



L'attività fisica in Emilia-Romagna: dati del sistema di sorveglianza PASSI (Anni 2018-2021)

Livello di attività fisica praticato

Bambini (8-9 anni)

Secondo i dati OKkio alla Salute 2019¹ in Emilia-Romagna il 16% dei bambini di 8-9 anni è definito come non attivo in quanto il giorno precedente la rilevazione non ha svolto attività motoria a scuola, attività sportiva strutturata e non ha giocato all'aperto. Circa un terzo (33% sia nei bambini che nelle bambine) ha fatto giochi di movimento per almeno un'ora da 5 a 7 giorni alla settimana e solo il 2% pratica uno sport strutturato per 5 giorni o più (3% nei bambini e 2% nelle bambine).

Ragazzi (11-15 anni)

Sulla base dell'indagine HBSC² 2018 si stima che in Emilia-Romagna circa il 9% dei ragazzi 11-15enni svolga attività fisica ogni giorno per almeno 60 minuti, come raccomandato dalle linee guida internazionali (OMS 2010); più della metà (56%) dei ragazzi pratica almeno 60 minuti di attività fisica per 2-4 giorni alla settimana. In particolare oltre un terzo (41%) dei ragazzi ha riferito di svolgere attività fisica intensa due o tre volte alla settimana; questi dati indicano che l'attività fisica venga condotta prevalentemente durante le ore scolastiche o le attività sportive organizzate.

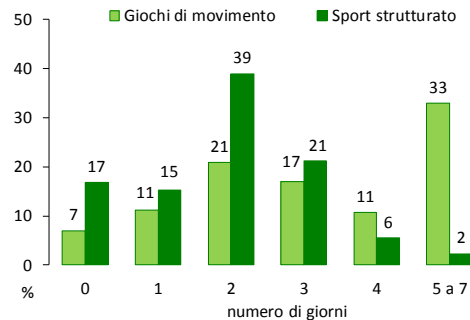
Adulti (18-69 anni)

Dalla sorveglianza PASSI emerge che in Emilia-Romagna nel **quadriennio 2018-2021** oltre la metà degli adulti 18-69enni ha uno stile di vita attivo (54%) in quanto pratica attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS³ nel 2020 (49%) oppure svolge un'attività lavorativa pesante dal punto di vista fisico (11%). La percentuale di attivi è più elevata rispetto a quella registrata a livello nazionale (46%). Il 30% di adulti si può invece considerare parzialmente attivo, corrispondenti a una stima di circa 882 mila persone, in quanto pratica nel tempo libero attività fisica a livelli inferiori di quelli raccomandati dall'OMS³ o svolge un lavoro che comporta uno sforzo fisico moderato. Circa un sesto (16%) è completamente sedentario, pari a circa 475 mila persone nella fascia 18-69 anni, valore significativamente inferiore rispetto a quello nazionale (31%).

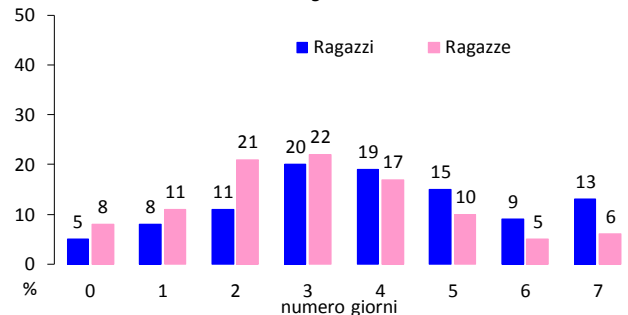
Persone ultra 69enni

In Emilia-Romagna durante il **quadriennio 2018-2021** il 78% delle persone ultra 69enni può essere classificato secondo i livelli di attività fisica raccomandati dall'OMS³ nel 2020 in persone fisicamente attive (28%), persone parzialmente attive (18%) e persone sedentarie (32%); il restante 22% non è deambulante o non è eleggibile al PASE⁵. A livello nazionale la percentuale di coloro che risultano essere attivi o parzialmente attivi è statisticamente inferiore (rispettivamente 23% e 16%) rispetto a quella regionale.

