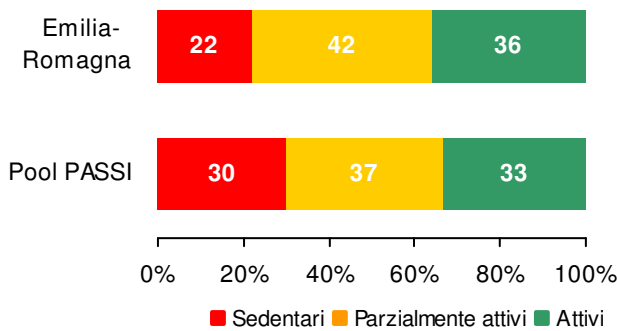


L'attività fisica in Emilia-Romagna: dati del sistema di sorveglianza PASSI triennio 2007-09

Livello di attività fisica praticato (%)
Emilia-Romagna e Pool PASSI
PASSI 2007-09



L'attività fisica negli adulti (18-69 anni)

Nella nostra Regione si stima che circa un terzo degli adulti 18-69enni abbia uno **stile di vita attivo** (36%) in quanto pratica l'attività fisica raccomandata* oppure svolge un'attività lavorativa pesante dal punto di vista fisico.

Una quota rilevante di adulti (42%) pratica attività fisica, ma meno di quanto raccomandato; si può pertanto considerare **parzialmente attiva**.

Poco meno di un quinto degli adulti è completamente **sedentario** (22%); questa stima corrisponde in Regione a circa 660mila persone sedentarie nella fascia 18-69 anni.

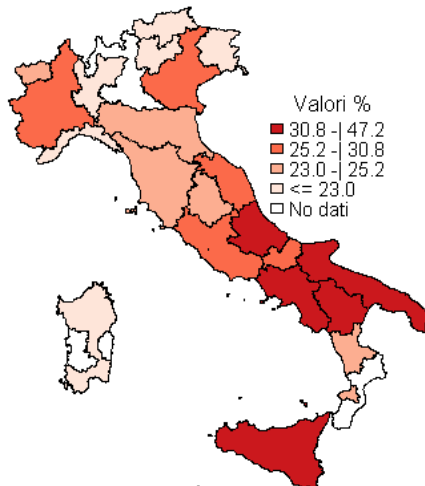
Il dato relativo alle persone sedentarie presenta un andamento sostanzialmente stabile nel triennio considerato (20% nel 2007 e 22% nel 2008 e 2009).

La sedentarietà cresce con l'età ed è maggiore nelle persone con livello d'istruzione basso e in quelle che riferiscono difficoltà economiche.

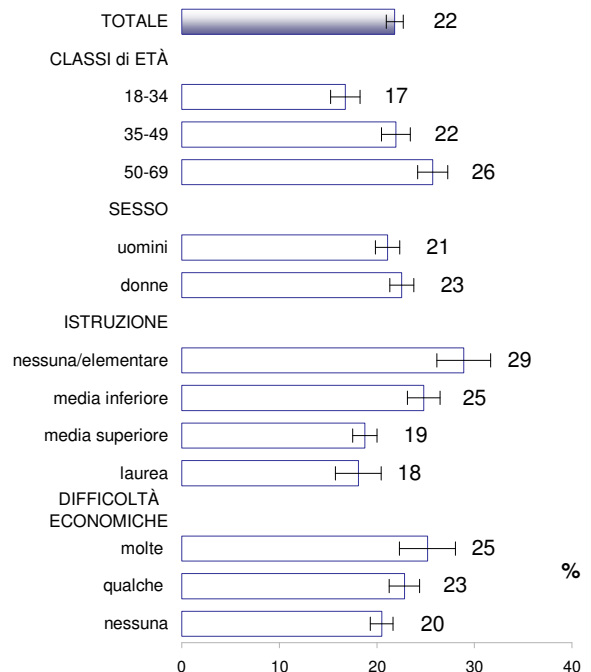
L'analisi statistica multivariata conferma la correlazione con l'età maggiore e il basso livello d'istruzione, indicatore proxy delle condizioni socio-economiche.

In Italia la sedentarietà è più diffusa nelle regioni meridionali (range: 13% prov. aut. Bolzano - 47% Basilicata).

Persone sedentarie (%)
Pool PASSI 2009



Sedentarietà (%)
Emilia-Romagna PASSI 2007-09



* Attività fisica raccomandata: almeno 30 minuti di attività moderata al giorno per almeno 5 giorni alla settimana oppure attività intensa per più di 20 minuti per almeno 3 giorni.

L'atteggiamento degli operatori sanitari Emilia-Romagna PASSI 2007-09	
persone a cui un operatore sanitario ha chiesto se praticano attività fisica	35%
persone a cui un operatore sanitario ha consigliato di fare attività fisica	34%

L'atteggiamento degli operatori sanitari

Solo un terzo delle persone dichiara che un medico o un altro operatore sanitario si è informato sull'attività fisica praticata.

Inoltre solo un terzo riferisce di aver ricevuto il consiglio di praticare attività fisica regolarmente.

La consapevolezza

La percezione soggettiva - elemento importante nel determinare un cambiamento del proprio stile di vita - spesso non corrisponde al livello di attività fisica effettivamente praticata: infatti poco meno della metà delle persone parzialmente attive e un quinto dei sedentari percepiscono il proprio livello di attività fisica come già sufficiente.

Percezione dell'adeguatezza dell'attività fisica praticata Emilia-Romagna PASSI 2007-09	
parzialmente attivi che ritengono di praticare sufficiente attività fisica	45%
sedentari che ritengono di praticare sufficiente attività fisica	21%

Spunti per l'azione

L'attività fisica praticata dalla nostra popolazione adulta è ancora insufficiente e sono possibili ampi miglioramenti, in particolare nelle persone sopra ai 50 anni.

Una quota rilevante di persone mostra una consapevolezza non adeguata dell'attività fisica effettivamente praticata, ritenendo di farne a sufficienza anche quando ha invece uno stile di vita non adeguatamente attivo.

L'attenzione e il consiglio degli operatori sanitari, che la letteratura riferisce essere importanti strumenti per aumentare l'adesione alle raccomandazioni, vanno esercitati con maggiore frequenza e fiducia.

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 (CNESPS) 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 del sistema 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 21 Regioni o Province Autonome hanno aderito al progetto. Un campione di residenti di 18-69 anni viene estratto con metodo casuale stratificato dagli elenchi delle anagrafi sanitarie. Personale delle Asl, specificamente formato, effettua interviste telefoniche (circa 25 al mese per ogni Asl) con un questionario standardizzato. I dati vengono successivamente trasmessi in forma anonima via internet e registrati in un archivio unico nazionale. Nel triennio 2007-09 sono state realizzate circa 98.000 interviste, di cui 10.166 in Emilia-Romagna.

Per maggiori informazioni, visita il sito www.epicentro.iss.it/passi.

A cura di Nicoletta Bertozzi, Giuliano Carrozzì, Alba Carola Finarelli, Paola Angelini, Diego Sangiorgi, Lara Bolognesi, Letizia Sampaolo, Andrea Mattivi, Rossana Mignani, Anna Rita Sacchi, Alma Nieddu, Anna Maria Ferrari, Paolo Pandolfi, Sara De Lisio, Giovanni Blundo, Ivana Stefanelli, Aldo De Togni, Giuliano Silvi, Oscar Mingozi, Patrizia Vitali, Fausto Fabbri, Michela Morri
Direzione Generale Sanità e Politiche sociali Regione Emilia-Romagna e Dipartimenti di Sanità Pubblica delle AUsl emiliano-romagnole

