



ATTIVITA' FISICA

## L'attività fisica in provincia di Modena

*I dati del sistema di sorveglianza PASSI (anni 2018-2021)*

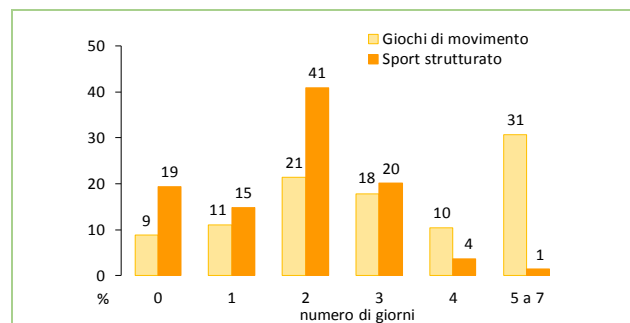
### Livello di attività fisica praticato

**Bambini (8-9 anni).** Secondo i dati OKkio alla Salute 2019<sup>1</sup> in provincia di Modena il 17% dei bambini di 8-9 anni è definibile 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 nel pomeriggio. Inoltre, il 31% fa giochi di movimento per almeno un'ora da 5 a 7 giorni alla settimana (31% nei bambini e 28% nelle bambine) e solo l'1% fa sport strutturato per 5 giorni o più (1,5% nei bambini e nelle bambine); queste percentuali risultano inferiori rispetto a quelle regionali (rispettivamente del 34% e 2%).

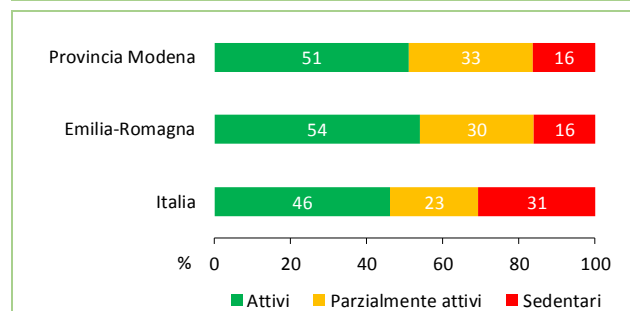
**Ragazzi (11-15 anni).** Sulla base dell'indagine HBSC 2018<sup>2</sup> si stima che in Emilia-Romagna circa il 9% dei ragazzi 11-15enni svolga attività fisica ogni giorno per almeno 60 minuti, come raccomandato dalle linee guida internazionali (OMS, 2010) mentre poco più della metà (56%) la pratica 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 provincia di Modena la metà degli adulti 18-69enni ha uno stile di vita attivo (51%) poiché pratica nel tempo libero attività fisica ai livelli raccomandati dall'OMS 2020<sup>3</sup> (46%) oppure svolge un'attività lavorativa pesante dal punto di vista fisico (10%); questa stima corrisponde a quasi 240 mila persone con 18-69 anni. La percentuale di attivi è inferiore rispetto a quella regionale (54%) ma superiore di quella nazionale (46%). Il 33% invece si può considerare parzialmente attivo (corrispondente a circa 152 mila), poiché pratica nel tempo libero attività fisica ma a livelli inferiori rispetto a quelli raccomandati dall'OMS 2020 oppure svolge un lavoro che comporta uno sforzo fisico moderato. Circa un sesto è completamente sedentario (16%), pari a circa 77 mila persone nella fascia 18-69 anni, valore sovrapponibile a quello regionale (16%) e significativamente inferiore di quello nazionale (31%).