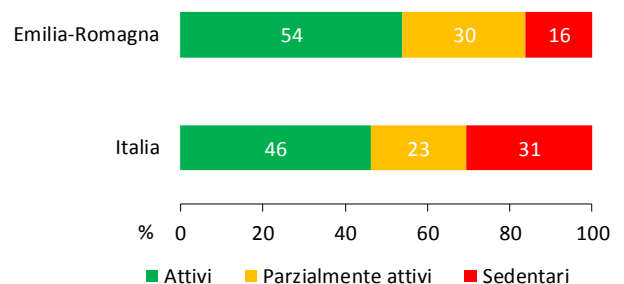
Giorni della settimana con almeno un'ora di attività fisica nei bambini di 8-9 anni (%) Emilia-Romagna OKkio 2019



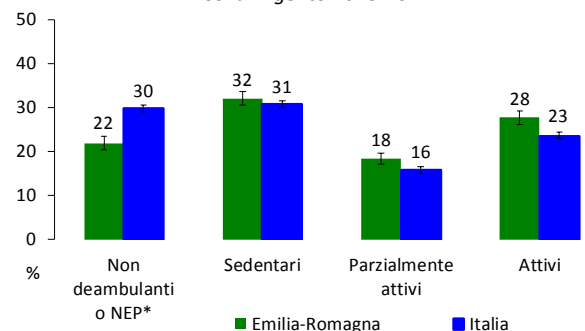
Giorni della settimana con almeno un'ora di attività fisica nei ragazzi di 11-15 anni (%) Emilia-Romagna HBSC 2018



Livello di attività fisica praticato nelle persone di 18-69 anni (%) PASSI 2018-2021



Livello di attività fisica praticato nelle persone ultra 69enni (%) PASSI d'Argento 2018-2021



* 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)

¹ OKkio è un'indagine volta a monitorare lo stato ponderale, le abitudini alimentari e l'attività fisica dei bambini di III elementare

² HBSC (Health Behaviour in School-aged Children) è un'indagine multicentrica internazionale che indaga i comportamenti di salute degli adolescenti di 11, 13 e 15 anni

³ Attività fisica nel tempo libero raccomandata dall'OMS (2020) agli adulti 18-64enni e agli ultra 64enni: attività aerobica moderata di almeno 150 minuti oppure intensa di almeno 75 minuti alla settimana; le attività moderate e intense possono essere combinate

⁴ PASSI d'Argento è un'indagine sui stili di vita e fattori di rischio nella popolazione ultra 64enne

⁵ Per maggiori informazioni sul PASE: www.epicentro.iss.it/passi-argento/dati/attivita.asp

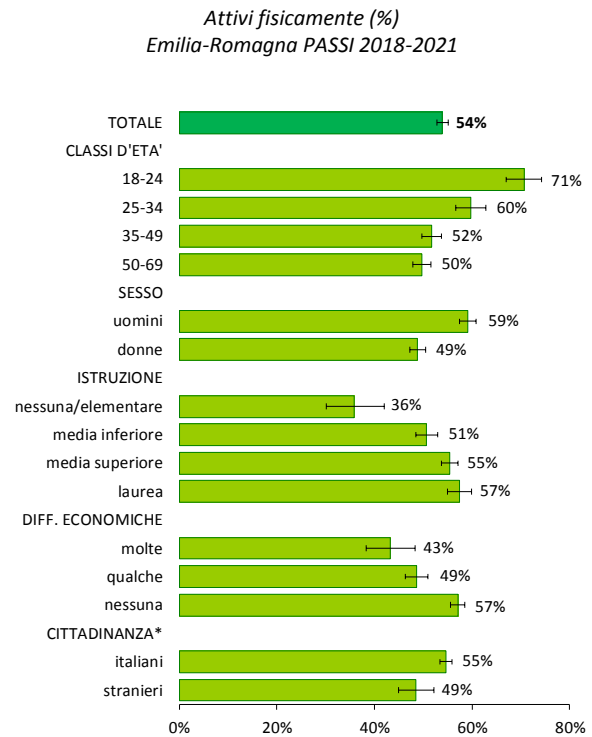
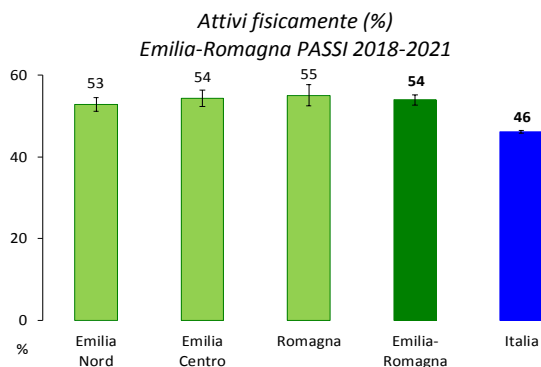
Attivi fisicamente (18-69 anni)

