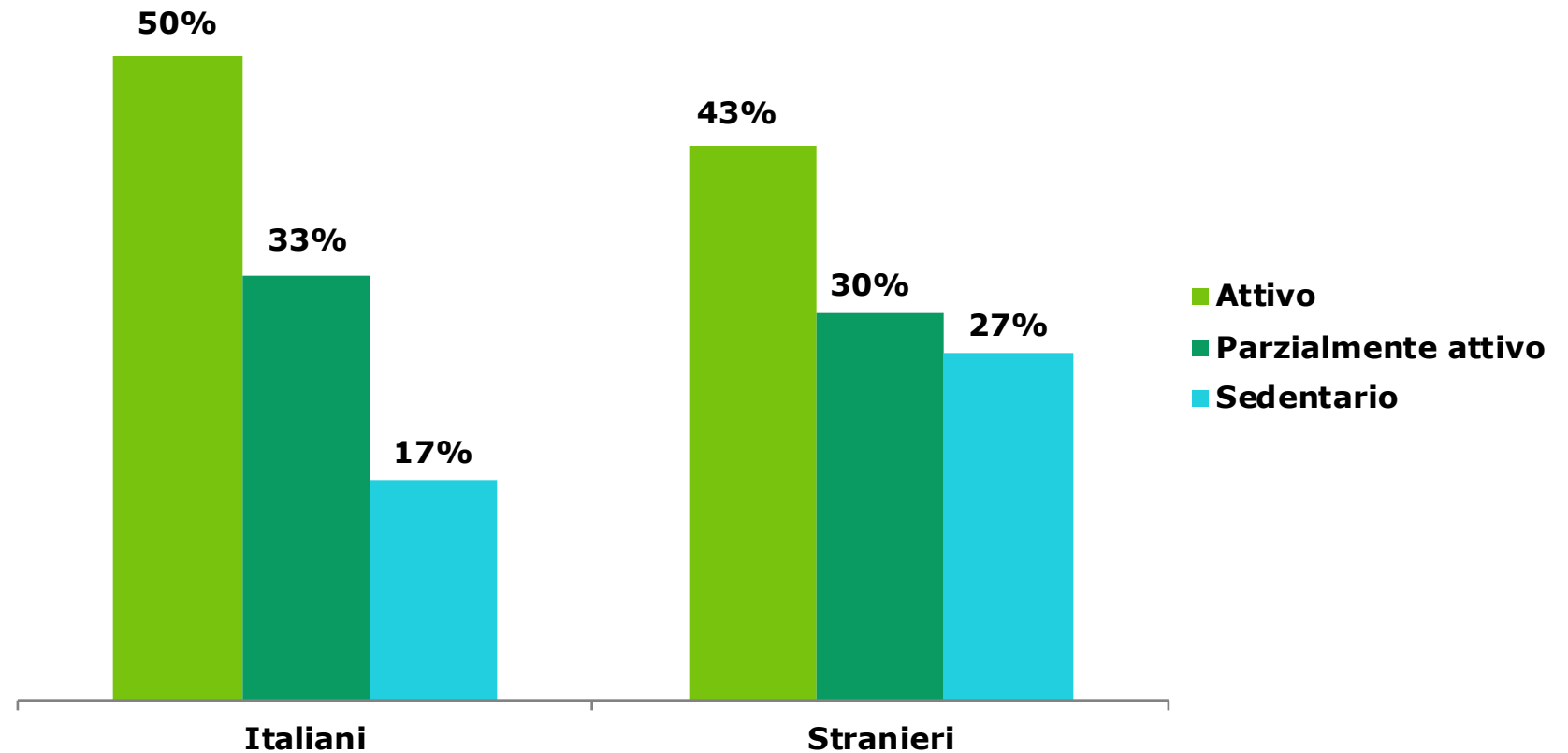


Livello di attività fisica per **situazione economica** ULSS 2 - PASSI 2015-18

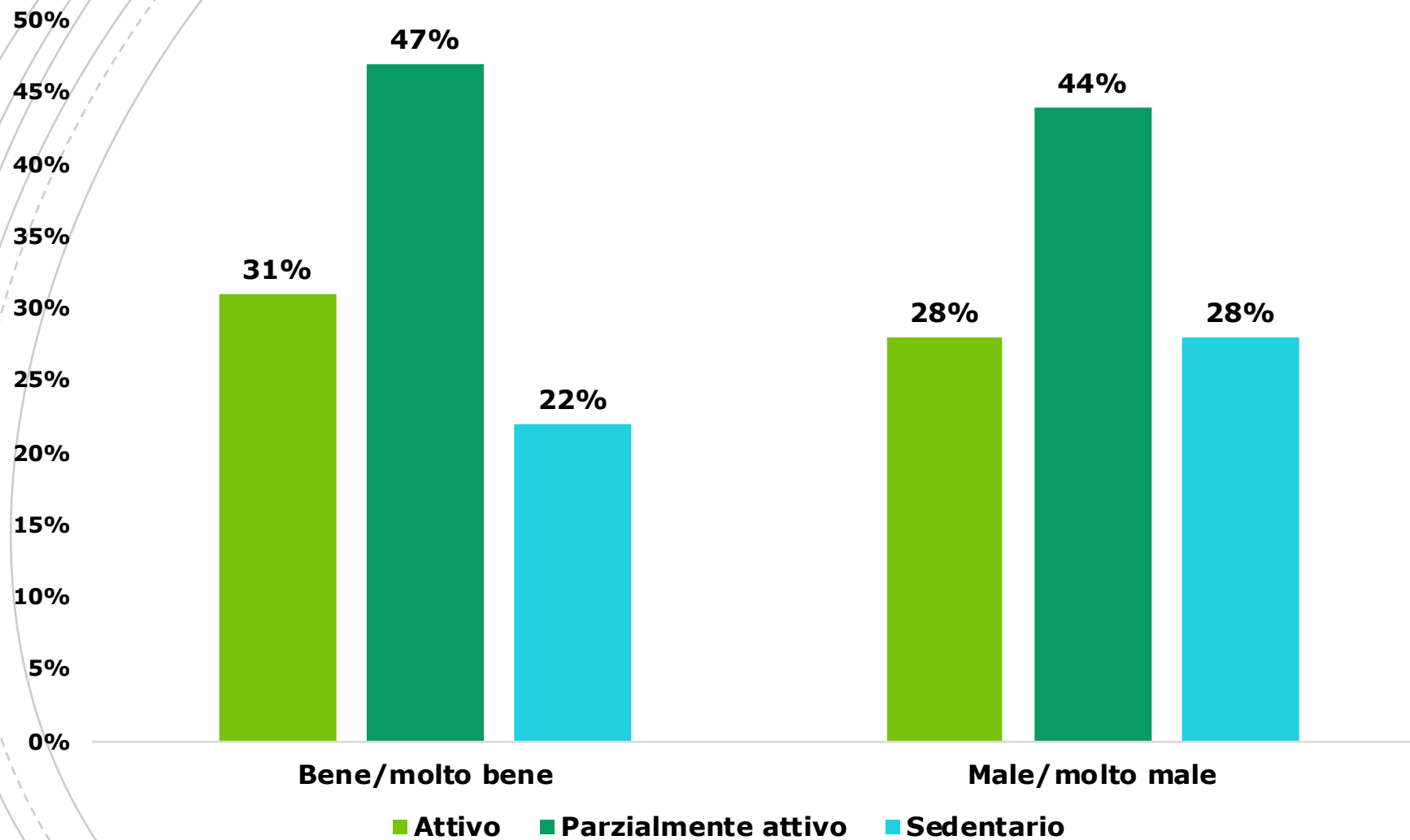


Livello di attività fisica per nazionalità ULSS 2 - PASSI 2015-18

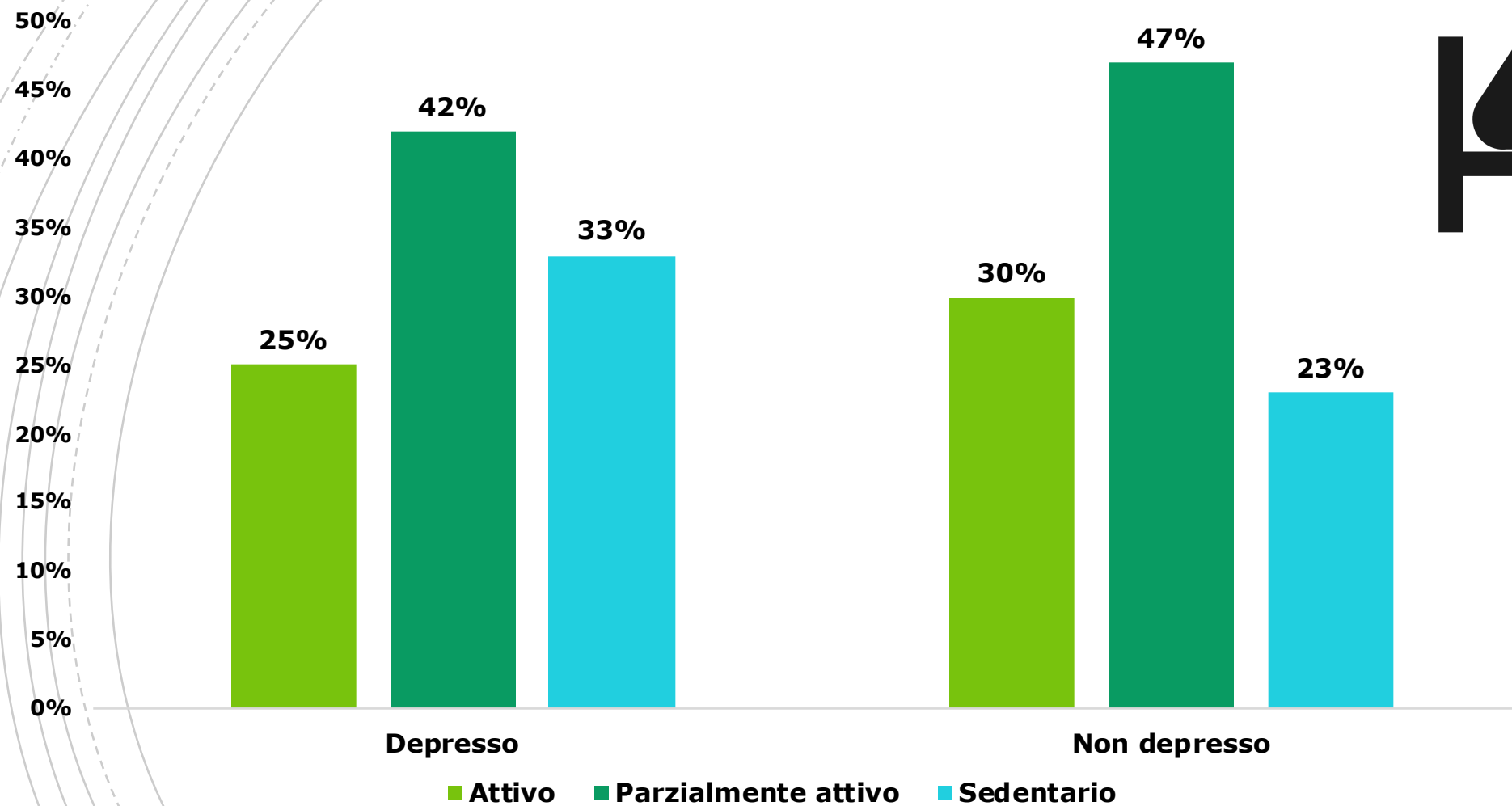
I sedentari sono nettamente **di più tra gli stranieri** rispetto agli italiani



