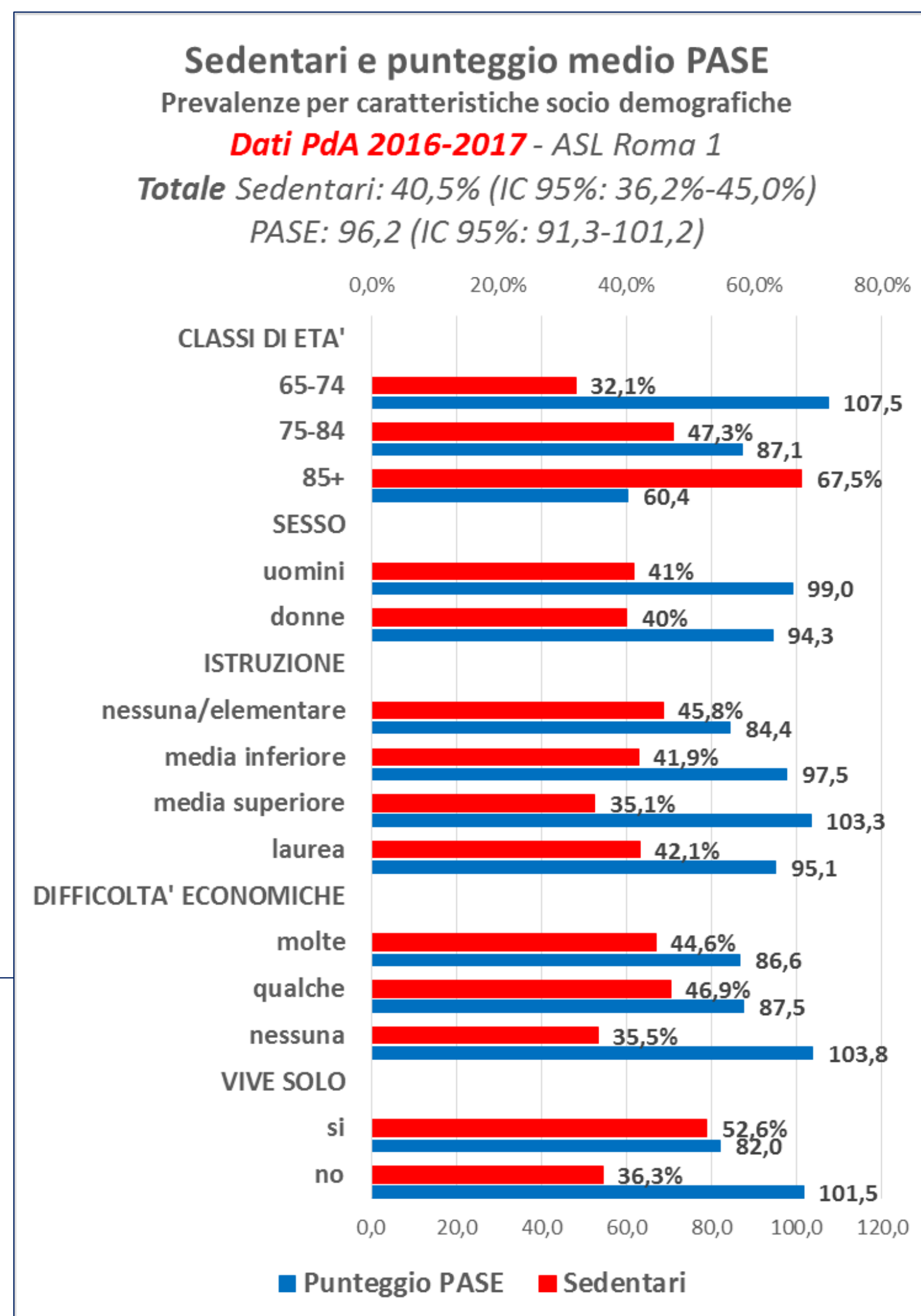
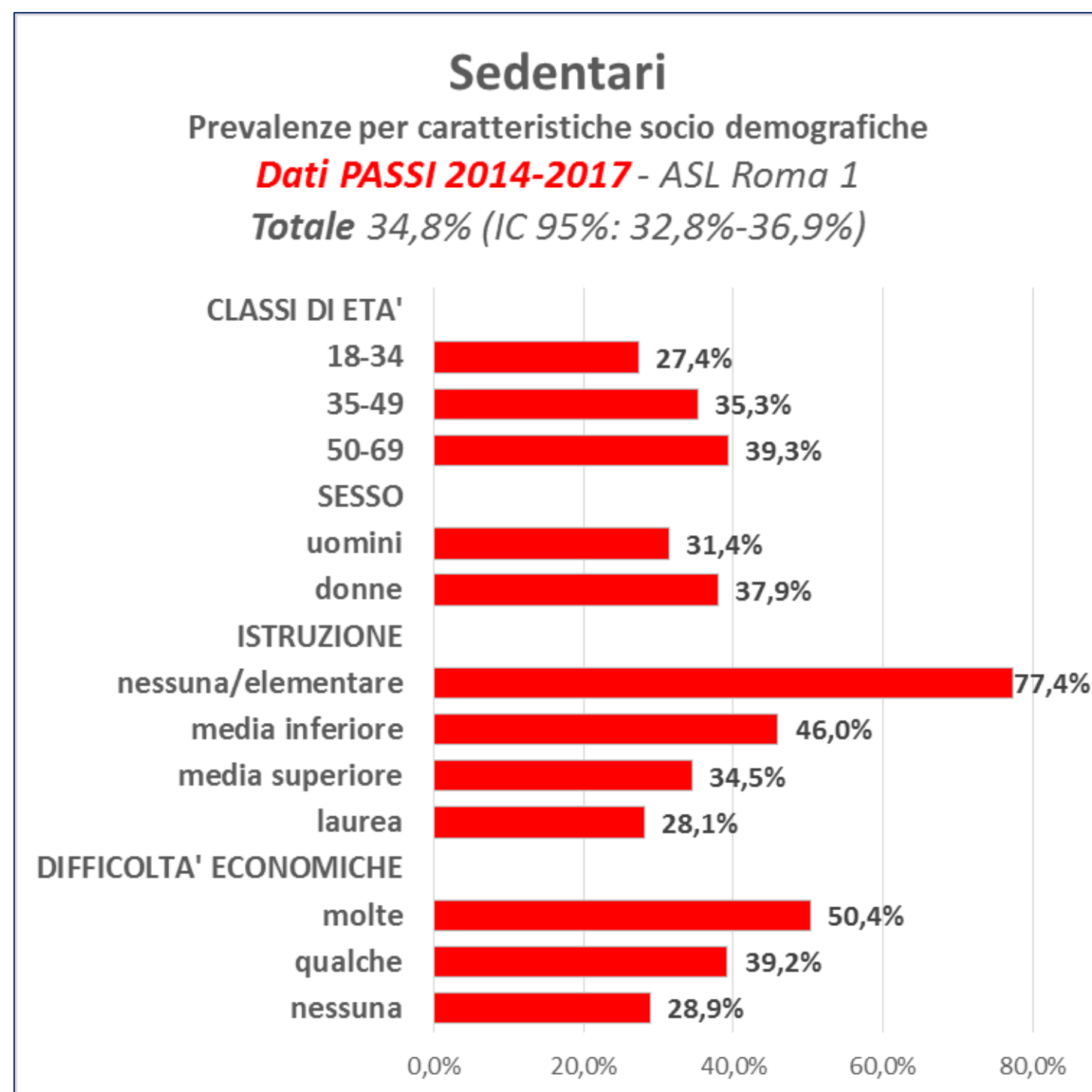