Secondo i dati PASSI, considerando sia l'attività fisica del tempo libero sia quella effettuata al lavoro, la percentuale di 18-69enni attivi in Emilia-Romagna è più alta tra le persone:

- di 18-24 anni
- di genere maschile
- con alta istruzione
- senza difficoltà economiche
- con cittadinanza italiana.

Analizzando le variabili considerate in un modello di regressione di *Poisson* per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro, si confermano tutte le associazioni evidenziate, ad eccezione della cittadinanza.

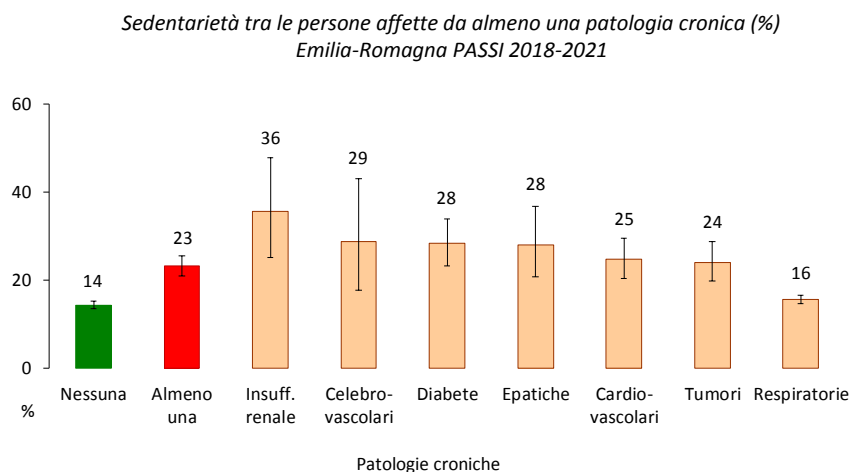
La quota di attivi è leggermente più elevata in Romagna rispetto alle altre due aree territoriali così come mostra lievi differenze per zone geografiche omogenee: risulta del 57% nei comuni di montagna, del 54% nei capoluoghi di provincia e del 53% nei comuni di pianura/collina.



(*): Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

Gli adulti che hanno riferito di condurre un'attività lavorativa sedentaria e di non praticare attività fisica nel tempo libero costituiscono il 16% della popolazione. L'inattività fisica è una delle principali cause di disabilità e morte dovute a malattie croniche, quali disturbi cardiaci, ictus, diabete e cancro.

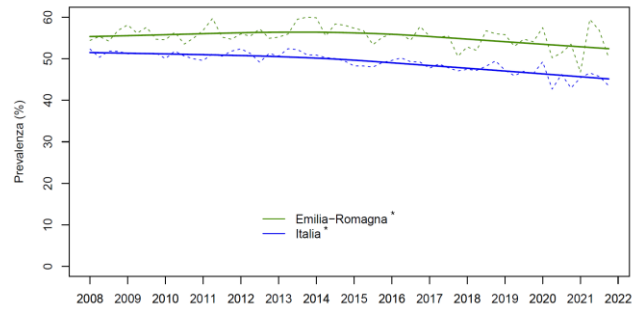
In Emilia-Romagna la percentuale dei sedentari tra coloro che sono affetti da almeno una patologia cronica è del 23% tra i 18-69enni, pari ad una stima di 138 mila persone; tale prevalenza è statisticamente inferiore rispetto a quella nazionale (37%). Il numero di adulti sedentari con almeno una patologia (23%) inoltre è statisticamente più elevato rispetto a quello di chi non è affetto da nessuna patologia (15%) ed è maggiore tra coloro che soffrono di insufficienza renale (36%), di malattie cerebrovascolari (29%), di diabete (28%), di epatiche (28%), di cardiovascolari (25%), di tumori (24%) e di respiratorie (16%).



L'analisi delle serie storiche per il periodo 2008-2021 mostra che in Emilia-Romagna così come nel resto d'Italia, la percentuale di persone attive sia stata pressoché costante fino al 2015; negli anni successivi la quota di attivi cala.