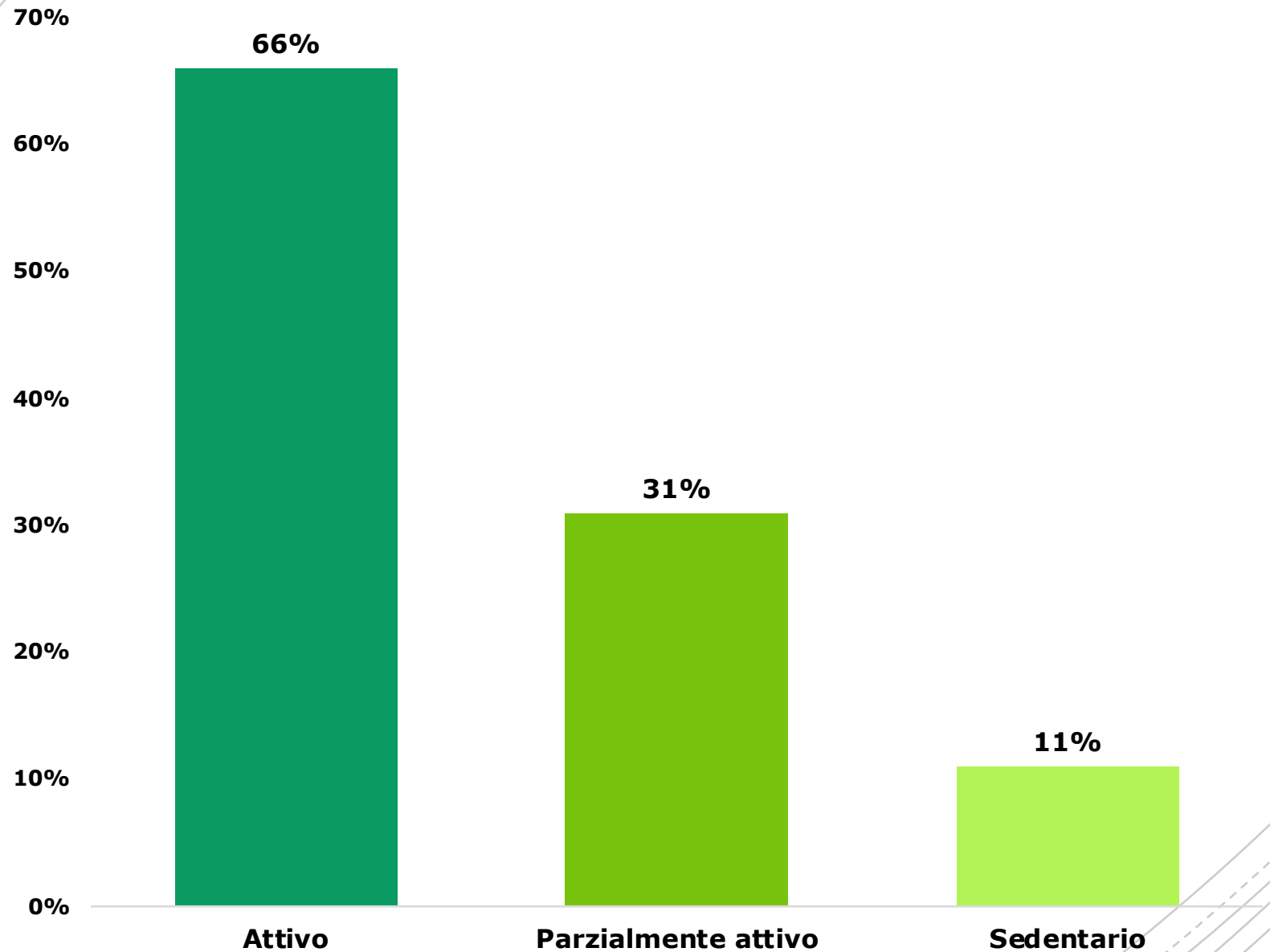
Livello di attività fisica in relazione allo stato di salute percepito ULSS 2 - PASSI 2015-18



Livello di attività fisica per presenza di **sintomi di depressione** ULSS 2 - PASSI 2015-18

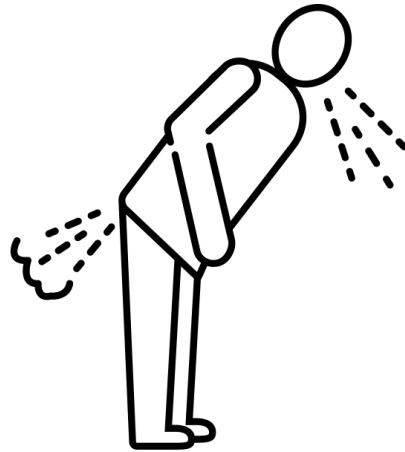
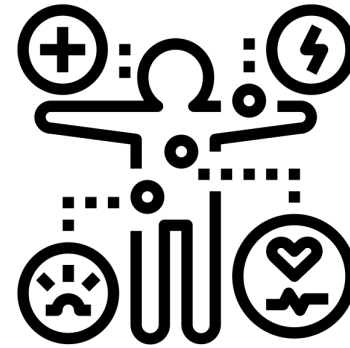


**Percezione di sufficiente livello di attività fisica in relazione
all'attività fisica effettivamente svolta
ULSS 2 - PASSI 2015-18**



Circa **1 sedentario su 10** giudica sufficiente il proprio livello di attività fisica

ATTIVITÀ FISICA E MALATTIA



ATTIVITÀ FISICA E MALATTIA

Una **vita sedentaria è un fattore di rischio** per molte condizioni croniche

Raggiungere i livelli di attività fisica raccomandati

(camminare velocemente **150 minuti alla settimana** o praticare un livello equivalente di attività fisica)

si associa a un

guadagno di aspettativa di vita di 3,4-4,5 anni rispetto alla non pratica.

Camminare velocemente **75 minuti alla settimana** porta ad un guadagno di **1,8 anni**

(Istituto Superiore di Sanità, 07.06.2018)



**20-30 minuti
al giorno**

**3,4-4,5
anni di vita
guadagnati**

Patologie per le quali è dimostrata una riduzione del rischio grazie all'attività fisica

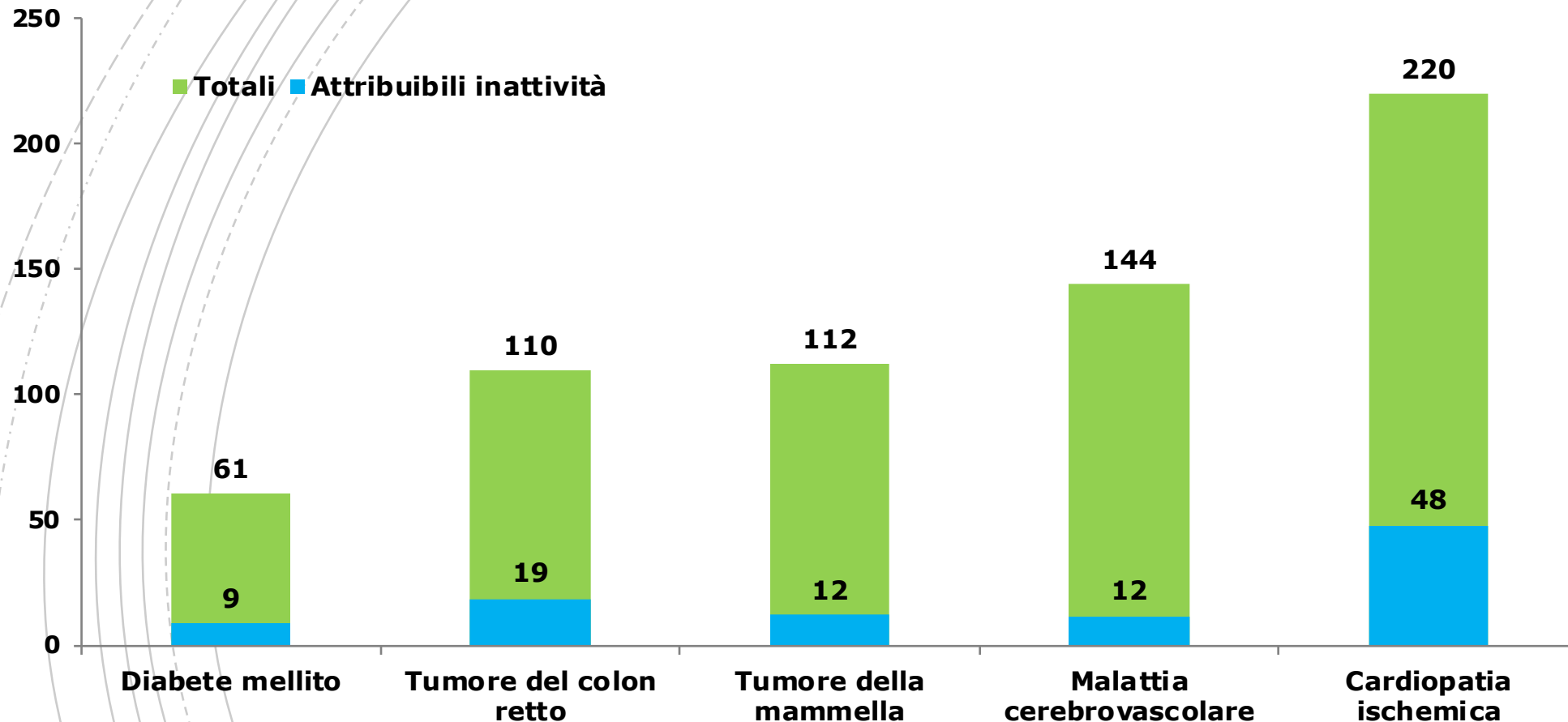
Fonte: Rapporti ISTISAN 18/9 2018

Condizione	Riduzione del rischio (%)	Qualità delle evidenze
Coronopatia e ictus	20-35	Alta
Diabete di tipo 2	35-50	Alta
Tumore del colon	30-50	Alta
Tumore della mammella	20	Alta
Frattura del femore	36-68	Moderata
Depressione	20-30	Alta
Morbo di Alzheimer	40-45	Moderata

Inoltre si stima una riduzione del rischio di morte del 20-35%

Morti annuali dovuti alla scarsa attività fisica

ULSS 2 –Principali cause di morte precoci correlata alla scarsa attività fisica (media annua 2015-2017)



Si può stimare che, nell'ULSS 2, la scarsa attività fisica sia responsabile di circa il 3,6% delle morti per tutte le cause prima degli 80 anni, circa **100 morti all'anno**.

