

## L'ATTIVITA' FISICA

### Sintesi

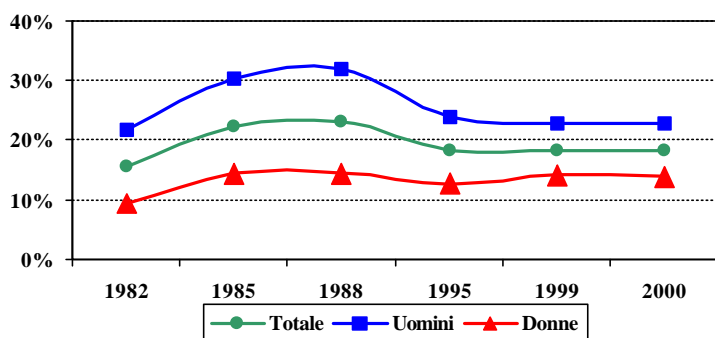
- Secondo i dati ISTAT, nel 2000 la percentuale di italiani che ha svolto attività sportiva continuativa è stata pari al 18%. Rispetto al 1995, è aumentata leggermente solo la percentuale di chi fa sport saltuariamente; è rimasta pressoché invariata quella di chi lo fa con regolarità mentre è lievemente diminuita l'attività fisica non sportiva.
- C'è un rapporto inverso tra praticare attività fisica regolare da adulti e titolo di studio: non la fa il 20,2 % dei laureati contro il 45,1% di chi ha licenza elementare o nessun titolo.
- Un'indagine svolta su un campione di popolazione modenese evidenzia che: quasi il 60% del campione non svolge attività fisica. I più attivi sono gli abitanti della montagna, seguiti da quelli della pianura e da quelli dell'area metropolitana modenese.

Nel 2000 la percentuale di italiani che ha svolto attività sportiva con continuità è stata pari al 18%, con una netta prevalenza degli uomini (22,3% contro 13,9% delle donne) e della fascia d'età 11-14 anni (48,4%). Dai 60 anni in poi solo il 4,1% degli italiani pratica sport con continuità (nel 1982 era solo l'1,5%). Nell'ambito della pratica dell'attività sportiva (continuativa e saltuaria) prevalgono gli uomini; le donne preferiscono svolgere un'attività fisica in senso generale. Gli sport più praticati sono il calcio, il tennis ed il nuoto tra i maschi, la ginnastica attrezistica, la danza, il nuoto e la pallavolo tra le donne. Rispetto al 1995, nel 2000 è aumentata lievemente la pratica sportiva saltuaria, è rimasta pressoché invariata la pratica sportiva continuativa ed è lievemente diminuita l'attività fisica. Nel periodo 1982-2000 la pratica dell'attività sportiva continuativa ha avuto un andamento altalenante; nel Mezzogiorno si sono osservati valori inferiori rispetto al Centro-Nord, per quanto riguarda sia l'attività fisica che la pratica sportiva. C'è un rapporto inverso tra praticare attività fisica regolare da adulti e titolo di studio: non la fa il 20,2 % dei laureati contro il 45,1% di chi ha licenza elementare o nessun titolo. L'indagine ISTAT del 1995 ha evidenziato che la motivazione principale per cui circa un italiano su tre non pratica mai attività fisica è la mancanza di tempo, in particolare per gli uomini, seguita dalla mancanza di interesse che emerge soprattutto tra le donne; negli anziani invece i fattori limitanti sono rappresentati dalle condizioni di salute. Al contrario, i motivi per cui si pratica sport sono "per passione o piacere" (69%), "per mantenersi in forma" (44%), "per svago" (39%), "per frequentare altre persone" (19%).

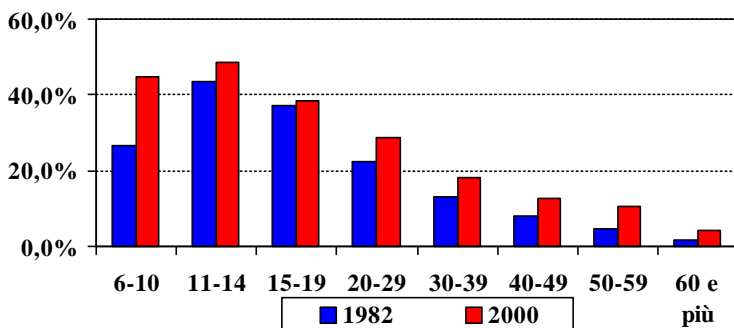
Relativamente alla situazione modenese, i risultati dell'indagine "Abitudini, comportamenti e trasformazioni alimentari - Tradizione e modernità" svolta nel 1994 e pubblicata nel 1996, evidenziano che i più attivi sono gli abitanti dell'area montana (Pavullo), seguiti da quelli della pianura e infine dagli abitanti dell'area metropolitana modenese, i quali fanno registrare la percentuale più alta di persone che non praticano mai attività fisica extra-lavorativa. Analizzando il campione complessivo, con la prudenza dovuta nel riferire i dati alla provincia per problemi di rappresentatività statistica delle unità intervistate, si osserva che quasi il 60% del campione non svolge attività fisica ma, tra coloro che la svolgono, la maggior parte (circa il 20%) sembra dedicarvi un'attività fisica costante di 3-4 ore a settimana.