Durante il **biennio 2020-2021** la prevalenza di adulti fisicamente attivi diminuisce nel 2020 (52,1%) rispetto al 2019 (54,6%); nel 2021 la quota di chi pratica attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS³ oppure svolge un'attività lavorativa pesante torna ai livelli prepandemici (54,4%).

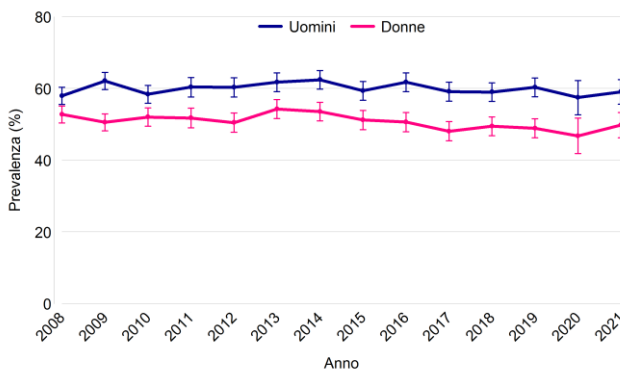
Attivi fisicamente (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2021



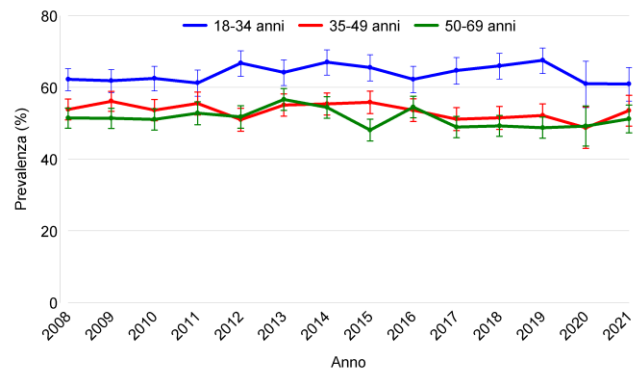
L'analisi annuale per sottogruppi di popolazione mostra un andamento stabile della percentuale di attivi tra il genere maschile e un lieve decremento nelle donne a partire dal 2013; tra le classi d'età si registra un modesto decremento nella fascia 35-49 anni.

Durante il **2020-2021** la prevalenza di adulti fisicamente attivi decresce nel 2020 tra il genere femminile (48,9% nel 2019 vs 46,7% nel 2020) e tra quello maschile (60,3% nel 2019 vs 57,5% nel 2020) e nella classe d'età dei 18-34enni (67,6% nel 2019 vs 61% nel 2020) e dei 35-49enni (52,2% nel 2019 vs 48,8% nel 2020); nel 2021 tutte le categorie recuperano, ad eccezione dei 18-34enni.

Attivi fisicamente per genere (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2021



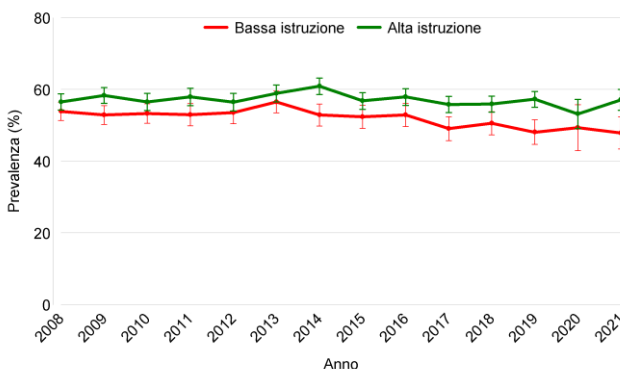
Attivi fisicamente per classe d'età (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2021



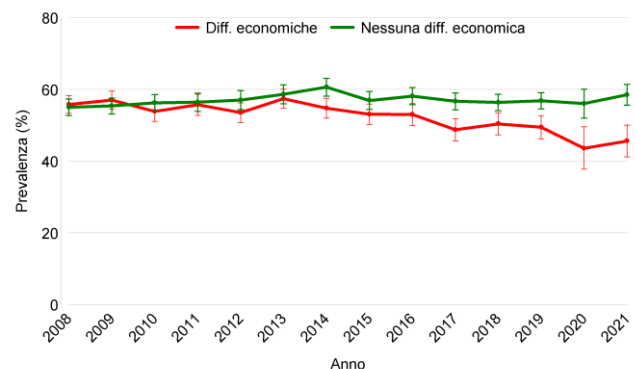
Analizzando la percentuale di emiliano-romagnoli fisicamente attivi per i fattori socio-economici, si evidenzia un andamento in diminuzione tra le persone a basso livello di istruzione e tra quelle con difficoltà economiche mentre risulta in aumento tra quelle senza difficoltà.