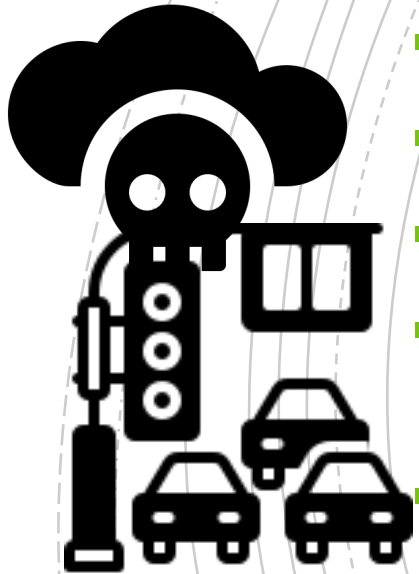
The background features a series of overlapping, concentric circles and arcs in light gray and white, some solid and some dashed, creating a dynamic, geometric pattern. A prominent green callout box is centered on the page, containing the main text.

**MOBILITÀ ATTIVA
E
SOSTENIBILE**

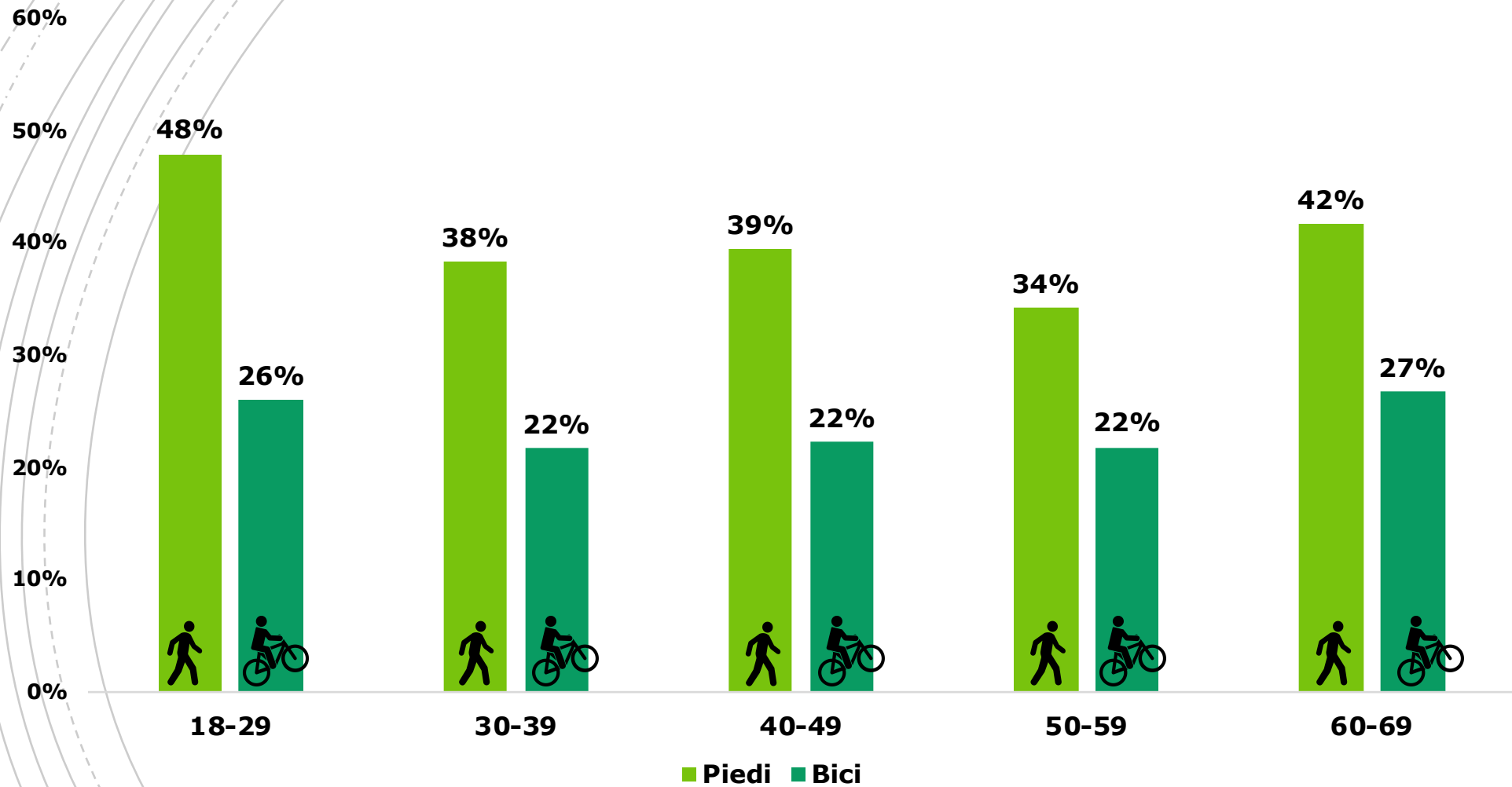
MOBILITÀ SOSTENIBILE

L'espressione **mobilità sostenibile** indica delle modalità di spostamento (e in generale un sistema di mobilità urbana) in grado di diminuire gli impatti ambientali, sociali ed economici generati dai veicoli privati:

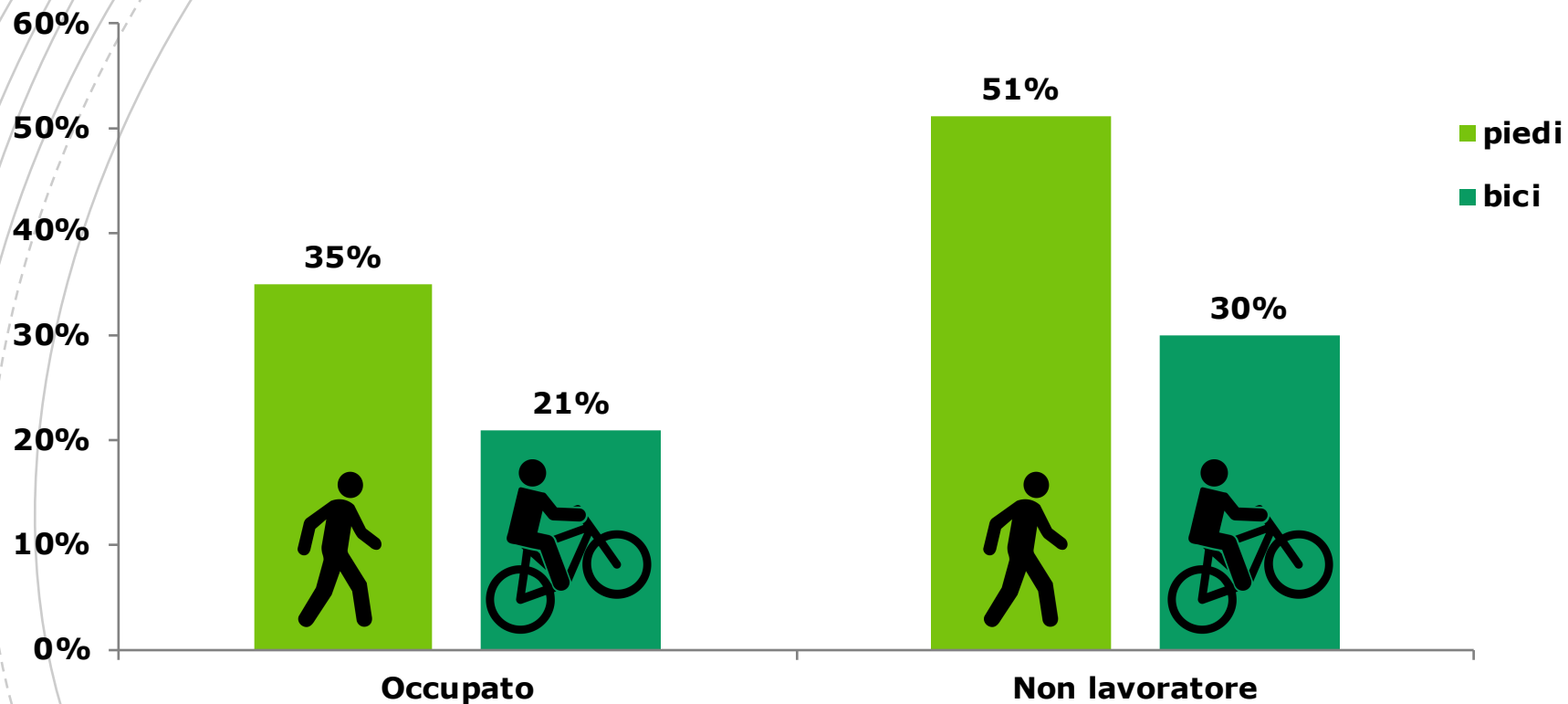
- **l'inquinamento atmosferico** e le emissioni di gas serra;
- **l'inquinamento acustico**;
- la **congestione stradale**;
- **l'incidentalità**;
- il **degrado delle aree urbane** (causato dallo spazio occupato dagli autoveicoli a scapito dei pedoni);
- il **consumo di territorio** (causato dalla realizzazione delle strade e infrastrutture);
- i **costi degli spostamenti** (sia a carico della comunità sia del singolo).



Percentuale di persone che compiono dei tragitti a **pedi** o **in bici**, suddivisi per **classi di età** ULSS 2 - Passi 2017-18

