



L'attività fisica in Emilia-Romagna: dati del sistema di sorveglianza PASSI (Anni 2022-2023)

Livello di attività fisica praticato

Bambini (8-9 anni)

Secondo i dati OKkio alla Salute¹ 2023, in Emilia-Romagna il 17% 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. Il 35% (38% nei bambini e 32% nelle bambine) ha fatto giochi di movimento per almeno un'ora da 5 a 7 giorni alla settimana e solo il 3% pratica uno sport strutturato per 5 giorni o più (4% nei bambini e 2% nelle bambine).

Ragazzi (11-17 anni)

L'OMS raccomanda per i giovani (5-17 anni) di svolgere quotidianamente almeno 60 minuti di attività motoria moderata-intensa e almeno tre volte a settimana attività fisica intensa. Secondo l'indagine HBSC² 2022 in Emilia-Romagna circa l'8% dei ragazzi 11-17enni svolge attività fisica moderata-intensa ogni giorno per almeno 60 minuti e la metà circa (53%) pratica attività fisica intensa tre o più volte alla settimana al di fuori dell'orario scolastico. I dati mostrano che, nel complesso, ad essere più attivi fisicamente sono i ragazzi.

Adulti (18-69 anni)

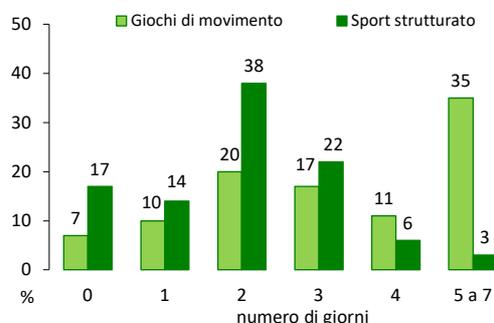
Secondo la sorveglianza PASSI, in Emilia-Romagna nel biennio 2022-2023 oltre la metà degli adulti 18-69enni ha uno stile di vita attivo (56%), pari ad una stima di circa 1 milione e 665 mila persone, in quanto pratica attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS³ nel 2020 (51%) oppure svolge un'attività lavorativa pesante dal punto di vista fisico (10%). La percentuale di attivi è più elevata rispetto a quella registrata a livello nazionale (48%). Il 29% di adulti si può, invece, considerare parzialmente attivo, corrispondenti a una stima di circa 857 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 (15%) è completamente sedentario, pari a circa 439 mila persone nella fascia 18-69 anni, valore significativamente inferiore rispetto a quello nazionale (28%).

Persone ultra 69enni

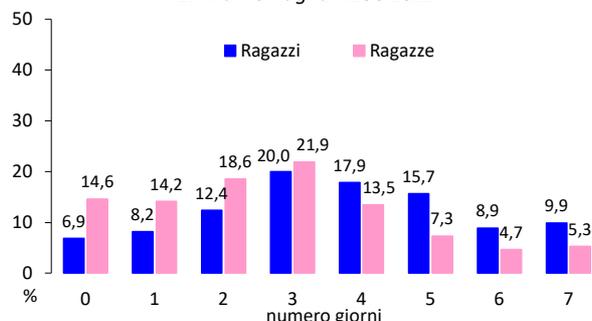
Secondo i dati PASSI d'Argento⁴ in Emilia-Romagna durante il biennio 2022-2023 il 31% delle persone ultra 69enni risulta fisicamente attivo secondo i livelli di attività fisica raccomandati dall'OMS³ nel 2020, il 17% parzialmente attivo e il 27% sedentario; il restante 25% ha difficoltà a deambulare o è non eleggibile al PASE⁵.

La percentuale regionale di coloro che risultano essere attivi è statisticamente maggiore rispetto a quella nazionale.