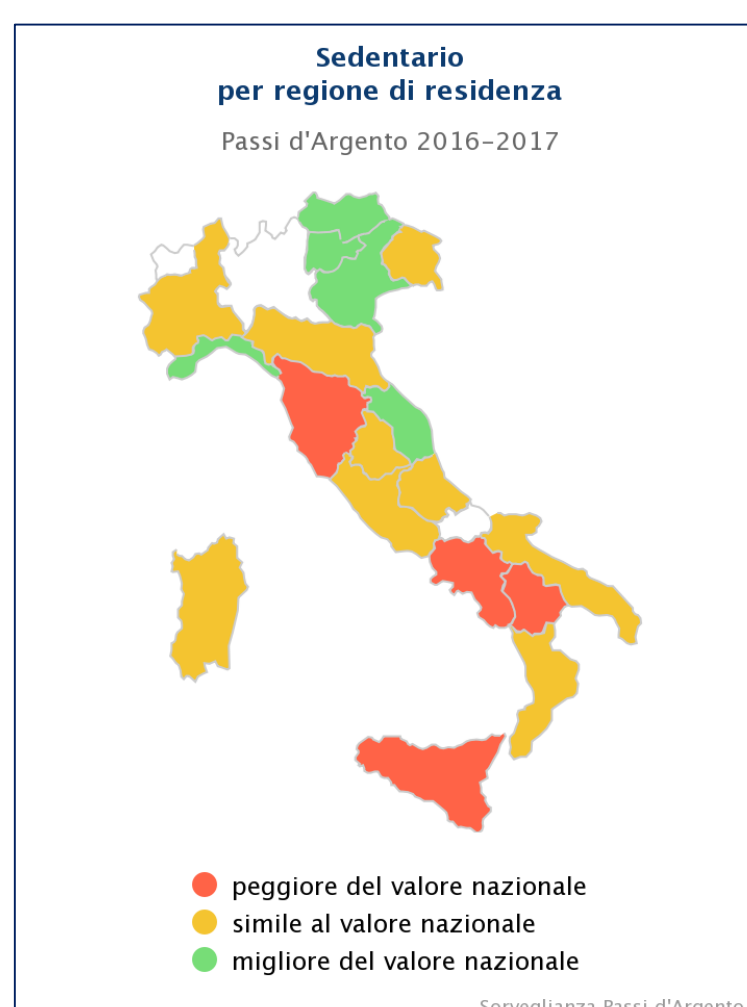