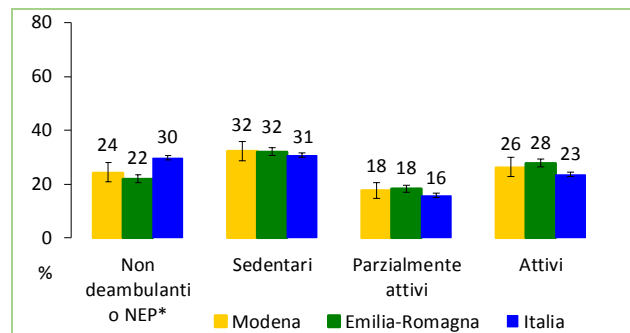
**Persone ultra 69enni.** I dati Passi d'Argento<sup>4</sup> mostrano che in provincia di Modena il 26% degli ultra 69enni risulta fisicamente attivo secondo le raccomandazioni dell'OMS 2020<sup>3</sup>, il 18% è parzialmente attivo e il 32% sedentario; il 24% è o non deambulante o non è eleggibile al PASE<sup>5</sup>. La percentuale di coloro che risultano essere attivi o parzialmente attivi è sovrapponibile a quella regionale (rispettivamente 28% e 18%) e a quella nazionale (rispettivamente 23% e 16%).



Giorni della settimana con almeno un'ora di attività fisica nei bambini di 8-9 anni (%) – OKkio alla Salute 2019 (provincia di Modena)



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



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

**Note.** <sup>1</sup> OKkio è un'indagine volta a monitorare lo stato ponderale, le abitudini alimentari e l'attività fisica dei bambini di III elementare

<sup>2</sup> 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

<sup>3</sup> Attività fisica nel tempo libero raccomandata dall'OMS 2020 agli adulti di 18-64 anni 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

<sup>4</sup> PASSI d'Argento è un'indagine su stili di vita e fattori di rischio nella popolazione ultra 64enne

<sup>5</sup> Per maggiori informazioni sul PASE:

[www.epicentro.iss.it/passi-argento/dati/attivita.asp](http://www.epicentro.iss.it/passi-argento/dati/attivita.asp)

\* 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)

**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 attivi in provincia di Modena è più alta nei 18-24enni, tra gli uomini, tra chi ha un'alta istruzione e tra le persone senza difficoltà economiche.

Analizzando tutte assieme 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.

A livello territoriale la quota di attivi risulta leggermente più elevata nell'area sovradistrettuale sud (52%) rispetto a quella del centro e del nord (50% in entrambe) e tra i comuni di montagna (57%) rispetto a quelli di pianura/collina (49%) e al comune capoluogo (48%).

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, sia a livello provinciale che regionale. L'inattività fisica è una delle principali cause di disabilità e morte dovute a malattie croniche, quali disturbi cardiaci, ictus, diabete e cancro.

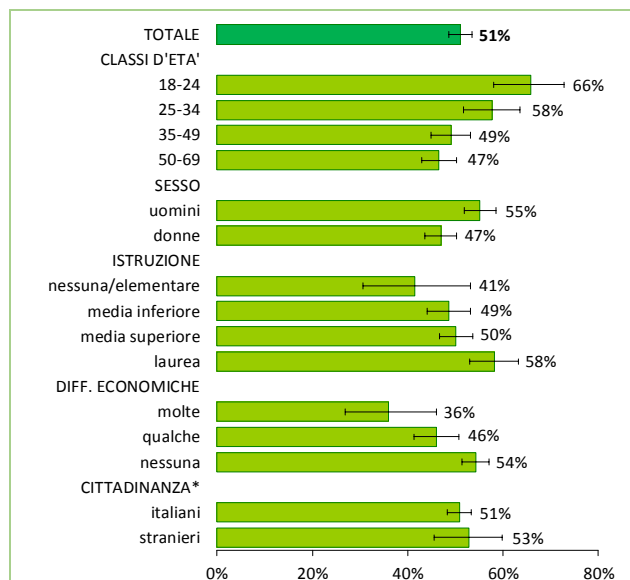
In provincia di Modena un quinto (21%) delle persone con almeno una patologia cronica risulta completamente sedentario, pari ad una stima di circa 18 mila persone, la percentuale sale al 32% se consideriamo la classe d'età degli ultra 69enni. La prevalenza di adulti 18-69enni sedentari con almeno una patologia è di poco inferiore a quella regionale (23%), differenza tuttavia non significativa.