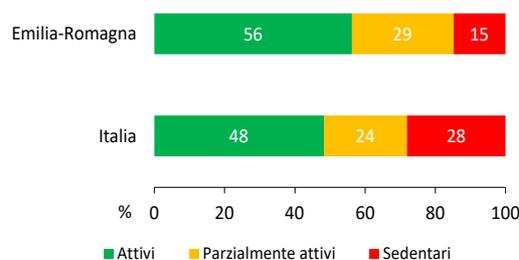
Giorni della settimana con almeno un'ora di attività fisica nei bambini di 8-9 anni (%) Emilia-Romagna OKkio 2023



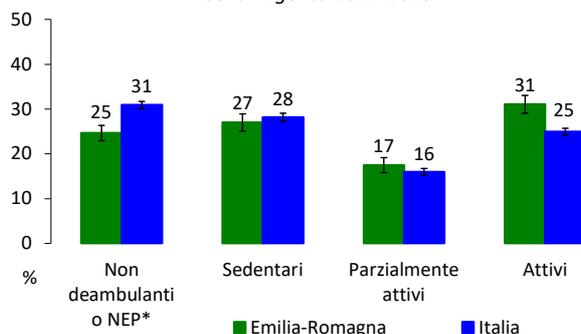
Giorni alla settimana con almeno un'ora di attività fisica moderata-intensa nei ragazzi di 11-17 anni (%) Emilia-Romagna HBSC 2022



Livello di attività fisica praticato nelle persone di 18-69 anni (%) PASSI 2022-2023



Livello di attività fisica praticato nelle persone ultra 69enni (%) PASSI d'Argento 2022-2023



* 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, 15 e 17 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 su stili di vita e fattori di rischio nella popolazione ultra 64enne

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

Attivi fisicamente (18-69 anni)

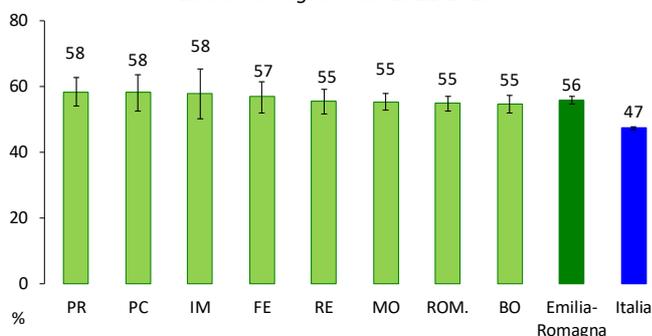
Secondo i dati PASSI, considerando sia l'attività fisica del tempo libero sia quella effettuata al lavoro, la percentuale di 18-69enni attivi in Emilia-Romagna è più alta tra le persone:

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

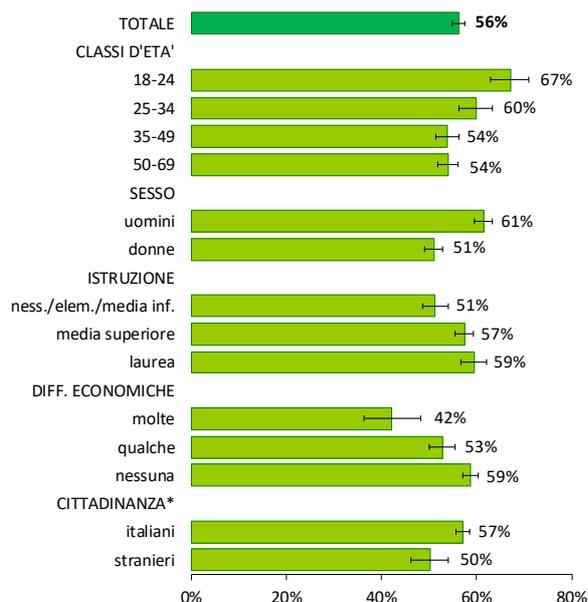
Analizzando le variabili considerate in un modello di regressione di *Poisson* per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro, si confermano tutte le associazioni evidenziate, ad eccezione della cittadinanza.

Nel triennio 2021-2023 la quota regionale di attivi va dal 58% delle Ausl di Parma, Piacenza e Imola al 55% di Reggio Emilia, Modena, Bologna e della Romagna (differenza non statisticamente significativa); risulta, inoltre, del 58% nei comuni di montagna, del 57% nei capoluoghi di provincia e del 55% nei comuni di pianura/collina.