**Persone di 6 anni e più che praticano sport con continuità (per 100 persone con le stesse caratteristiche).**

Fonte Annuario Statistico Italiano 2001.



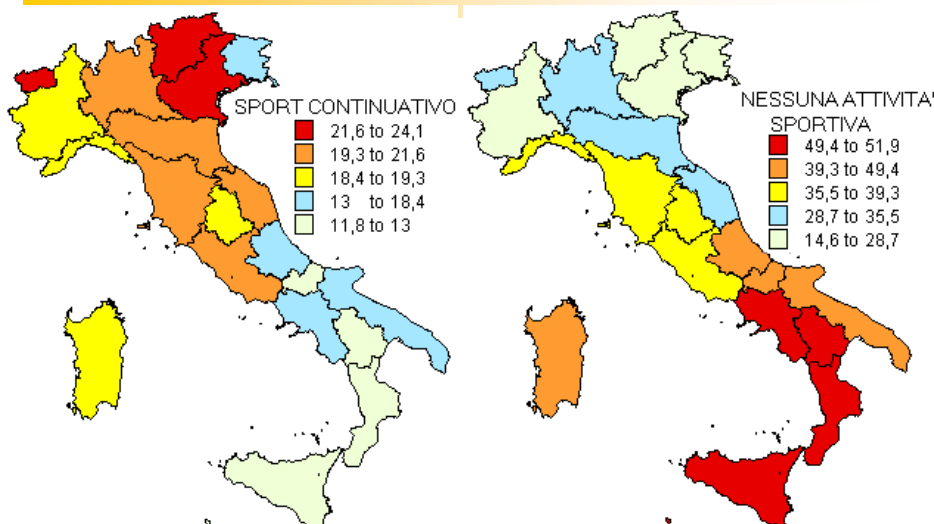
**Persone di 6 anni e più che praticano sport con continuità per classi di età (per 100 persone con le stesse caratteristiche). Anni 1982 e 2000. Fonte Annuario Statistico Italiano 2001.**



**Prevalenza di persone che svolgono attività fisica. Valori percentuali sul totale degli intervistati. Fonte: Provincia di Modena - Assessorato Agricoltura e Alimentazione. Indagine svolta nel 1994, pubblicata nel 1996.**

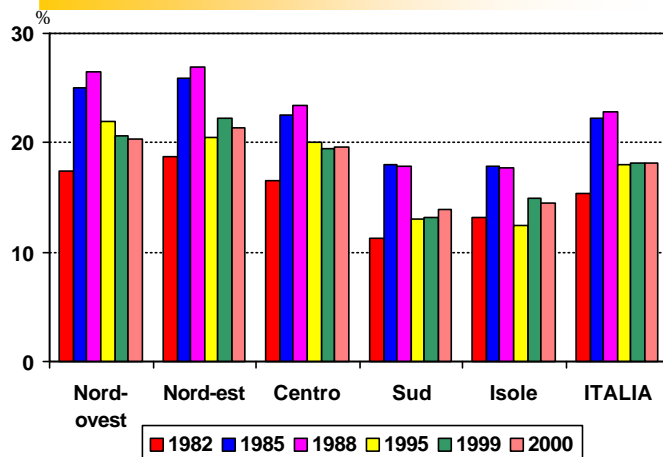
Ore di attività fisica	Pavullo	Modena	Mirandola	Totale
Mai	44,1	65,8	62,3	57,7
3-4 h/sett.	25,5	13,6	18,3	19,0
< 2 h/sett.	15,8	16,1	13,8	15,2
> 1 h/die	14,5	4,5	5,6	8,1
Totale	100	100	100	100

**Percentuali regionali delle persone che praticano sport in modo continuativo (a sinistra) e che non praticano nessuna attività fisica. Fonte Annuario Statistico Italiano 2001**

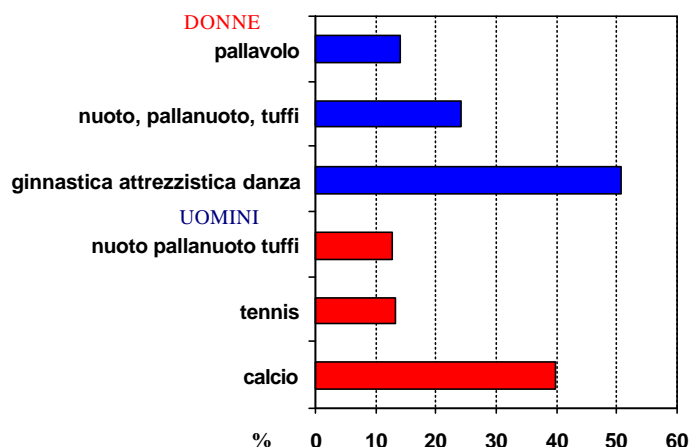


**Persone di 6 anni e più che praticano sport con continuità per ripartizioni geografiche (per 100 persone dello stesso tipo). Anni 1982, 1985, 1988, 1995, 1999 e 2000.**

Fonte Annuario Statistico Italiano 2001.



**Persone di 3 anni e più che praticano sport con continuità per sesso e tipo di sport più praticato (per 100 persone dello stesso tipo). Fonte Annuario Statistico Italiano 1997.**



**Percentuali di persone che hanno più di 18 anni che non praticano attività fisico motoria suddivisi per titolo di studio. Anno 2000. Fonte ISTAT**