A livello provinciale la quota di adulti sedentari con una patologia cronica (21%) è maggiore rispetto a chi non ha nessuna patologia (15%) mentre tra gli attivi la prevalenza è più alta tra chi non soffre di alcuna patologia (52% vs 47%); tra i parzialmente attivi la quota di adulti con almeno una patologia (32%) è sovrapponibile a quella di chi non ne ha alcuna (33%).

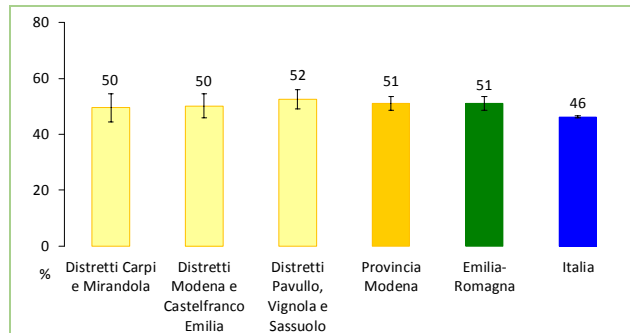
L'analisi dei trend annuali per il periodo 2008-2021 mostra come in provincia di Modena la quota di adulti fisicamente attivi sia rimasta piuttosto stabile fino al 2019; nel biennio 2020-2021 tale prevalenza aumenta (52% nel 2020 e 56,8% nel 2021).

L'analisi per i sottogruppi di popolazione è stata condotta utilizzando dati regionali per problemi di numerosità campionaria; scomponendo il trend per genere e classi d'età l'analisi mostra un andamento stabile in Emilia-Romagna della percentuale di attivi tra il genere maschile e un lieve decremento nelle donne a partire dal 2013; per classe d'età si registra un modesto decremento nella fascia 35-49 anni.

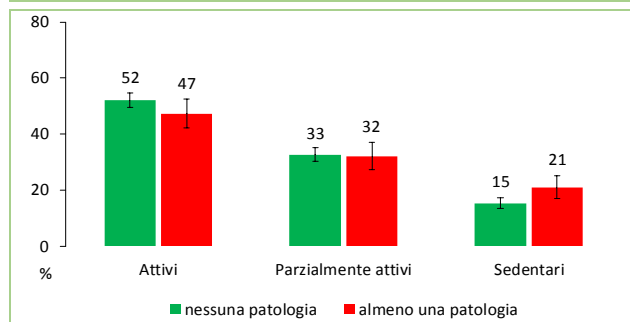
Analizzando la percentuale di attivi per i fattori socio-economici, diminuisce la quota di chi pratica attività fisica secondo i livelli raccomandati dall'OMS 2020 o svolge un'attività lavorativa pesante tra chi ha una bassa istruzione e tra chi riferisce difficoltà economiche.



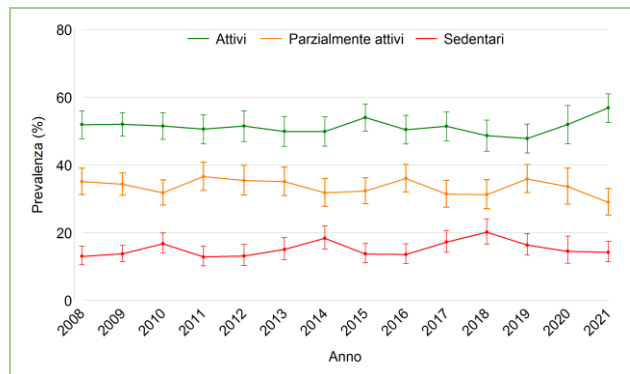
**Attivi fisicamente (%) - PASSI 2018-2021 (provincia di Modena)**  
 (\*) Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)