Attivi fisicamente per Ausl (%)
Emilia-Romagna PASSI 2021-2023



Attivi fisicamente (%)
Emilia-Romagna PASSI 2022-2023



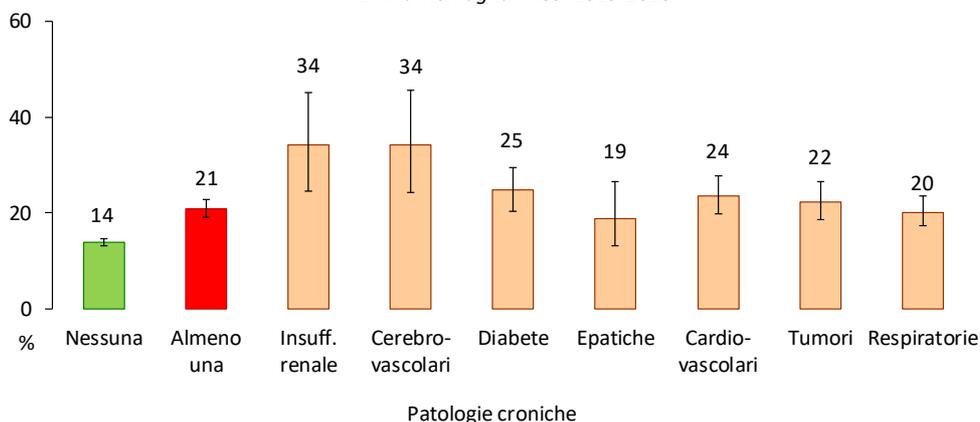
(*): Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

In Emilia-Romagna il 15% degli adulti intervistati nel biennio 2022-2023 risultano completamente sedentari in quanto hanno riferito di condurre un'attività lavorativa sedentaria e di non praticare attività fisica nel tempo libero.

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, nel periodo 2019-2023, la percentuale dei sedentari tra coloro che sono affetti da almeno una patologia cronica è del 21%, pari ad una stima di oltre 121 mila persone; tale prevalenza è statisticamente inferiore rispetto a quella nazionale (37%). La sedentarietà è più diffusa tra chi ha dichiarato almeno una patologia (21%) rispetto a chi non ne ha riportate (14%); in particolare, è maggiore tra coloro che soffrono di insufficienza renale (34%), di malattie cerebrovascolari (34%), di diabete (25%), di epatiche (19%), di cardiovascolari (24%), di tumori (22%) e di respiratorie (20%).

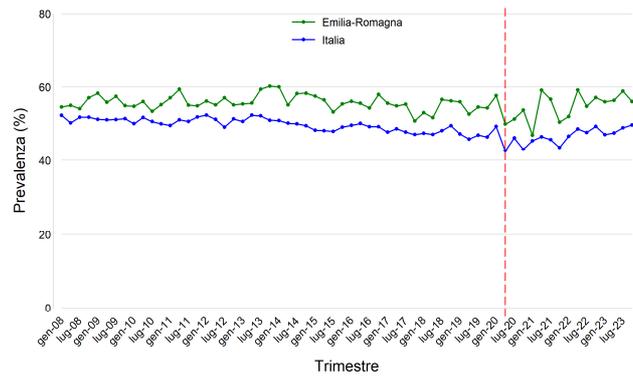
Sedentarietà tra le persone affette da almeno una patologia cronica (%)
Emilia-Romagna PASSI 2019-2023



Nel periodo 2008-2023 in Emilia-Romagna, così come nel resto d'Italia, la percentuale di persone attive risulta pressoché costante fino al 2015, per poi calare negli anni successivi.

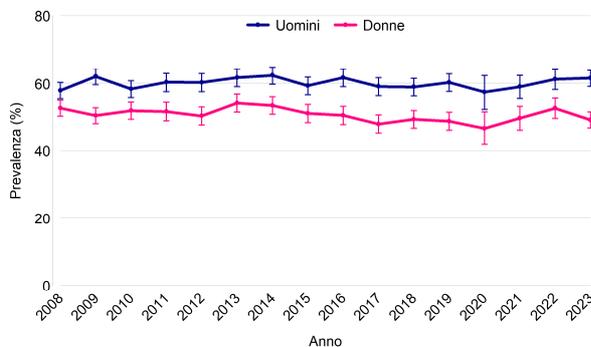
Nel 2020 la percentuale di attivi è ulteriormente diminuita (52% rispetto al 55% del 2019), per poi risalire nel triennio successivo (54% nel 2021, 57% nel 2022 e 55% nel 2023).