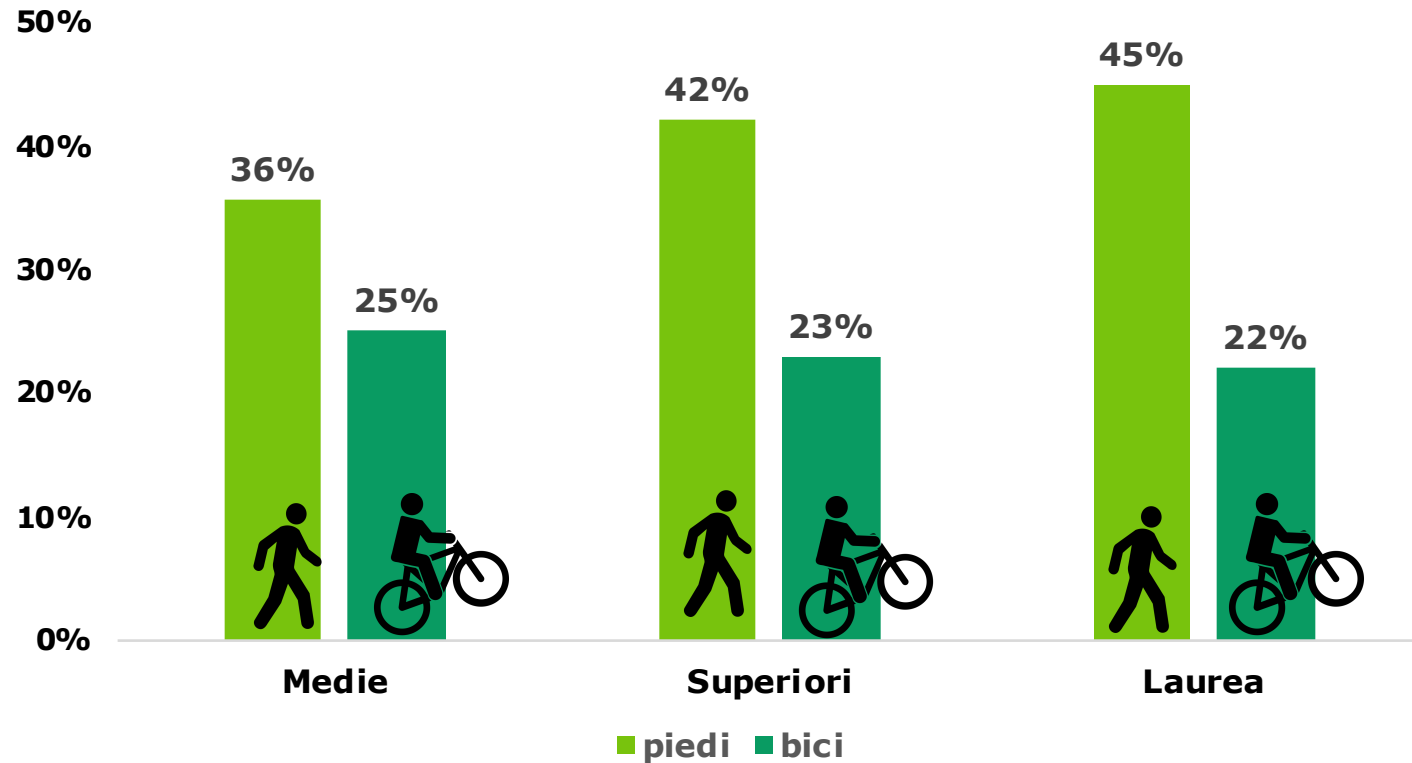


**Percentuale di persone che compiono dei tragitti a piedi o in bici
confronto tra occupati e non lavoratori.
ULSS 2 - Passi 2017-18**



**Percentuale di persone che compiono dei tragitti a piedi
o in bici, suddivisi per livello di istruzione
Ulss 2 - Passi 2017-18**

**L'uso di mezzi
sostenibili per gli
spostamenti
abituali aumenta
con il livello
d'istruzione.**



LE SCELTE PER GLI SPOSTAMENTI ABITUALI IN ULSS 2 MARCA TREVIGIANA

Almeno una volta a settimana...

Cammina il 40% della popolazione → 237.000 persone

Il 45% della popolazione dai 18 ai 44 anni cammina per 18 minuti al dì

Il 21% della popolazione dai 45 ai 66 anni cammina per 21 minuti al dì



Va in bici il 22,3% della popolazione → 132.000 persone

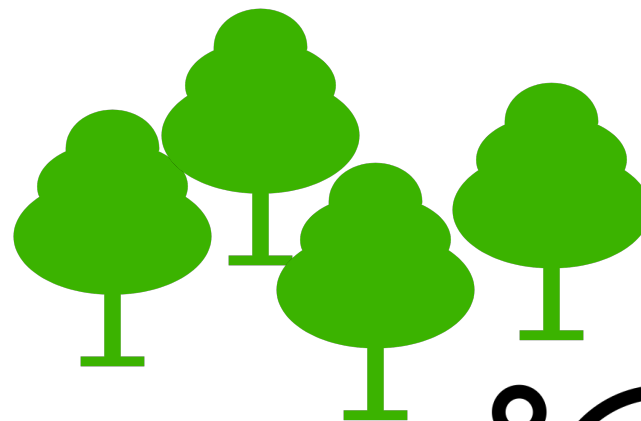
Il 23% della popolazione dai 18 ai 44 anni va in bici per 15 minuti al dì

Il 18% della popolazione dai 45 ai 69 anni va in bici per 18 minuti al dì

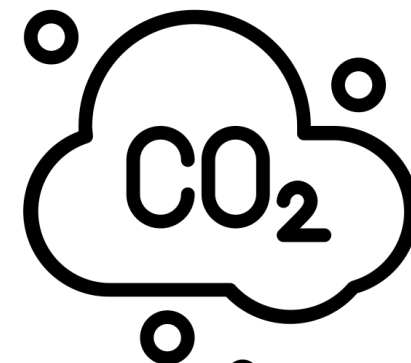


I vantaggi della mobilità sostenibile in ULSS 2

Fatto il lavoro di **2.838.000 alberi**
un bosco di **17 km²** !



56.775 tonnellate di CO₂ risparmiate =
2.307.000 euro*



88 morti risparmiati all'anno



***Costo sociale del carbonio** può essere definito come la monetizzazione del danno causato dall'impatto di un'ulteriore tonnellata di equivalente di anidride carbonica (CO₂ e) emessa in un determinato momento.



I DATI ITALIANI



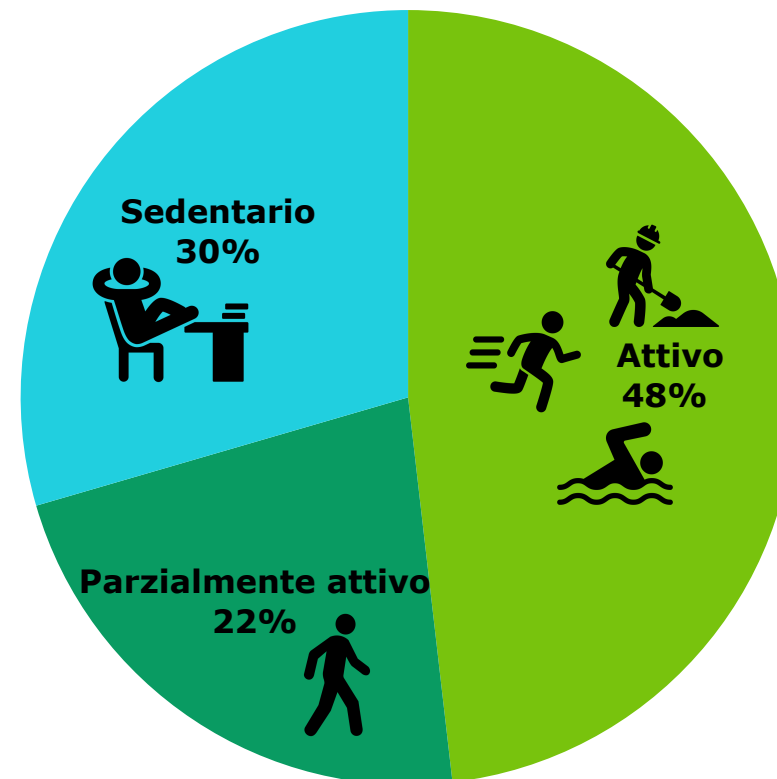
ATTIVITÀ FISICA - adulti

Percentuale di persone per livello di attività. ITALIA, PASSI 2015-2018

Secondo i dati Passi 2015-2018
(132.000 interviste)

metà degli adulti tra i 18 e i
70 anni può essere considerato
fisicamente attivo

1 su 3 è invece completamente
sedentario

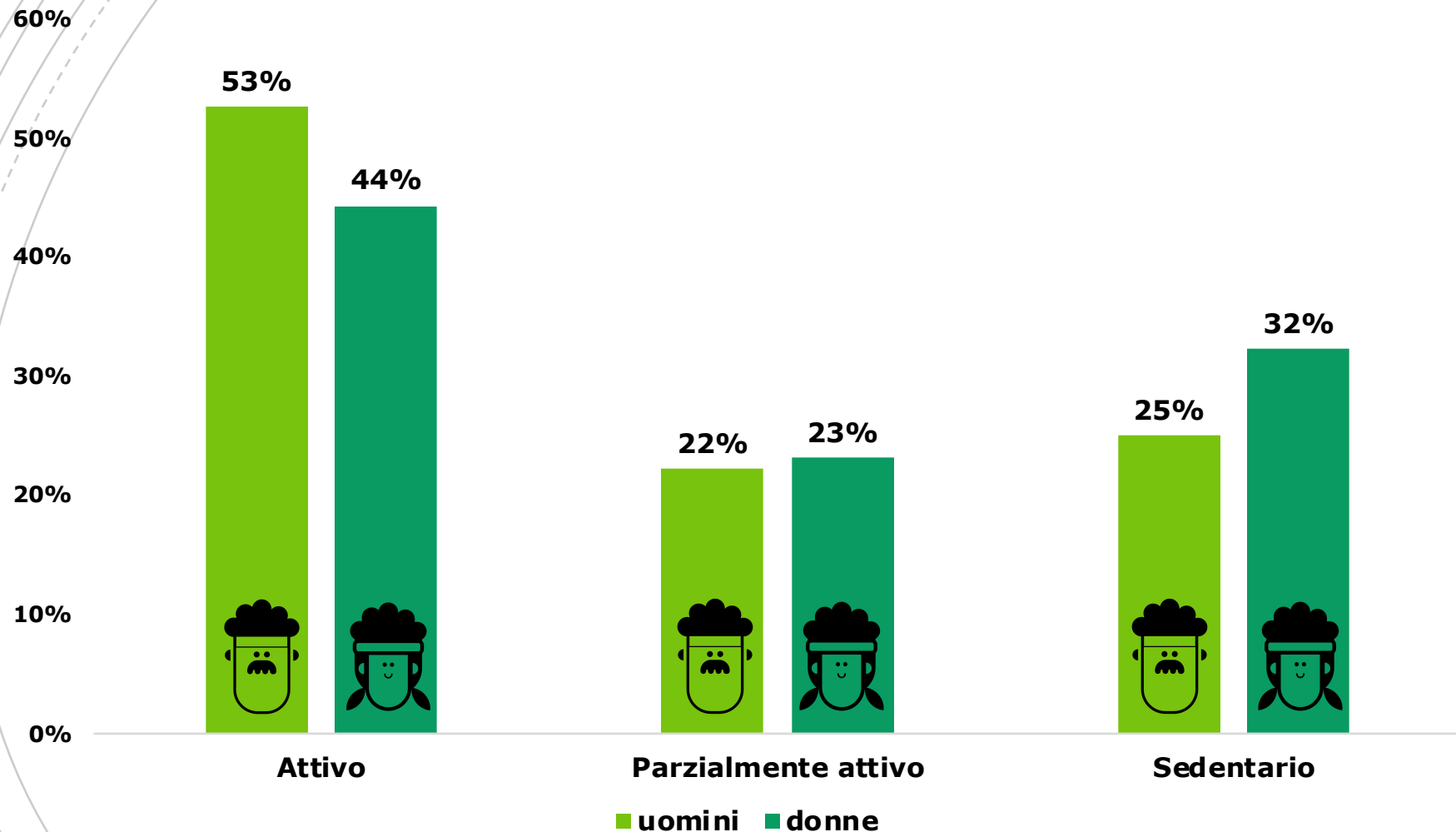


Livello di attività fisica nella popolazione italiana 18-69 anni PASSI 2015-18

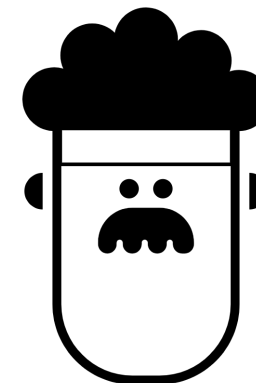
La percentuale di **persone sedentarie in Italia è molto più alta rispetto a quella dell'ULSS 2**

sia tra gli **uomini** (25% vs 15%)