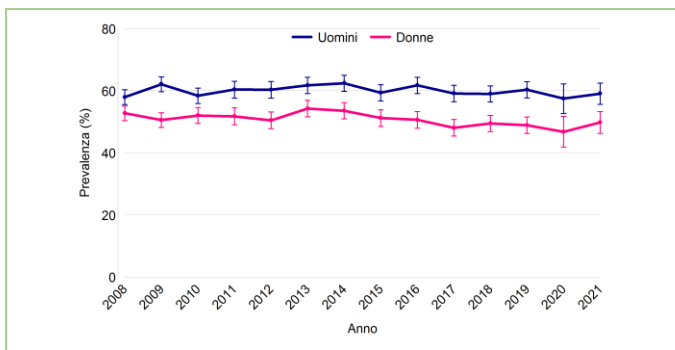
**Attivi fisicamente (%) - PASSI 2018-2021**



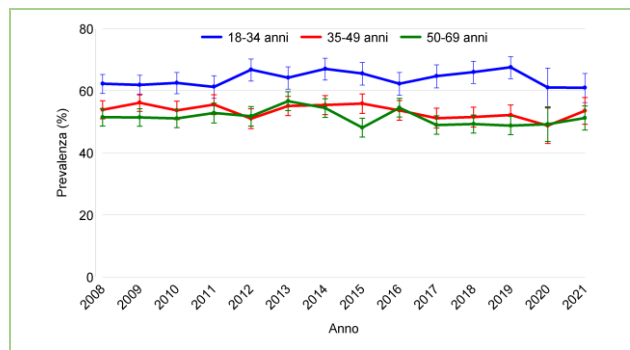
**Categorie di attività fisica tra le persone affette da almeno una patologia cronica (%) - PASSI 2018-2021 (Provincia di Modena)**



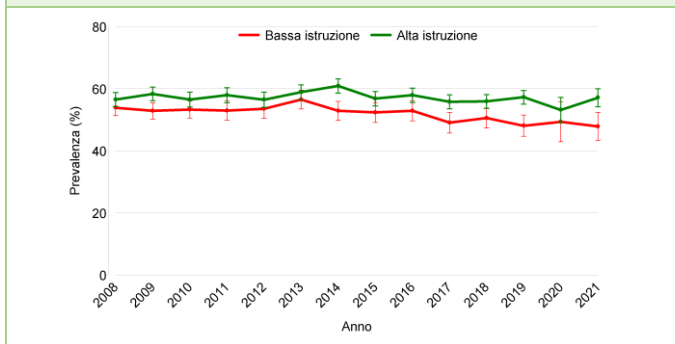
**Categorie di attività (%) - PASSI 2008-2021 (Provincia di Modena)**



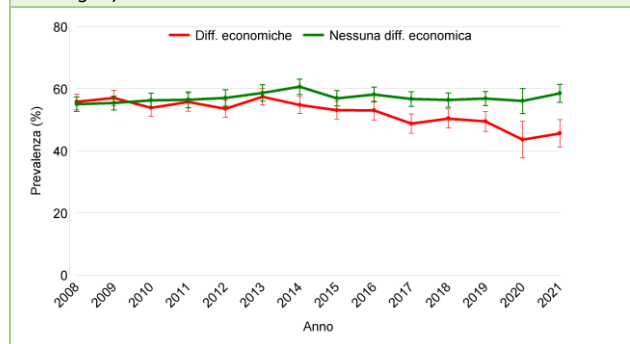
Attivi fisicamente per genere (%) - PASSI 2008-2021 (Emilia-Romagna)



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



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



Attivi fisicamente per difficoltà economiche (%) - PASSI 2008-2019 (Emilia-Romagna)