Attivi fisicamente (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2023

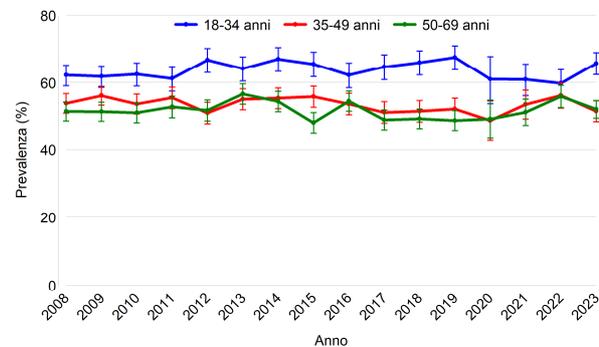


L'analisi annuale per sottogruppi di popolazione mostra come la prevalenza di adulti fisicamente attivi decresca nel 2020 tra le donne (48,9% nel 2019 vs 46,7% nel 2020), gli uomini (60,3% nel 2019 vs 57,5% nel 2020), i 18-34enni (67,6% nel 2019 vs 61% nel 2020) e i 35-49enni (52,2% nel 2019 vs 48,8% nel 2020); nel 2021-2023 si assiste ad un recupero in tutte le categorie, più lento tra i 18-34enni.

Attivi fisicamente per genere (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2023

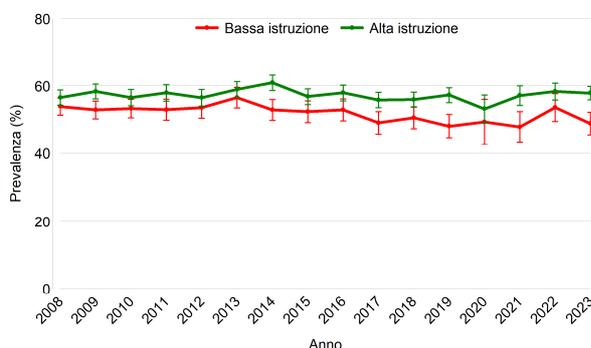


Attivi fisicamente per classe d'età (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2023

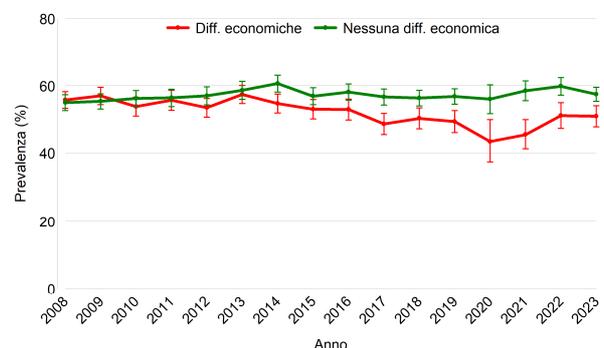


Analizzando i dati per i fattori socio-economici, si evidenzia una diminuzione nel periodo 2008-2020 più evidente tra le persone a basso livello di istruzione e tra quelle con difficoltà economiche. Nel 2020 la percentuale di attivi decresce, anche tra chi ha alta istruzione; nel triennio 2021-2023 si assiste ad un incremento più marcato nelle persone con difficoltà economiche.

Attivi fisicamente per livello d'istruzione° (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2023



Attivi fisicamente per difficoltà economiche (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2023



° Bassa istruzione: nessun titolo, licenza elementare, licenza media inferiore; Alta Istruzione: licenza media superiore, laurea

L'attività fisica nel tempo libero

Nel tempo libero più della metà (51%) delle persone di 18-69 anni è risultata attiva⁶: il 33% pratica livelli più elevati mentre il 18% a livelli più moderati.