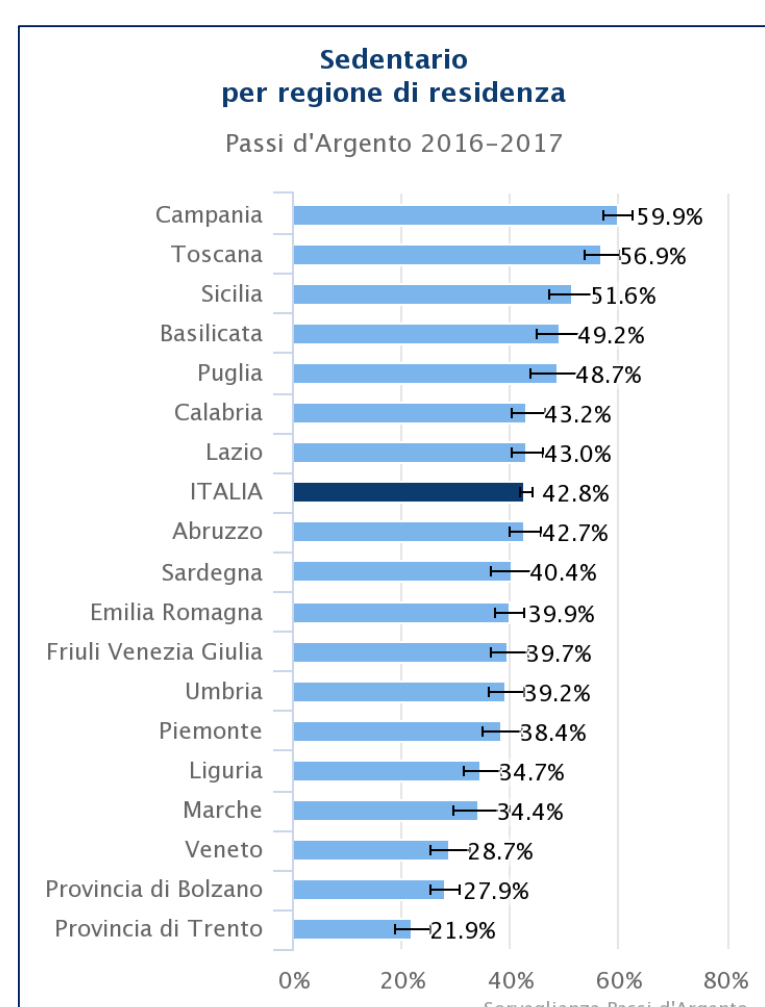
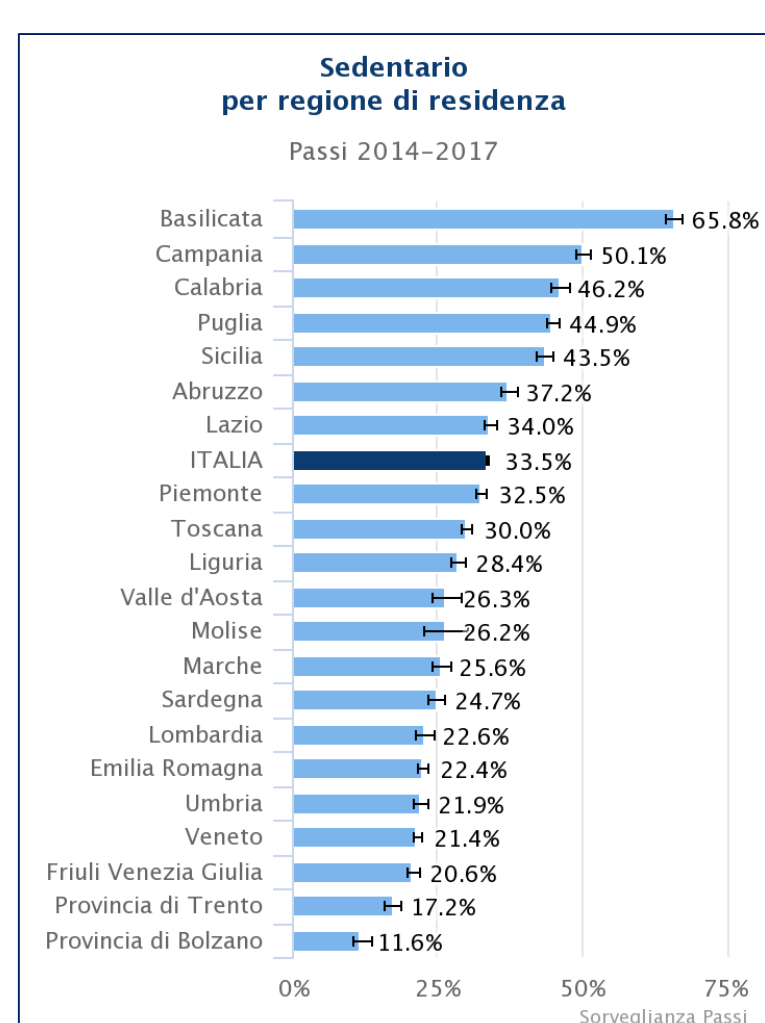