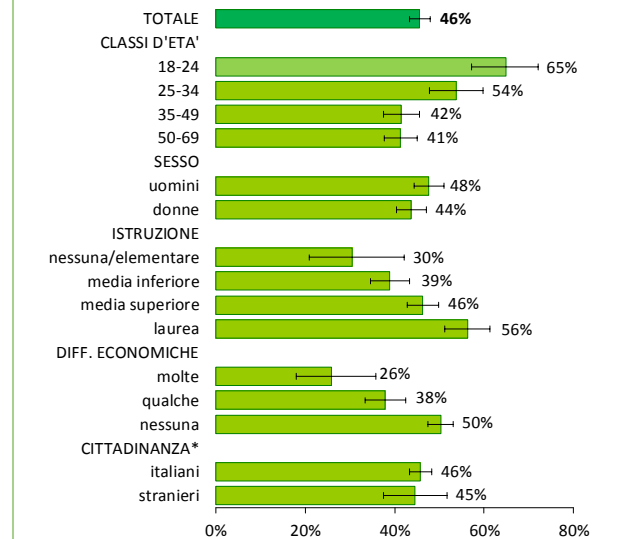
**L'attività fisica nel tempo libero**

In provincia di Modena il 46% delle persone con 18-69 anni è attivo nel tempo libero<sup>6</sup>: il 28% pratica livelli elevati e il 18% livelli più moderati. Il 25% è invece parzialmente attivo e pratica qualche attività nel tempo libero ma senza raggiungere la soglia settimanale raccomandata dall'OMS; il 29% non svolge nessuna attività fuori dal lavoro.

La percentuale provinciale di persone che praticano attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS appare statisticamente inferiore rispetto a quella regionale (48%) ma superiore ai livelli nazionali (42%).

In provincia di Modena la prevalenza di attivi nel tempo libero risulta maggiore tra i più giovani, gli uomini, le persone con alta istruzione, quelle senza difficoltà economiche e gli italiani. Analizzando tutte assieme 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.

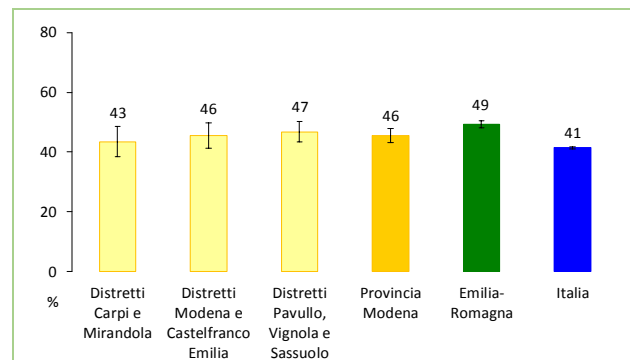
A livello territoriale la quota di persone attive nel tempo libero appare leggermente più alta nell'area sovradistrettuale sud (47%) rispetto a quella centrale (46%) e a quella del nord (43%), e nei comuni di montagna (47%) rispetto al capoluogo (46%) e ai comuni di pianura/collina (45%).



Attività fisica praticata nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS<sup>6</sup> (%) - PASSI 2018-2021 (provincia di Modena)

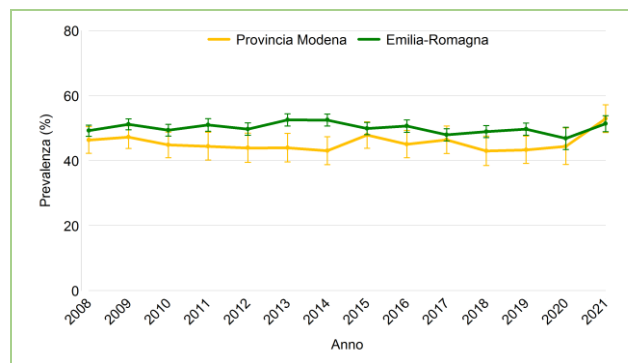
(\*) Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