Il 23% è, invece, parzialmente attivo (pratica attività fisica nel tempo libero ma senza raggiungere la soglia settimanale raccomandata dall'OMS⁶) e il 26% è sedentario, non svolgendo nel tempo libero alcuna attività fisica. La percentuale regionale di persone attive (51%) è significativamente superiore a quella nazionale (43%).

La prevalenza di attivi fisicamente nel tempo libero è maggiore tra i più giovani, gli uomini, le persone con più 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.

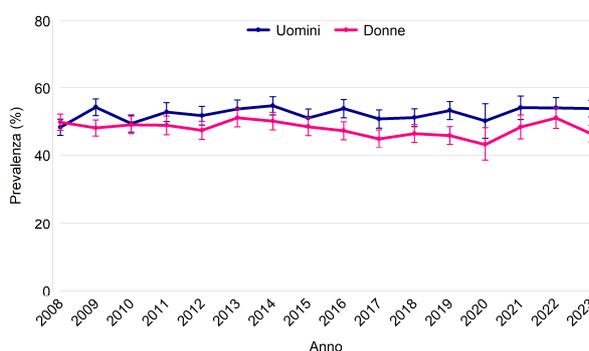
Nel triennio 2021-2023 la quota di persone attive nel tempo libero varia dal 54% dell'Ausl di Parma, Imola e Piacenza al 50% della Romagna (differenza non statisticamente significativa); risulta uniforme tra le zone geografiche omogenee (51% nei comuni di montagna, 53% nel capoluogo e 50% nei comuni di pianura/collina).

Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per Ausl (%) Emilia-Romagna PASSI 2021-2023

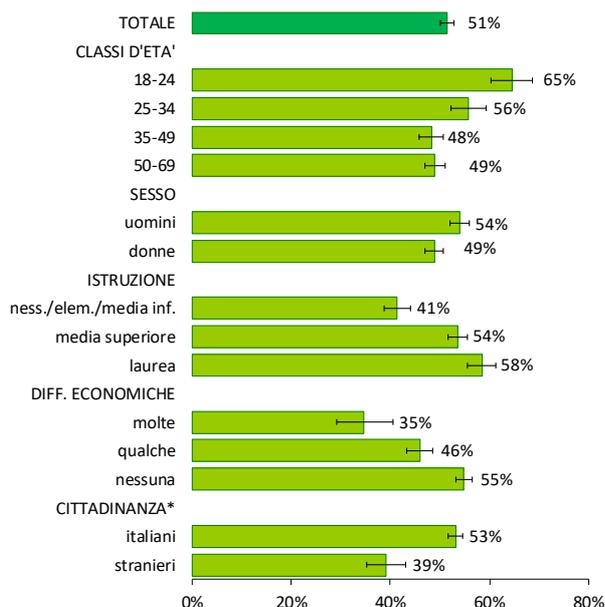


Nel periodo 2008-2020 sia in Emilia-Romagna che in Italia la prevalenza di chi ha dichiarato di svolgere attività fisica nel tempo libero secondo i livelli raccomandati dall'OMS mostra un calo, più marcato nel 2020 (in Emilia-Romagna va dal 50% nel 2019 al 47%). Nel triennio 2021-2023 si assiste ad un lieve aumento (51% nel 2021, 53% nel 2022 e 50% nel 2023). Nel 2020 la diminuzione della quota di attivi nel tempo libero si rileva in tutti i sottogruppi di popolazione con recupero nel 2021-2022, più evidente tra le donne, i 35-69enni, le persone con difficoltà economiche e quelle con bassa istruzione; nel 2023 si registrano percentuali prossime a quelle registrate nel 2019.

Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per genere (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2023

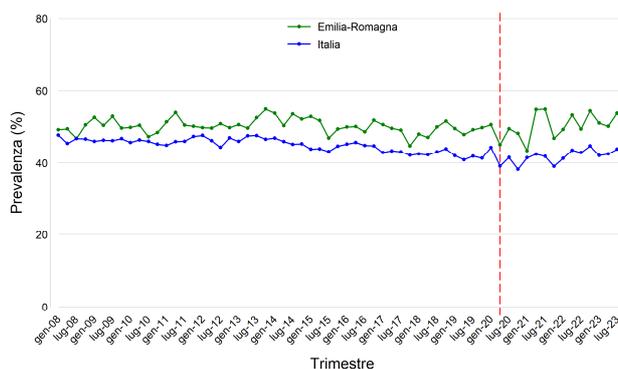


Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS (%) Emilia-Romagna PASSI 2022-2023

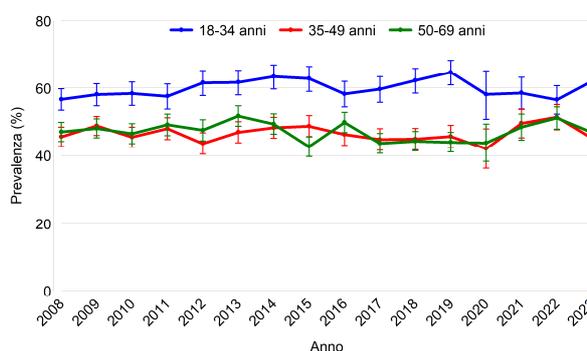


* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2023

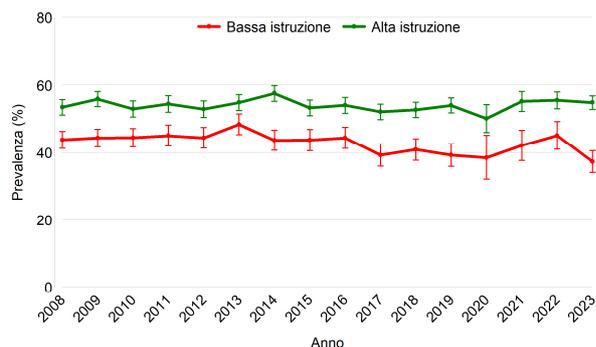


Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per classe d'età (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2023



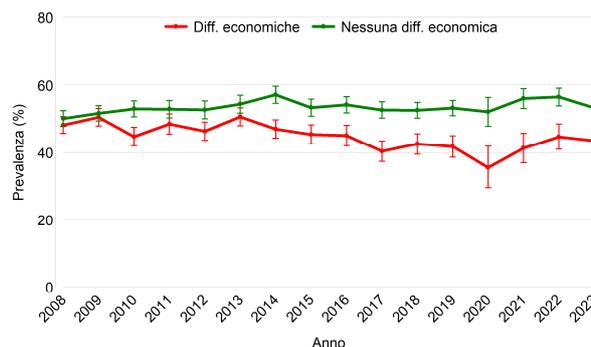
⁶ L'OMS nel 2020 ha definito per ogni fascia di popolazione l'attività fisica che dovrebbe essere fatta nel tempo libero per trarre benefici di salute, aumentare il benessere psicologico e svolgere un ruolo di prevenzione delle malattie cronicodegenerative. Per le persone adulte con 18-64 anni raccomanda 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

Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per livello d'istruzione (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2023



* Bassa istruzione: nessun titolo, licenza elementare, licenza media inferiore; Alta Istruzione: licenza media superiore, laurea

Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per difficoltà economiche (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2023



L'atteggiamento degli operatori sanitari

Adulti (18-69 anni)

Solo il 32% delle persone 18-69enni ha riferito di aver ricevuto nell'ultimo anno il consiglio di fare regolare attività fisica; tale valore è in linea con quello rilevato nell'intero Paese (30%).

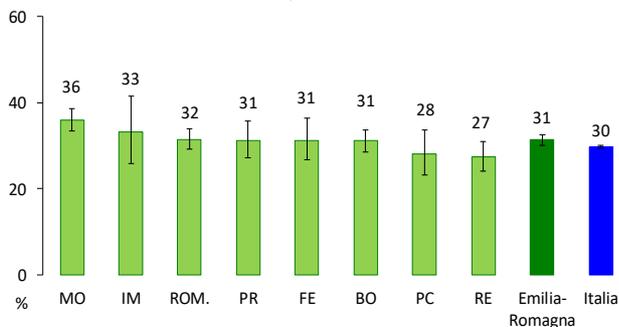
La prevalenza di emiliano-romagnoli che ha ricevuto il consiglio di svolgere regolare attività fisica cresce con l'età ed è più elevata tra le donne, le persone con molte difficoltà economiche e quelle con cittadinanza italiana.