Dati PASSI 2014-2017 e Passi d'Argento 2016-2017

R. Boggi, M.A. Brandimarte, A. Bisti, A. Pendenza, M. Napoli, A. Landi, M.R. Nappi, A. De Marchis, E. Di Rosa

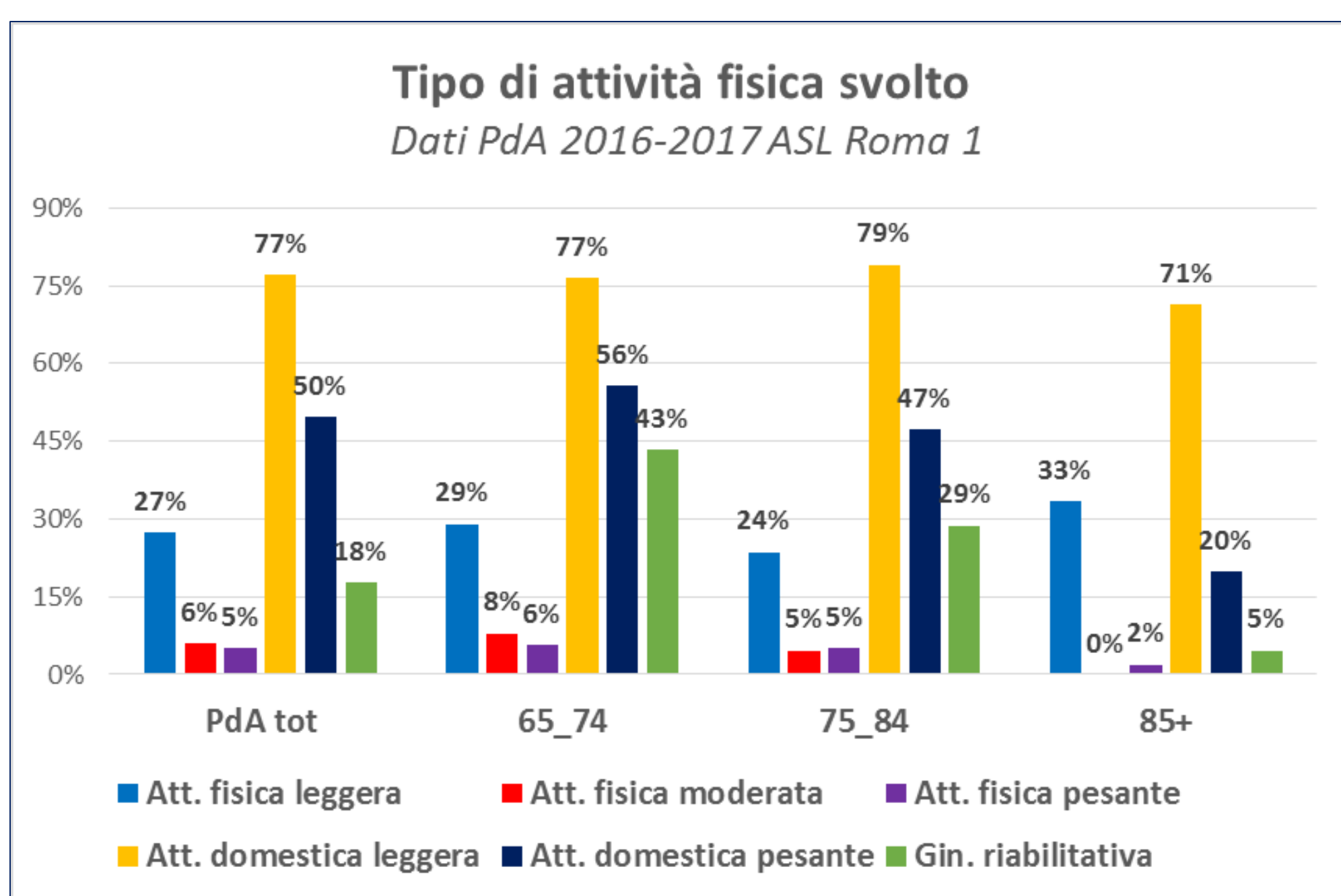


Secondo l'OMS l'attività fisica praticata regolarmente aumenta il benessere psicologico e svolge un ruolo di primaria importanza nella prevenzione delle malattie cronico degenerative. Secondo studi recenti, l'Italia presenta, in Europa, la più alta percentuale di adulti che non praticano attività fisica. Secondo i dati PASSI (fascia di età 18-69 anni), nella ASL Roma 1 i sedentari rappresentano il 34,8%, valore che si colloca di poco al di sopra della media regionale (34,0%) e nazionale (33,5%). La sedentarietà cresce con l'età ed è più diffusa nella popolazione femminile e nelle persone con basso livello di istruzione e con maggiori difficoltà economiche.



Secondo i dati Passi d'Argento (fascia di età 65-85+ anni), nella ASL Roma 1 i sedentari rappresentano invece il 40,5%, valore che si colloca al di sotto della media regionale (43,0%) e nazionale (42,8%). Anche in questo caso la sedentarietà cresce con l'età, ma risente poco del sesso dell'intervistato, del grado di istruzione e delle difficoltà economiche. Raggiunge invece percentuali più alte nelle persone che vivono da sole.