Nel 2020 la percentuale di attivi decresce anche tra chi ha alta istruzione ed il calo è più evidente tra chi riferisce difficoltà economiche.

Attivi fisicamente per livello d'istruzione (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2021



Attivi fisicamente per difficoltà economiche (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2021



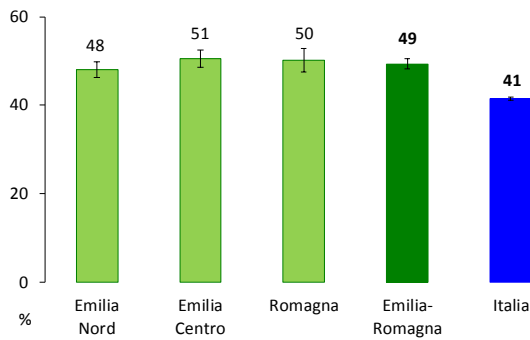
L'attività fisica nel tempo libero

Nel tempo libero la metà (49%) delle persone di 18-69 anni è risultata attiva⁶: il 31% pratica livelli più elevati mentre il 18% a livelli più moderati.

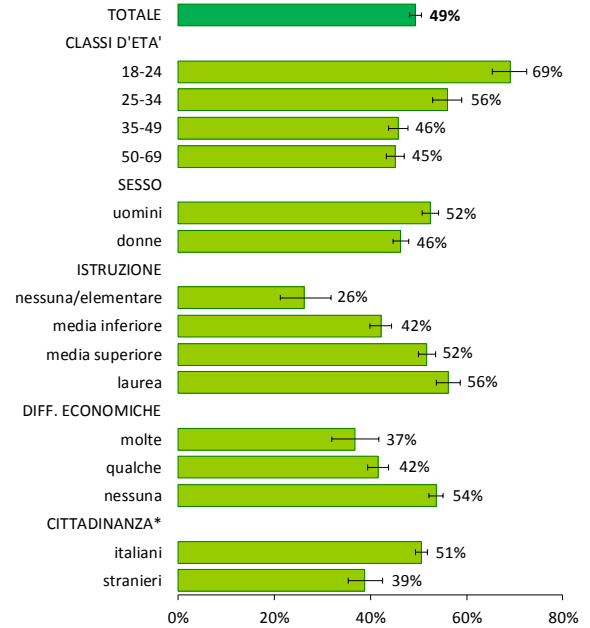
Circa un quarto delle persone (24%) è parzialmente attivo (pratica attività fisica nel tempo libero ma senza raggiungere la soglia settimanale raccomandata dall'OMS⁶ e più di un quarto (27%) è sedentario, non svolgendo nel tempo libero alcuna attività fisica. La percentuale di persone attive in regione (49%) è significativamente superiore a quella nazionale (41%).

I gruppi di popolazione con più alta prevalenza di attivi fisicamente nel tempo libero sono: i più giovani, le persone con alta istruzione, quelle senza difficoltà economiche e gli italiani. Analizzando le variabili considerate in un modello di regressione di *Poisson* per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro, si confermano le associazioni sopra descritte. La quota di persone attive nel tempo libero è leggermente maggiore in Emilia centro (51%) e in Romagna (50%) rispetto all'area nord (48%); piccole differenze si registrano anche nelle zone geografiche omogenee: 51% nel capoluogo e nei comuni di montagna e 48% in quelli di pianura/collina.

Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS⁶ (%) Emilia-Romagna PASSI 2018-2021



Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS⁶ (%) Emilia-Romagna PASSI 2018-2021



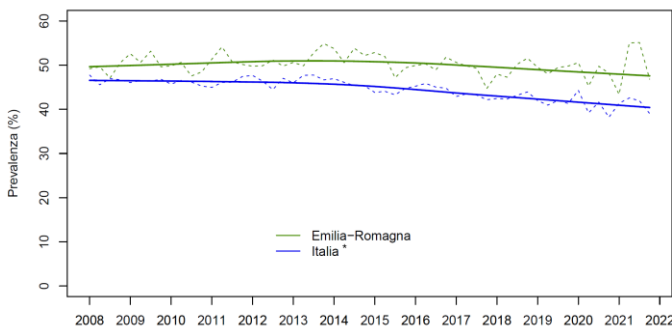
* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

⁶ L'OMS nel 2020 ha definito per ogni fascia di popolazione l'attività fisica che dovrebbe essere fatta nel tempo libero per trarre benefici di salute, aumentare il benessere psicologico e svolgere un ruolo di prevenzione delle malattie cronico-degenerative. Per le persone adulte con 18-64 anni raccomanda di svolgere alla settimana un'attività aerobica moderata di almeno 150 minuti oppure una intensa di almeno 75 minuti; le attività moderate e intense possono essere combinate. Per ottenere ulteriori benefici di salute l'attività aerobica moderata dovrebbe essere di almeno 300 minuti e quella intensa di almeno 150 minuti alla settimana. Le persone che svolgono l'attività secondo quest'ultime tempistiche sono classificate come molto attive nella sorveglianza PASSI

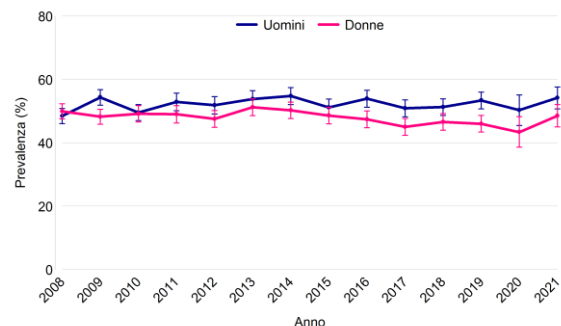
L'analisi delle serie storiche condotta per il periodo 2008-2021 mostra un calo della prevalenza di chi svolge attività fisica nel tempo libero sia in Emilia-Romagna che in Italia; a livello nazionale tale variazione risulta significativa sul piano statistico.

Nel periodo 2008-2021 a livello regionale si registra un decremento più evidente nelle donne a partire dal 2013 e tra chi dichiara difficoltà economiche. Nel **biennio 2020-2021** la quota di attività fisica decresce nel 2020 in tutti i sottogruppi di popolazione con recupero nel 2021 ad eccezione della classe d'età dei 18-34enni.

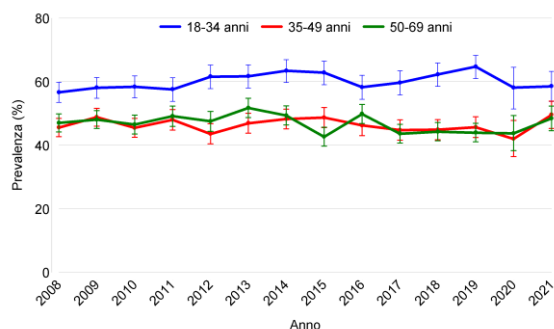
Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS⁶ (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2021



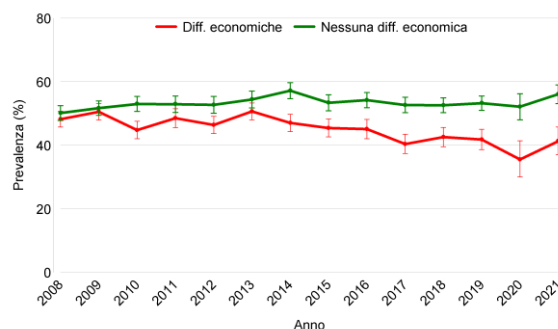
Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS⁶ per genere (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2021



Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS⁶
per classe d'età (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2021



Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS⁶
per difficoltà economiche (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2021