La percentuale di chi ha ricevuto questo consiglio sanitario risulta, inoltre, più alta tra le persone parzialmente attive (37%), quelle con obesità (55%) e quelle affette da una almeno una patologia cronica (44%).

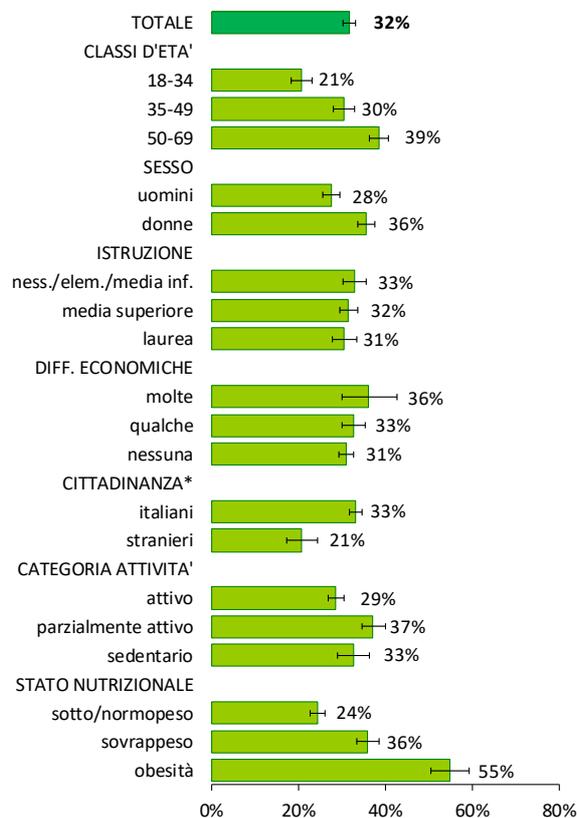
Analizzando insieme le variabili socio-demografiche considerate in un modello di regressione di Poisson per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro, il consiglio si conferma associato positivamente alle classi d'età 35-49 e 50-69 anni, al genere femminile, alla cittadinanza italiana, alla presenza di eccesso ponderale, all'essere parzialmente attivi e all'assenza di patologie croniche.

Nel periodo 2021-2023 la prevalenza di chi ha ricevuto il consiglio sanitario di praticare attività fisica varia dal 36% di Modena al 27% di Reggio Emilia; non emergono differenze significative tra le zone geografiche omogenee: è del 33% nei comuni di pianura/collina, del 31% nei comuni di montagna e del 30% nel capoluogo.

Consiglio sanitario di fare attività fisica regolare per Ausl (%) Emilia-Romagna PASSI 2021-2023



Persone che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare* (%) Emilia-Romagna PASSI 2022-2023

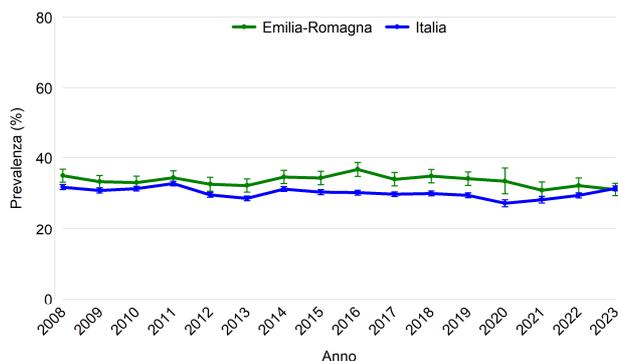


* Tra le persone che hanno avuto contatto con un medico o operatore sanitario negli ultimi 12 mesi

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

A livello regionale la percentuale di persone che hanno ricevuto il consiglio sanitario di praticare attività fisica regolare appare in lieve aumento fino al 2016; dal 2017 si registra un lieve calo, più marcato nel 2021. In Italia questa prevalenza risulta in calo fino al 2020 per poi aumentare leggermente nell'ultimo triennio.