**Nota.** <sup>6</sup> 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.



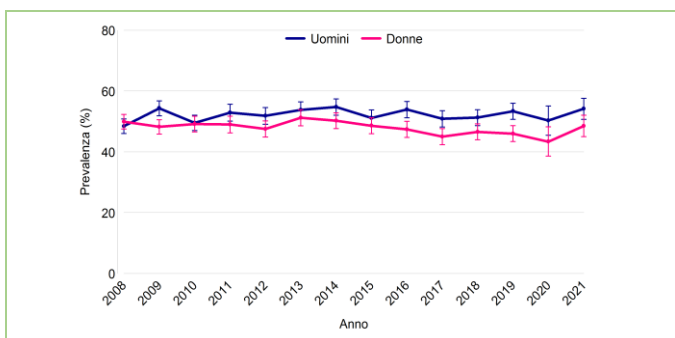
Attività fisica praticata nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS<sup>6</sup> (%) - PASSI 2018-2021

Dall'analisi del trend annuale per il periodo 2008-2021, la percentuale complessiva di 18-69enni, che svolge attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS<sup>6</sup>, appare in aumento in provincia di Modena a partire dal 2019; l'aumento è più evidente nel 2021 (44,4% del 2020 vs 52,9% del 2021)  
 In Emilia-Romagna la prevalenza di chi pratica attività fisica nel tempo libero è in lieve calo fino al 2020; nel 2021 torna a livelli superiori rispetto a quelli pre-pandemici.

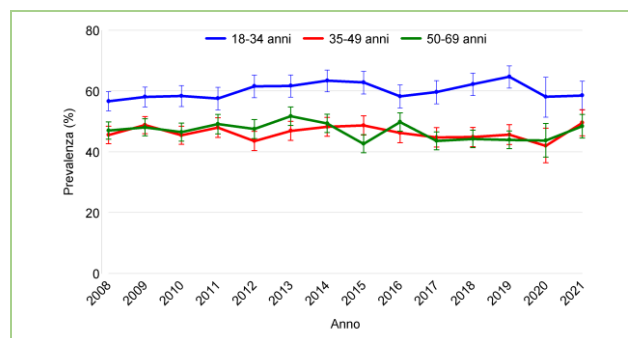


Attivi nel tempo libero secondo i livelli raccomandati dall'OMS<sup>6</sup> (%) - PASSI 2008-2021

L'analisi regionale per i sottogruppi di popolazione per il periodo 2008-2021 mostra un decremento in Emilia-Romagna tra il genere femminile fino al 2020; nel 2021 la prevalenza risulta maggiore rispetto a quella registrata prima della pandemia.



Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS<sup>6</sup> per genere (%) - PASSI 2008-2021 (Emilia-Romagna)



Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS<sup>6</sup> per difficoltà economiche (%) - PASSI 2008-2021 (Emilia-Romagna)

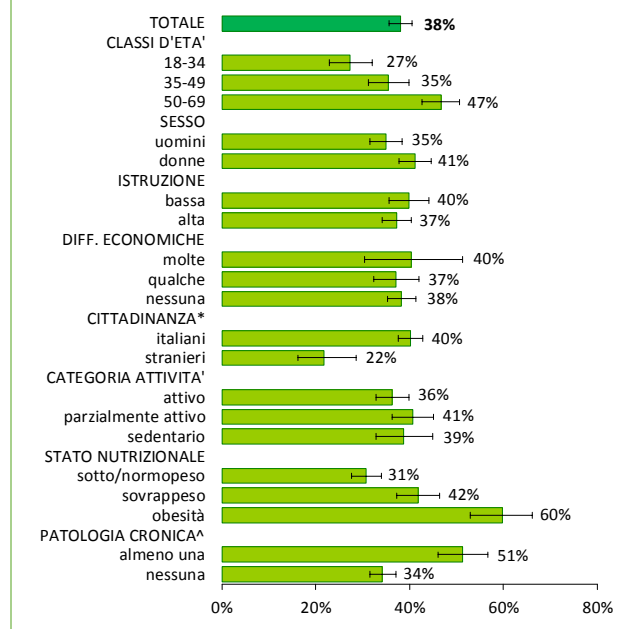
**L'atteggiamento degli operatori sanitari**

**Adulti (18-69 anni)**

In provincia di Modena circa un terzo delle persone intervistate (38%) ha dichiarato che nell'ultimo anno un medico o un altro operatore gli ha consigliato di svolgere regolare attività fisica; tale valore è in linea con quello regionale (33%) e superiore a quello nazionale (29%).