L'atteggiamento degli operatori sanitari

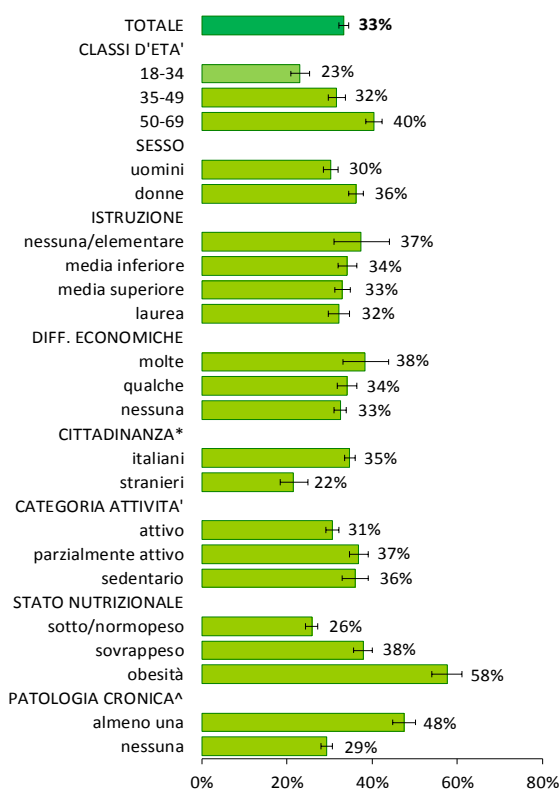
Adulti (18-69 anni)

Solo il 33% delle persone 18-69enni ha riferito di aver ricevuto nell'ultimo anno il consiglio di fare regolare attività fisica; tale valore è però superiore a quello rilevato nell'intero Paese (29%).

La prevalenza di emiliano-romagnoli che ha ricevuto il consiglio di svolgere regolare attività fisica cresce con l'età ed è più elevata tra le donne, quelle con molte difficoltà economiche e quelle con cittadinanza italiana. La percentuale di chi ha ricevuto questo consiglio sanitario risulta inoltre più alta tra le persone sedentarie (36%) o parzialmente attive (37%), quelle con obesità (58%) e quelle affette da una patologia cronica (48%).

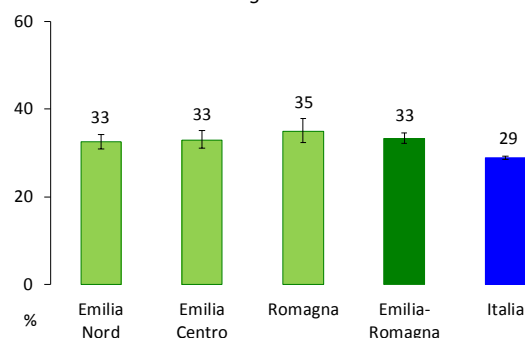
Analizzando insieme le variabili socio-demografiche considerate in un modello di regressione di *Poisson* per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro, il consiglio si conferma associato positivamente alle classi d'età maggiori, il genere femminile, la presenza di difficoltà economiche, la cittadinanza italiana e l'assenza di patologie croniche.

Persone che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare^o (%)
Emilia-Romagna PASSI 2018-2021



La prevalenza di chi ha ricevuto il consiglio sanitario di praticare attività fisica appare leggermente più elevata in Romagna rispetto alle altre due aree; modeste differenze anche nelle zone geografiche omogenee: 34% nei comuni di pianura/collina, 33% nei capoluoghi di Ausl e 31% in quelli di montagna.

Consiglio sanitario di fare attività fisica regolare (%)
Emilia-Romagna PASSI 2018-2021



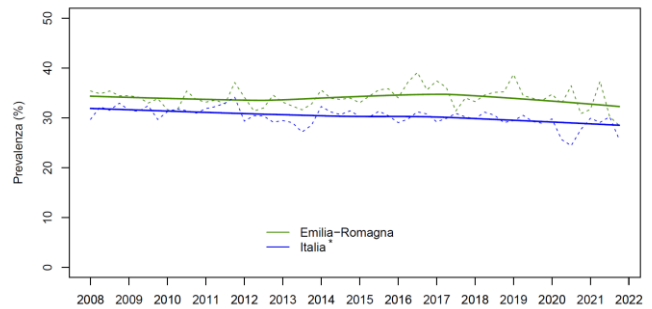
* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

[^] Patologie croniche indagate: respiratorie, cardiovascolari, cerebro-vascolari, diabete, insufficienza renale, tumori, epatiche

^o Tra le persone che hanno avuto contatto con un medico o operatore sanitario negli ultimi 12 mesi

A livello regionale tra il 2018 e il 2021 la percentuale di persone che ha ricevuto il consiglio sanitario di praticare attività fisica regolare appare in lieve aumento fino al 2018 in Emilia-Romagna; dal 2019 si registra un lieve calo. In Italia la quota risulta in calo per tutto il periodo (andamento statisticamente significativo).