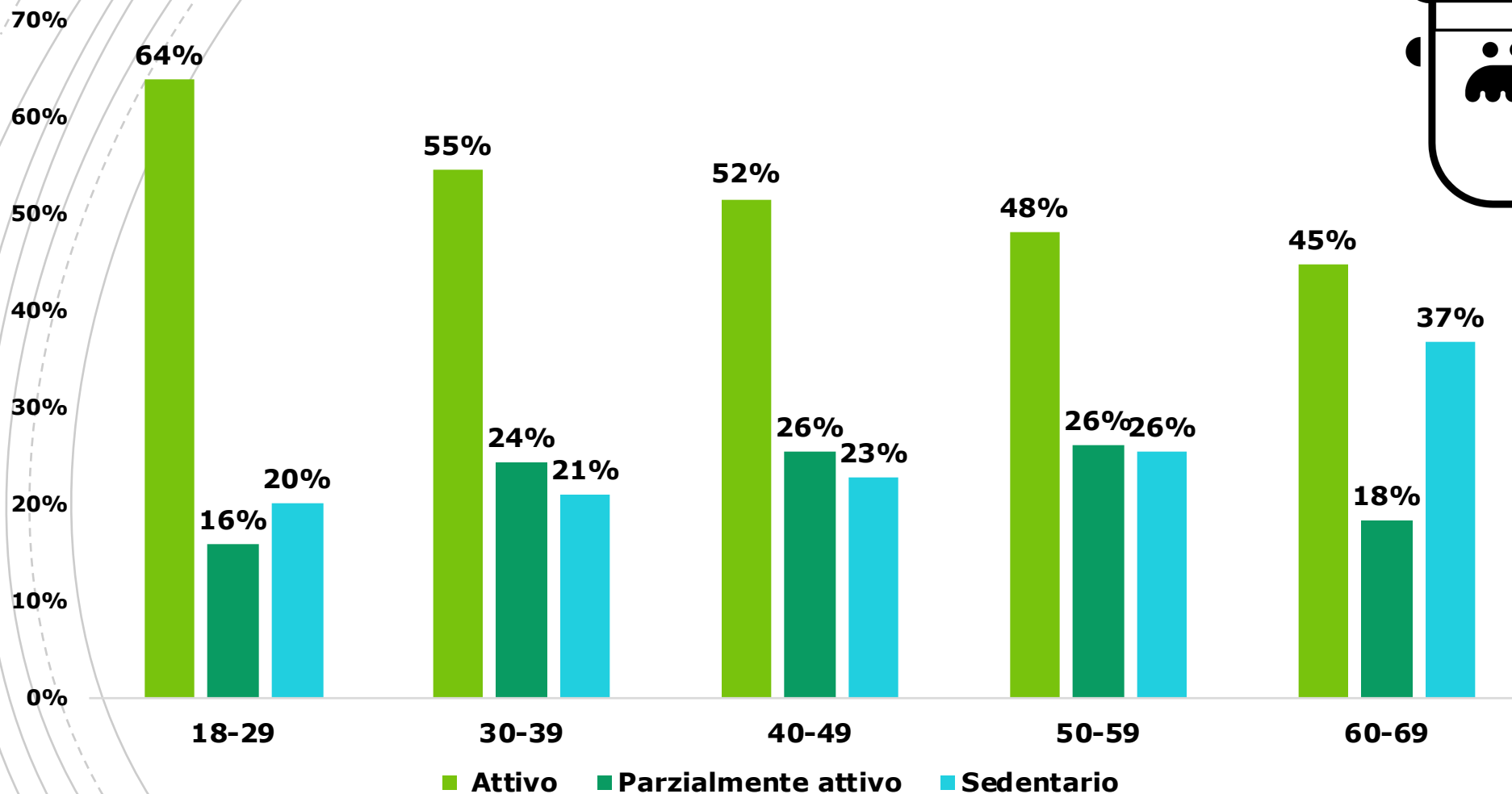
che tra le **donne** (32% vs 21%)



Livello di attività fisica nella popolazione **maschile** italiana 18-69 anni PASSI 2015-18

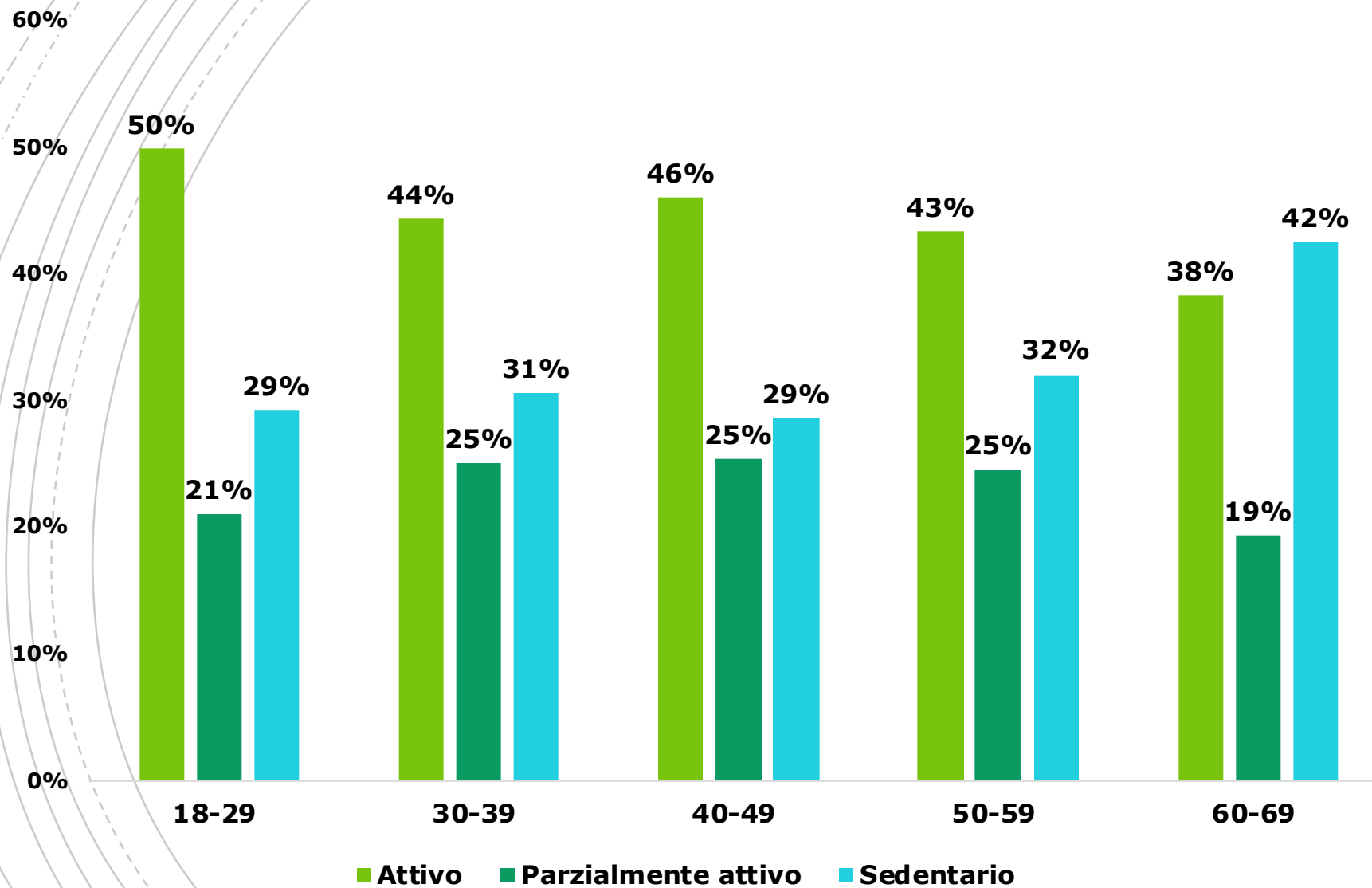


Tra Ulss 2 e Italia non si notano particolari differenze nella percentuale di persone **attive** nelle diverse classi di età **sia tra gli uomini...**



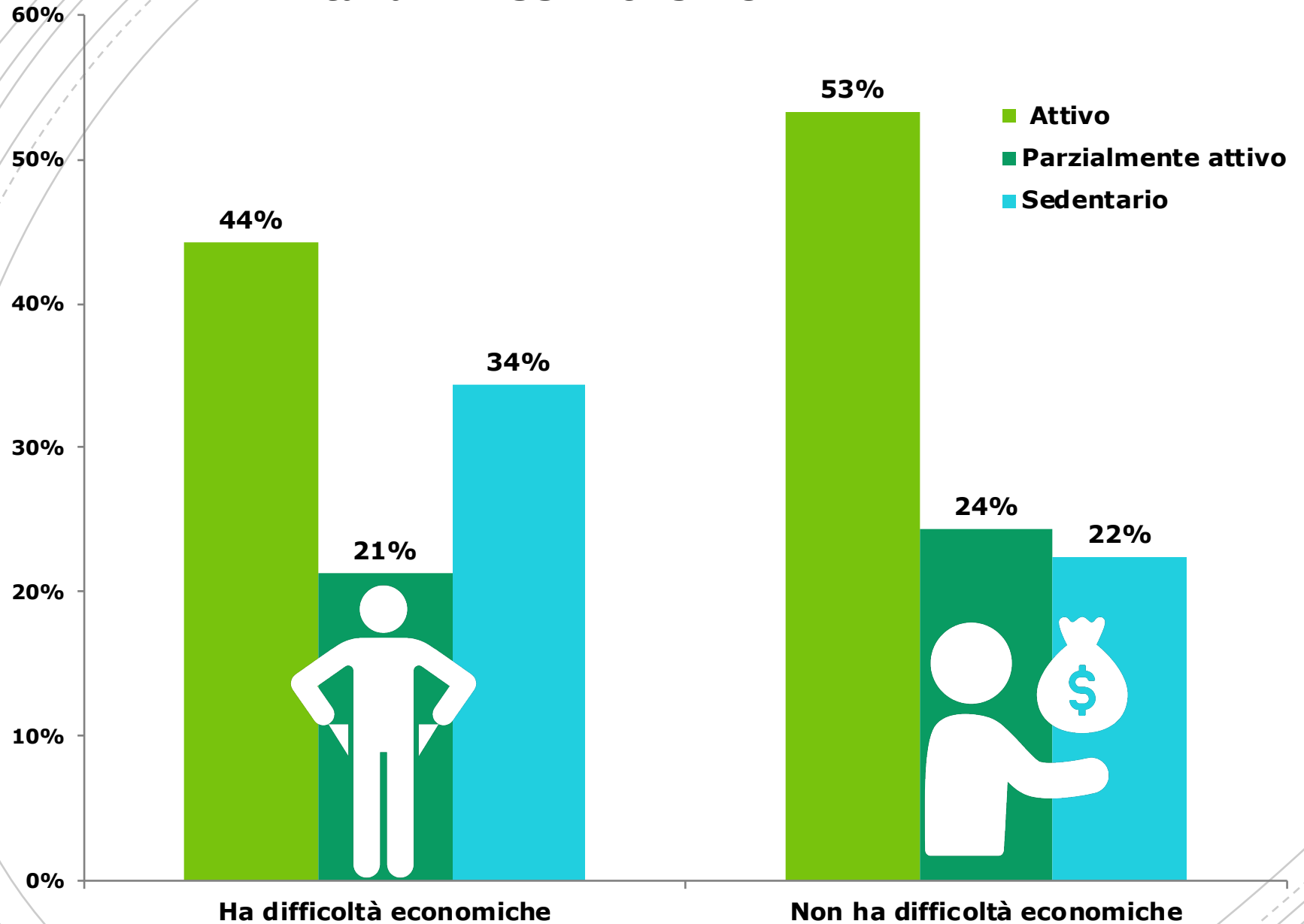
Livello di attività fisica nella popolazione **femminile** italiana 18-69 anni PASSI 2015-18