La prevalenza di modenesi che ha ricevuto il consiglio di svolgere regolare attività fisica cresce con l'età ed è più elevata tra le donne, le persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA). La percentuale di chi ha ricevuto il consiglio sanitario risulta inoltre più elevata tra le persone non attive, quelle con obesità e quelle affette da almeno una patologia cronica. Il modello di regressione di *Poisson* conferma le associazioni con genere femminile, cittadinanza italiana, eccesso ponderale, livelli parziali di attività fisica e presenza di patologie croniche.

Questa prevalenza appare abbastanza omogenea tra le aree sovradistrettuali della provincia e leggermente superiore nel capoluogo di provincia (36%) e nei comuni di pianura/collina (35%) rispetto a quelli di montagna (33%).



Persone che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare<sup>o</sup> (%) - PASSI 2018-2021 (provincia di Modena)

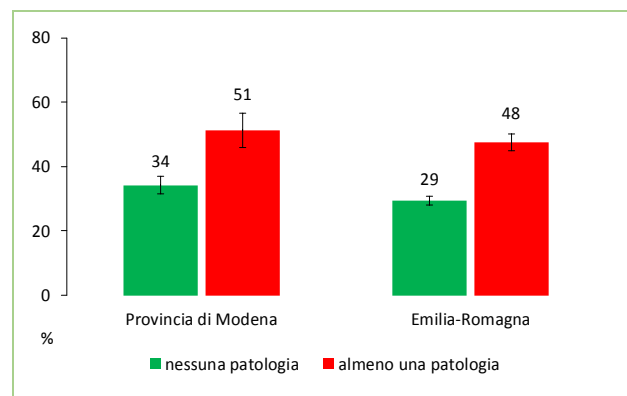
(\*) Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

(\*) Patologie croniche indagate: respiratorie, cardiovascolari, cerebro-vascolari, diabete, insufficienza renale, tumori, epatiche

(\*) La prevalenza è fatta sulle persone che hanno riferito di aver avuto contatto con un medico o operatore sanitario negli ultimi 12 mesi

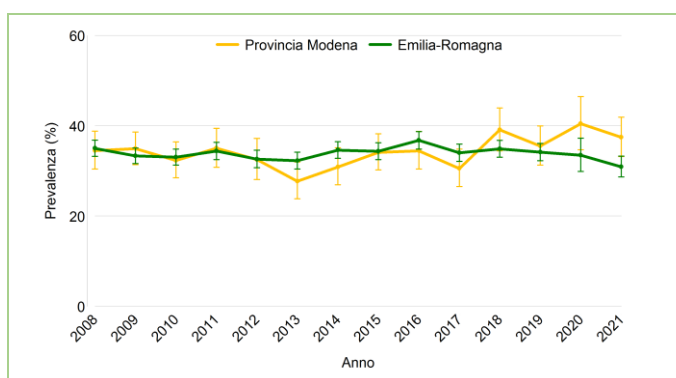
Ponendo l'attenzione sui 18-69enni affetti da almeno una patologia cronica, in provincia di Modena la metà (51%) ha ricevuto il consiglio da parte di un sanitario di praticare regolare attività fisica, pari ad una stima di oltre 50 mila persone; questo dato è sovrapponibile a quello regionale (48%).

La prevalenza di adulti affetti da almeno una patologia che ha ricevuto il consiglio è statisticamente più elevata rispetto alla quota di chi l'ha ricevuto e non è affetto da alcuna patologia, sia a livello provinciale (51% vs 34%) che regionale (48% vs 29%).