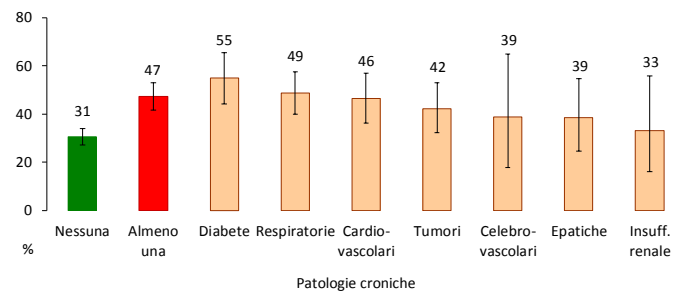
Consiglio sanitario di fare attività fisica regolare (%)
PASSI 2008-2021



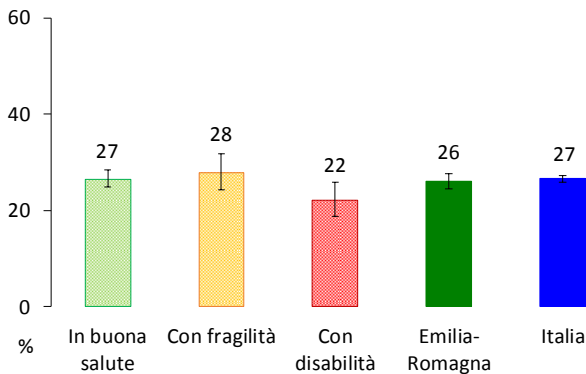
Ponendo l'attenzione sui 18-69enni sedentari affetti da almeno una patologia cronica, in Emilia-Romagna il 47% ha ricevuto il consiglio da parte di un sanitario di praticare regolare attività fisica, pari ad una stima di 46 mila persone; dato superiore rispetto a quello nazionale (43%). La percentuale di adulti con almeno una patologia cronica che ha ricevuto il consiglio risulta statisticamente superiore rispetto a coloro che non ne ha (38%).

La prevalenza di coloro che ha ricevuto il consiglio è maggiore tra chi è affetto da diabete (55%), da malattie respiratorie (49%) e da patologie cardio-vascolari rispetto a quelli affetti da insufficienza renale (33%); tali differenze tuttavia non risultano essere significative dal punto di vista statistico.

Persone sedentarie affette da patologia cronica che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare (%)
Emilia-Romagna PASSI 2018-2021



Consiglio sanitario di fare attività fisica regolare (%)
Emilia-Romagna PASSI d'Argento 2018-2021



Persone ultra 69enni

Gli operatori sanitari mostrano un interesse insufficiente rispetto alla pratica dell'attività fisica anche nei confronti dei loro assistiti ultra 69enni: in Emilia-Romagna al 26% è stato consigliato nell'ultimo anno di fare attività fisica, percentuale inferiore a quella nazionale (27%).

A livello regionale il consiglio è stato dato in modo particolare alle persone ultra 69enni con segni di fragilità (28%) e a quelle in buona salute (27%).

Tra le persone ultra 69enni con patologie croniche solo il 29% ha ricevuto il consiglio di praticare attività fisica regolare, percentuale sovrapponibile a quella registrata a livello nazionale (29%).

Per maggiori informazioni consultare: <http://salute.regione.emilia-romagna.it/sanita-pubblica/sorveglianza/passi-er>

A cura del Gruppo Tecnico PASSI Emilia-Romagna: Giuliano Carrozzì, Letizia Sampaolo, Angela Grieco, Elena Zambiasi, Rita Prazzoli, Rosanna Giordano, Marta Ottone, Isabella Bisceglia, Vincenza Perlangeli, Sara De Lisi, Muriel Assunta Musti, Bianca Venturi, Cristina Conti, Anna Prengka, Sara Ferioli, Giulia Silvestrini, Viviana Santoro, Cristina Raineri, Roberta Farneti Nicoletta Bertozzi, Francesca Righi, Sabrina Guidi, Patrizia Vitali, Laura Sardonini, Michela Morri, Cania Adrian, Paola Angelini