...che tra le
donne

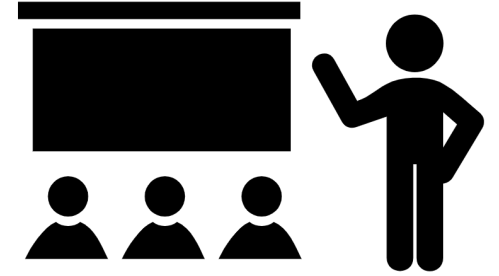


Livello di attività fisica per **situazione economica** Italia - PASSI 2015-18

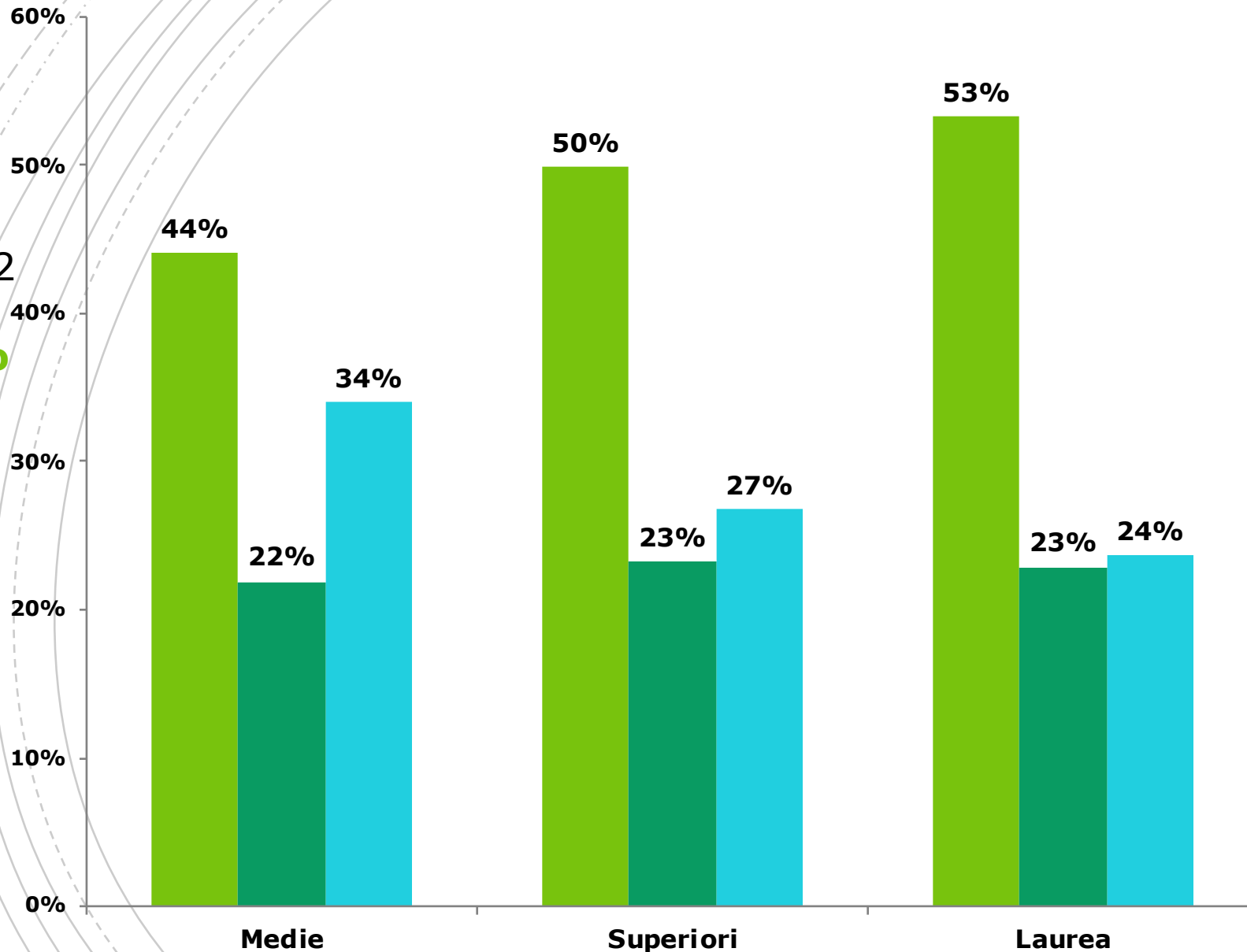
Come in Ulss 2
**anche in
Italia il
peggior livello
economico** si
associa ad un
aumento della
sedentarietà



Livello di attività fisica per titolo di studio Italia - PASSI 2015-18

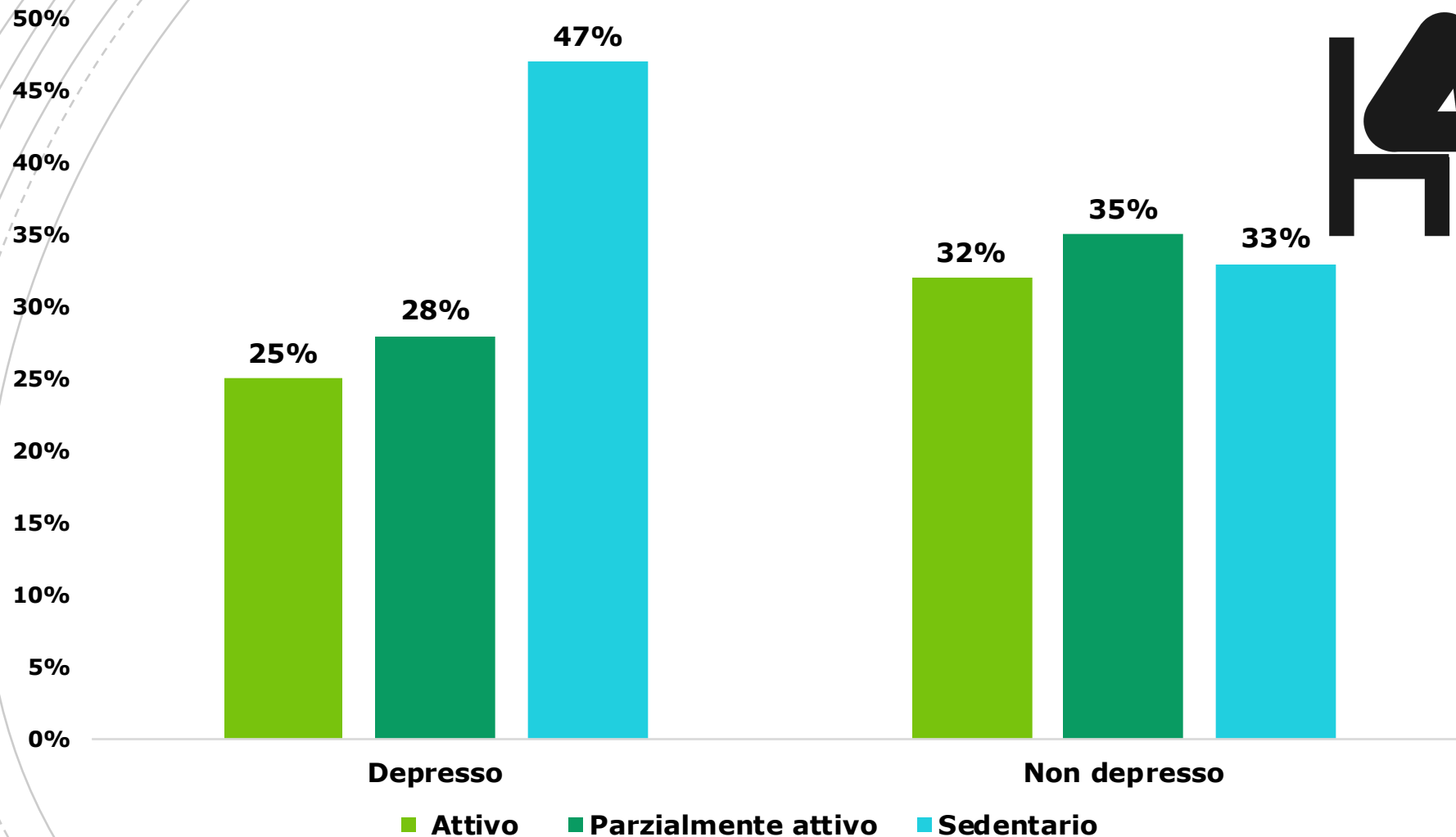


Come in Ulss 2
anche in
Italia il titolo
di studio più
basso si
associa ad un
aumento della
sedentarietà