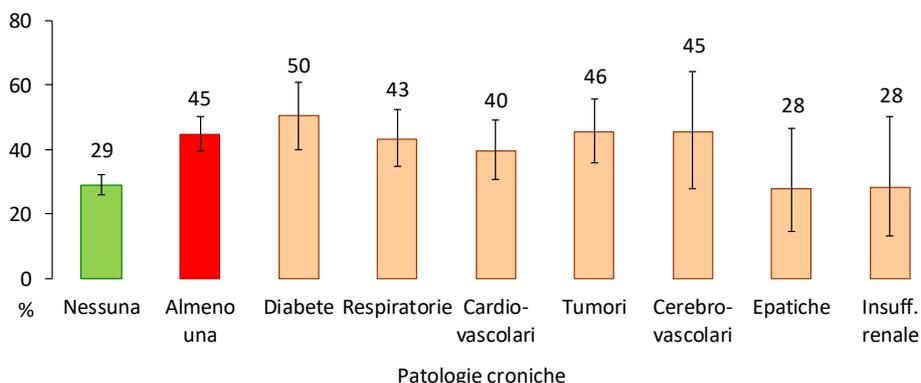
Consiglio sanitario di fare attività fisica regolare (%)
PASSI 2008-2023



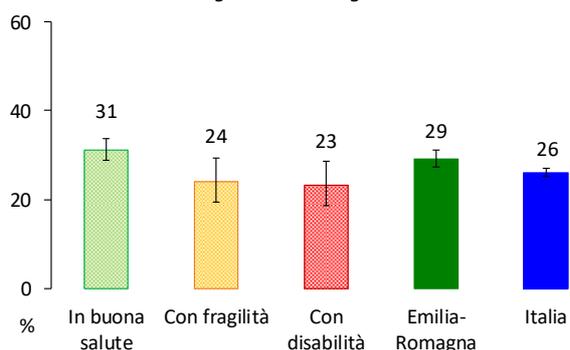
Ponendo l'attenzione sui 18-69enni sedentari affetti da almeno una patologia cronica, in Emilia-Romagna il 45% ha ricevuto il consiglio da parte di un sanitario di praticare regolare attività fisica, pari ad una stima di oltre 54 mila persone; questo dato è superiore rispetto a quello nazionale (39%). La percentuale di adulti con almeno una patologia cronica che ha ricevuto il consiglio risulta statisticamente superiore rispetto a coloro che non ne ha (29%).

La prevalenza di coloro che ha ricevuto il consiglio è maggiore tra chi è affetto da diabete (50%), da tumori (46%), da patologie cerebrovascolari (45%) e da malattie respiratorie (43%) rispetto a quelli affetti da insufficienza renale (28%) e patologie epatiche (28%); 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 2019-2023



Consiglio sanitario di fare attività fisica regolare (%)
Emilia-Romagna PASSI d'Argento 2022-2023



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 29% è stato consigliato nell'ultimo anno di fare attività fisica, percentuale superiore a quella nazionale (26%).

A livello regionale il consiglio è stato dato in percentuale maggiore alle persone ultra 69enni in buona salute (31%) rispetto a quelle con segni di fragilità (24%) o con disabilità (23%).

Tra le persone ultra 69enni con patologie croniche solo il 31% ha ricevuto il consiglio di praticare attività fisica regolare, percentuale di poco superiore a quella registrata a livello nazionale (28%).

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

A cura del Gruppo Tecnico PASSI Emilia-Romagna: Giuliano Carrozzi, Letizia Sampaolo, Giorgio Chiaranda, Sara Visciarelli, Cristina Sartori, Monica Nempi, Elena Zambiasi, Alice Corsaro, Maria Grazia Rotolo, Isabella Bisceglia, Letizia Bartolini, Vincenza Perlangeli, Sara De Lisis, Muriel Assunta Musti, Anna Prengka, Cristina Conti, Roberta Matulli, Sara Ferioli, Giulia Silvestrini, Viviana Santoro, Cristina Raineri, Roberta Farneti, Elisa Paglia, Giorgia D'Aulerio, Marina Di Meco, Patrizia Vitali, Cania Adrian, Paola Angelini