Gli adulti di età superiore ai 65 anni possono essere considerati fisicamente attivi anche grazie alle attività svolte nel tempo libero e nel contesto quotidiano. Per questo motivo Passi d'Argento calcola anche l'indicatore PASE, "Physical Activity Scale for Elderly", uno strumento validato a livello internazionale e specifico della popolazione anziana, che consente di "quantificare" i livelli di attività fisica raggiunta dalle persone di questa



età (passeggiare, fare giardinaggio, curare l'orto, fare attività domestiche o piccole riparazioni e prendersi cura di un'altra persona) senza enfatizzare le sole attività sportive o ricreative, che pure vengono prese in considerazione. A valori elevati di PASE corrispondono elevati livelli di attività fisica.

Tra gli anziani residenti nella ASL Roma 1 senza problemi di deambulazione e senza problemi nel sostenere in modo autonomo l'intervista il valore medio del punteggio PASE è pari a 96,2, lievemente superiore alla media nazionale (94,5) e regionale (Lazio 89,6).

Secondo i dati PASSI della ASL Roma 1, nel periodo 2014-2017, solo il 33% degli intervistati, che sono stati dal medico negli ultimi 12 mesi, ha riferito che un medico o altro operatore sanitario ha consigliato loro di svolgere regolarmente attività fisica. Tale percentuale sale al 41% per le persone in sovrappeso e al 46% per i portatori di almeno una patologia cronica.

Invece, secondo i dati Passi d'Argento 2016-2017, il 45% degli intervistati 65-85+enni ha riferito che un medico o altro operatore sanitario ha consigliato loro una regolare attività fisica.