■ Attivo
■ Parzialmente attivo
■ Sedentario

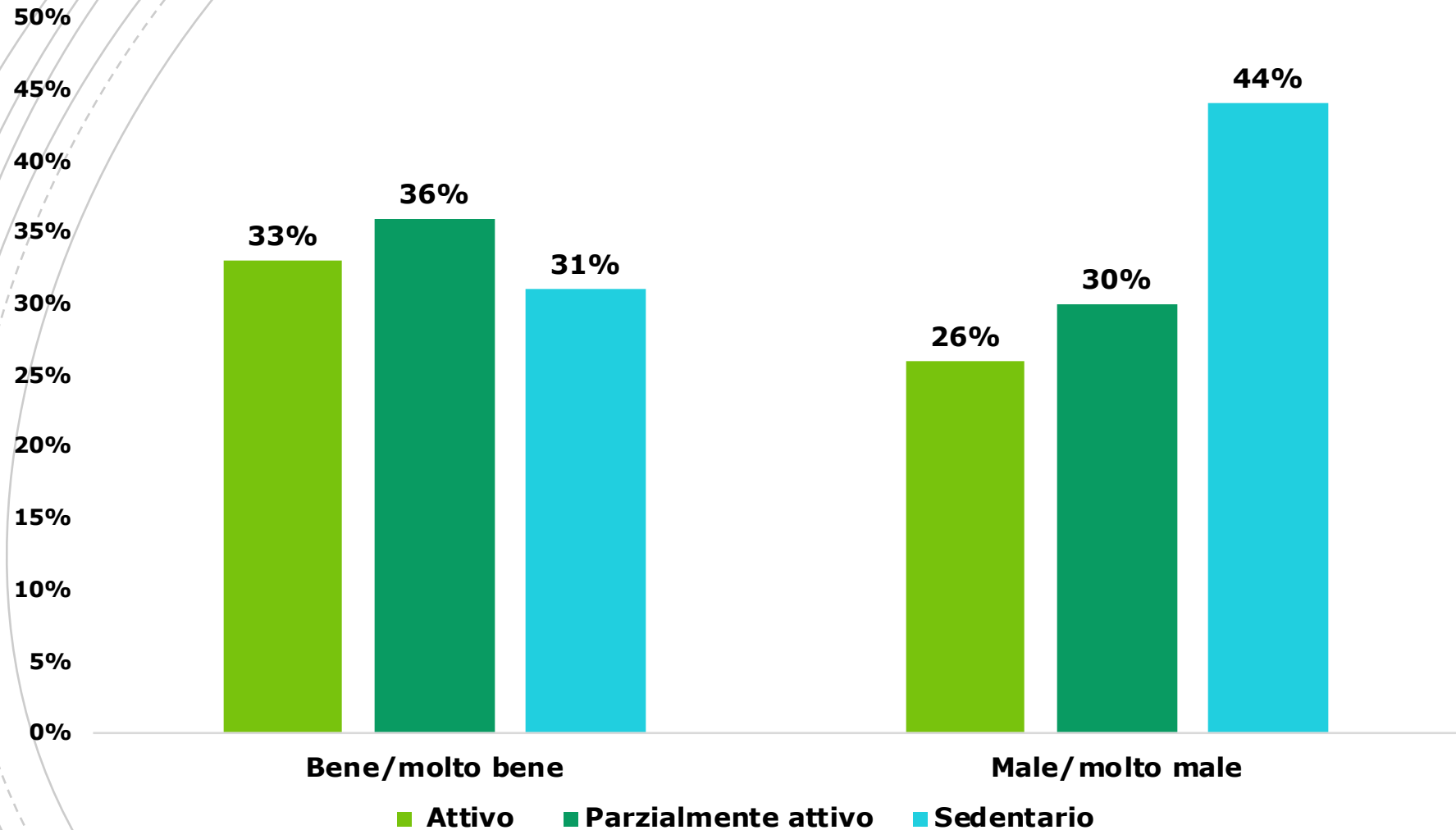
Livello di attività fisica per presenza di **sintomi di depressione** Italia - PASSI 2015-18



in Italia
l'associazione tra
**sedentarietà e
depressione**
è ancora
maggiore
che in ULSS 2

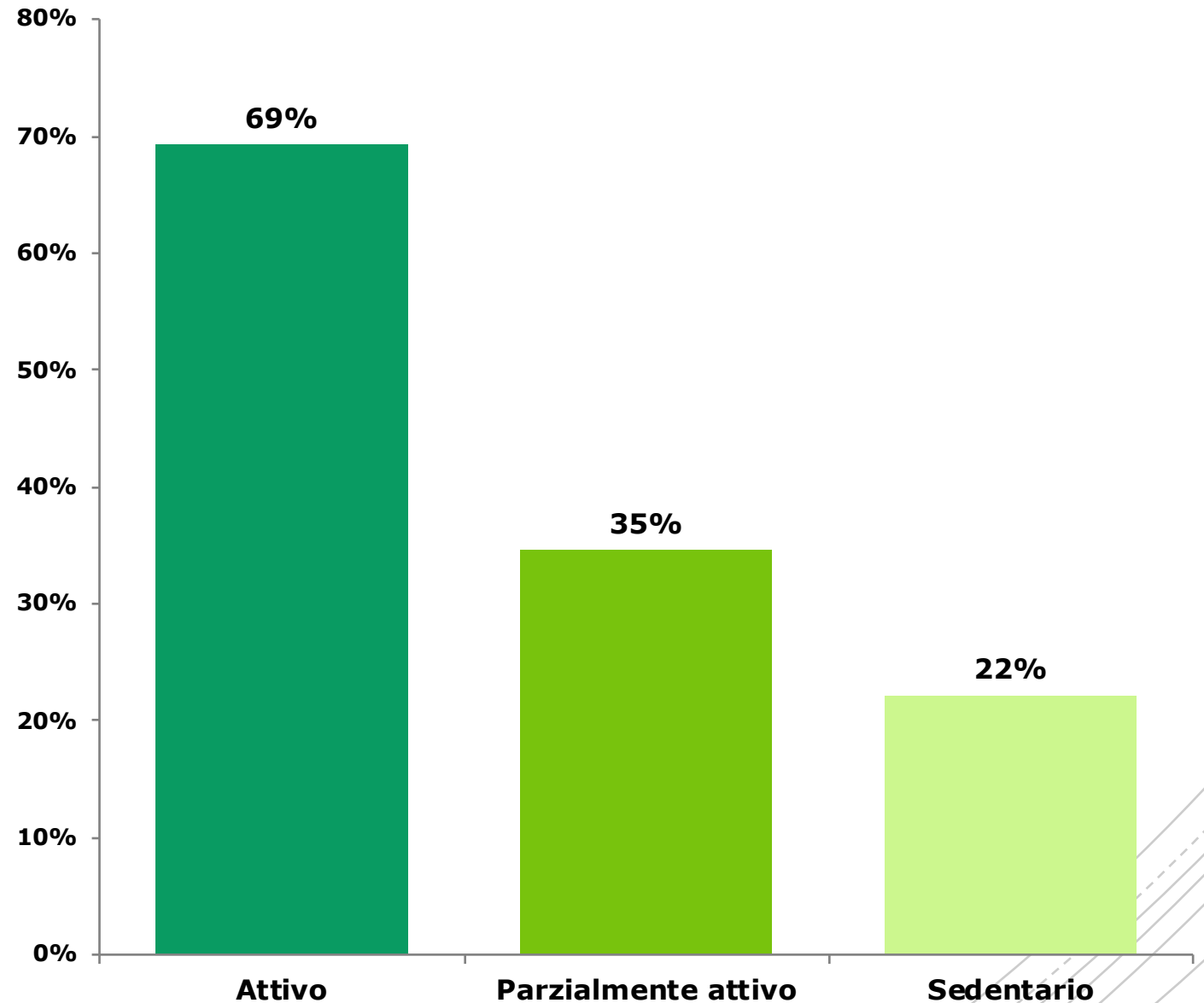
Livello di attività fisica in relazione allo stato di salute percepito Italia - PASSI 2015-18

A differenza dell'Ulss 2 in Italia la percezione negativa del proprio stato di salute si associa ad un aumento della sedentarietà

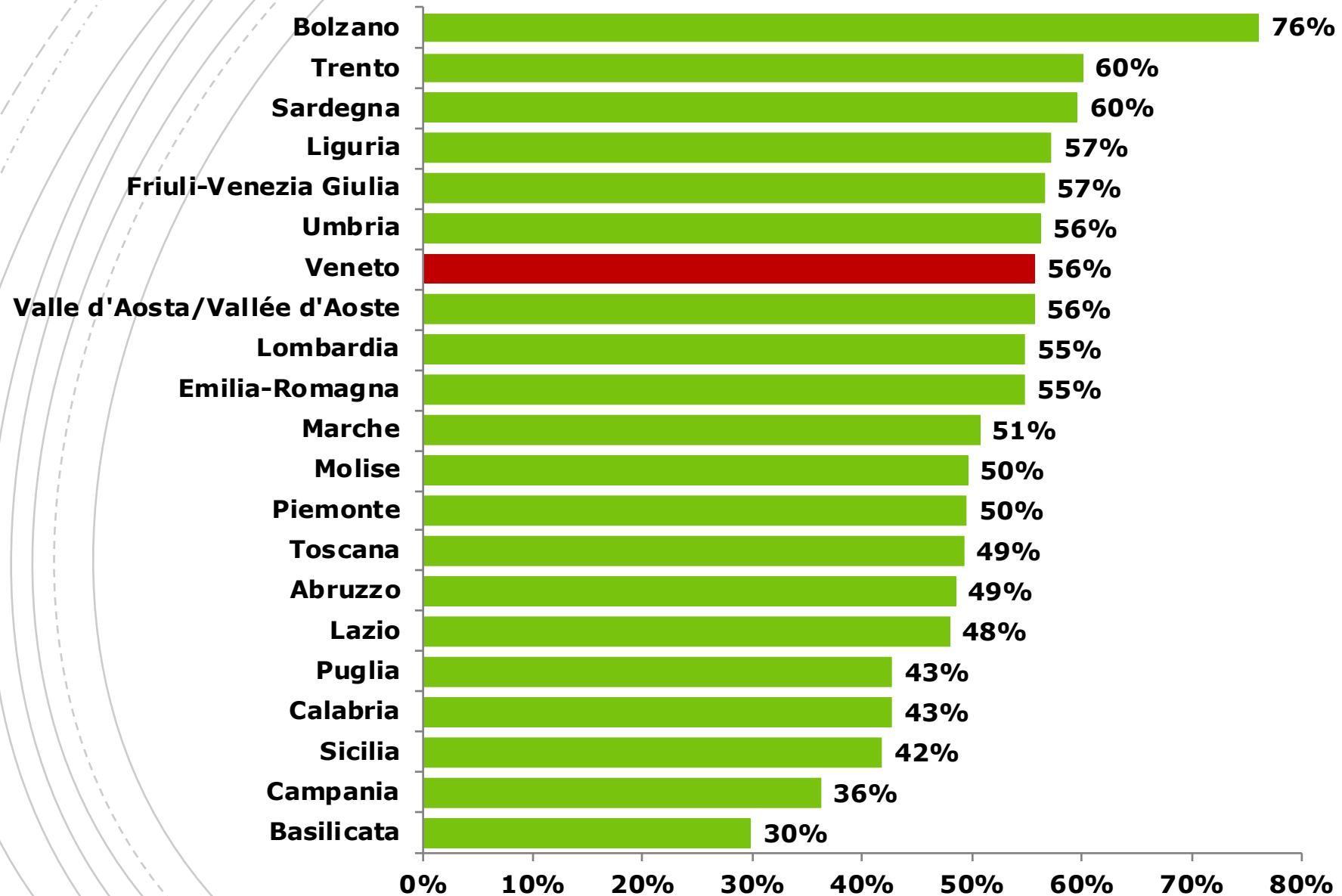


**Percezione di sufficiente livello di attività fisica in
relazione all'attività fisica effettivamente svolta
Italia - PASSI 2015-18**

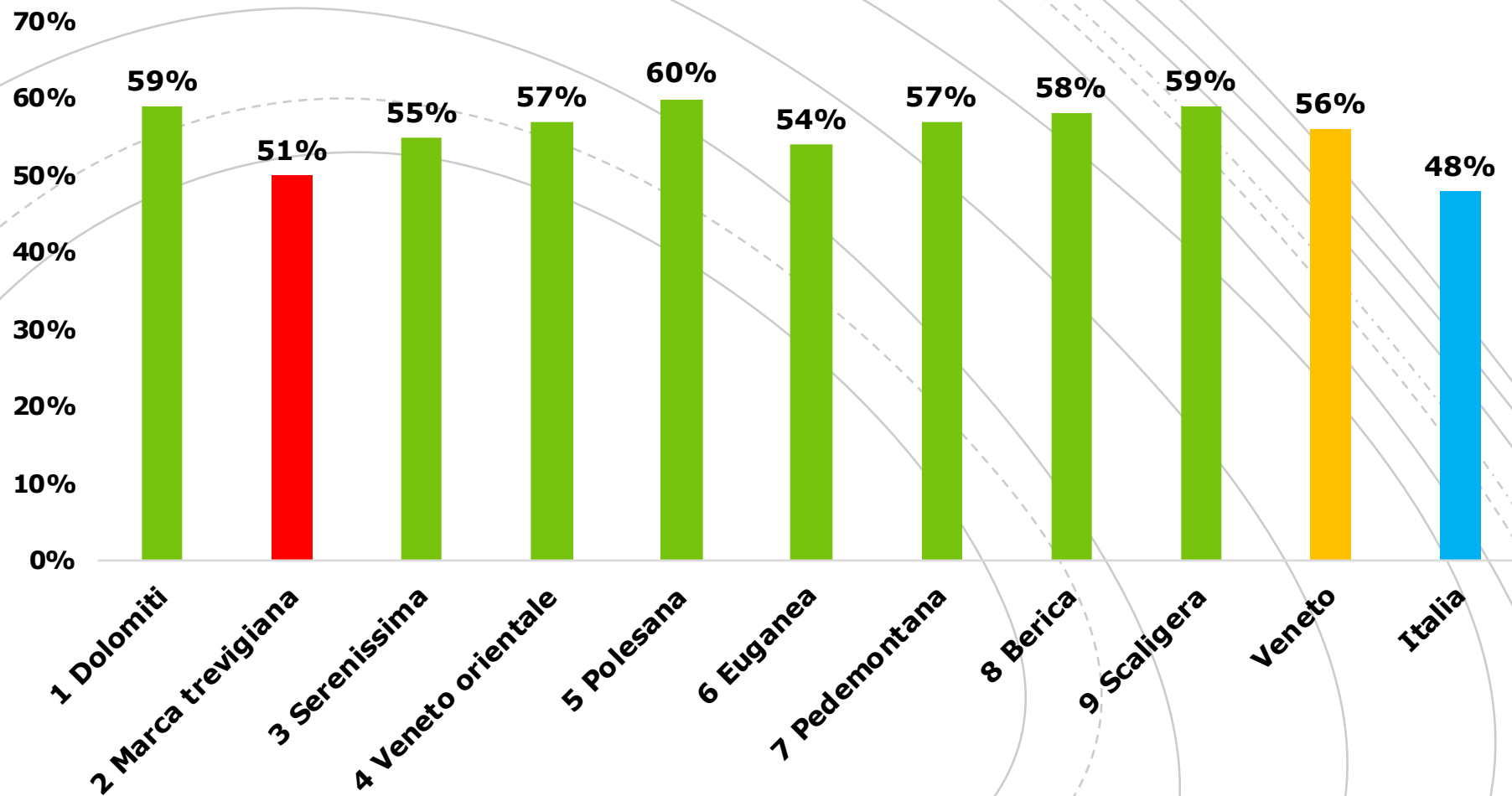
1 sedentario su 5
giudica
sufficiente
il proprio livello di
attività fisica
(in Ulss 2 è 1 su 10)



Persone attive per Regione Italia - PASSI 2015-18



Livello di attività fisica nelle **ULSS venete** PASSI 2015-18



In conclusione

Nonostante i dati dell'attività fisica siano superiori a quelli italiani, nel territorio ULSS 2 ancora **106.000 adulti** sono completamente **sedentari**.

Le persone **maggiormente attive** sono gli **uomini** in particolare di **giovane età**.

La **sedentarietà** è più diffusa tra le persone con **minor reddito** e più **basso titolo di studio**.

Sono **100 i morti all'anno** dovuti alla scarsa attività fisica.

Circa **130.000** adulti utilizzano la **bicicletta** per gli spostamenti abituali e circa **237.000 camminano** facendo **risparmiare 56.775** tonnellate di **CO2, 2.307.000 euro, 88 morti precoci**.

Le attività promosse dall'ULSS 2

Dati a cura del Servizio Promozione della Salute

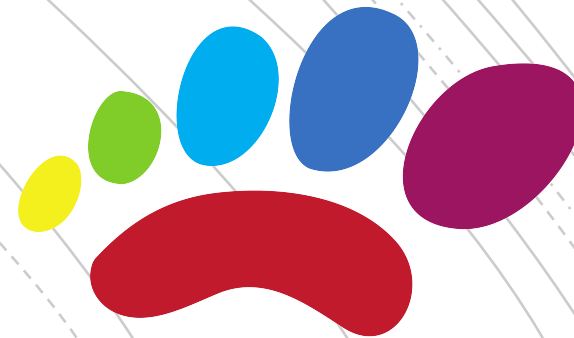
La rete «Lasciamo il segno»

L'Ulss2

utilizzando la
«**Carta di Toronto per la promozione dell'attività fisica**»
come documento guida

ha promosso l'attivazione di una
rete di soggetti che in ambiti diversi
(sanità, amministrazioni pubbliche, ambiente, trasporti, sport, scuola, urbanistica, settore privato)
conducono azioni che contribuiscono direttamente o indirettamente a **promuovere l'attività fisica come strumento per accrescere la salute di tutta la popolazione**

La rete ha preso il nome di
"**Lasciamo il segno, la rete trevigiana per l'attività fisica**»



lasciamo
il segno

LA RETE TREVIGIANA
PER L'ATTIVITÀ FISICA
Carta di Toronto



lasciamo il segno

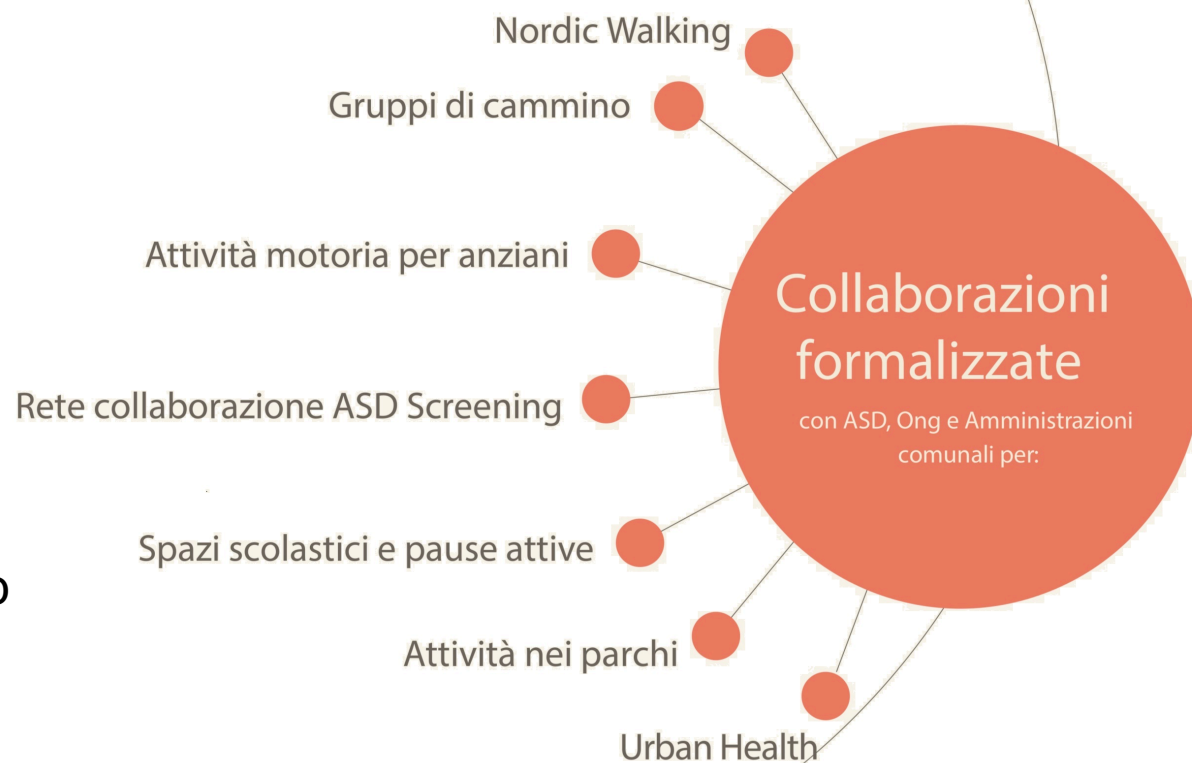
LA RETE TREVIGIANA
PER L'ATTIVITÀ FISICA
Carta di Toronto

nata nel settembre 2012

attualmente **308 aderenti**

oltre all'ULSS 2

- gran parte dei **Comuni** che la compongono
- la Provincia
- il **CONI**
- l'**Ufficio Scolastico Territoriale**
- l'**ARPAV**
- il **Coordinamento provinciale del Volontariato**
- più di **150 tra altri Enti ed Associazioni**



Le progettualità in atto

Datti e Ri-Datti una mossa

8 comuni
 1600 utenti a stagione

Gruppi di cammino

73 gruppi
 1500 camminatori

Pedibus

153 linee attive
 2400 bambini coinvolti

E inoltre...

Attività fisica per tutti

Accordi di collaborazione con ASD

(per gli utenti degli screening oncologici – 72 asd aderenti con scontistica di benvenuto)

Percorsi di attività fisica adattata

(per pazienti oncologici e persone con disabilità motorie)

Progettazione Scuola in movimento

Percorsi di formazione per insegnanti

(per rendere l'ambiente scolastico favorevole al movimento)

Laboratori per genitori

(per incentivare il movimento fin dalla prima infanzia)

Ambiente e mobilità sostenibile

Bicibus

(consolidamento e diffusione dei percorsi casa-scuola in autonomia)

Progetto Greentour

(promozione delle connessioni ciclabili)

Coordinamento percorso regionale Urban health

Animazioni estemporanee spazi urbani

(dimostrazione delle potenzialità degli spazi liberi da traffico)

Percorso partecipato a Treviso

(rivitalizzazione di un'area del Centro storico)

Comunicazione



www.facebook.com/lasciamoilsegno

E insomma...

Muoviti, muoviti!