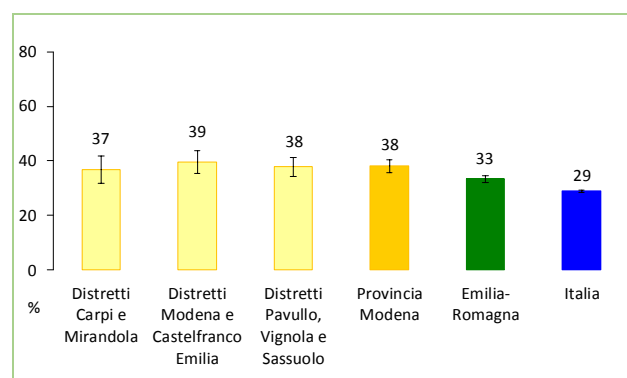


Personae affette da patologia cronica che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare (%) - PASSI 2018-2021

In provincia di Modena il consiglio sanitario di praticare attività regolare appare in lieve aumento nell'ultimo quadriennio, mentre a livello regionale, risulta in lieve calo a partire dal 2016.



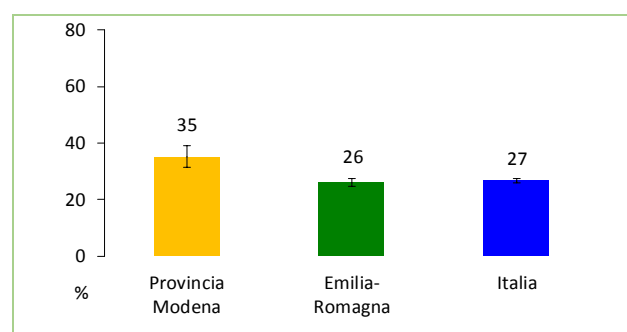
Personae che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare (%) - PASSI 2008-2021



Personae che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare (%) - PASSI 2018-2021

### Personae ultra 69enni

Gli operatori sanitari mostrano un interesse insufficiente rispetto alla pratica dell'attività fisica anche nei confronti dei loro assistiti ultra 69enni: in provincia di Modena solo il 35% ha ricevuto il consiglio nell'ultimo anno di fare attività fisica, percentuale significativamente maggiore di quella regionale (26%) e nazionale (27%).



Personae ultra 69enni che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare (%) - PASSI d'Argento 2018-2021

### Che cos'è il sistema di sorveglianza PASSI?

È un sistema di monitoraggio della salute della popolazione adulta (PASSI, Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia). Stima la frequenza e l'evoluzione dei fattori di rischio per la salute legati ai comportamenti individuali e la diffusione delle misure di prevenzione. Tutte le 21 Regioni o Province Autonome partecipano al progetto. Un campione di residenti di 18-69 anni viene estratto casualmente dagli elenchi delle anagrafi sanitarie. Personale delle Ausl, specificamente formato, effettua interviste telefoniche con un questionario standardizzato. I dati vengono registrati in forma anonima in un unico archivio nazionale. Nel quadriennio 2018-2021 in provincia di Modena sono state realizzate circa 1.800 interviste (in Emilia-Romagna oltre 9.000 e circa 100 mila a livello nazionale). Per maggiori informazioni, visita il sito [www.ausl.mo.it/dsp/passi](http://www.ausl.mo.it/dsp/passi).

A cura del Gruppo di lavoro PASSI Modena: Giuliano Carrozzini, Letizia Sampaolo, Angela Grieco. Intervistatori: Vincenzo Amendola, Claudia Baccolini, Giovanna Barbieri, Vittorina Biolchini, Lara Bolognesi, Karin Bonora, Luciana Borella, Graziella Bruzzi, Luca Cerasti, Claudia Cirilli, Letizia Colombo, Moreno Donnini, Santina Ferrara, Sonia Fontana, Alessandra Gherardi, Valentina Giunchi, Angela Grieco, Claudia Iacconi, Roberta Lusuardi, Giulia Quattrini, Floriana Pinto, Elisabetta Rocchi, Roberto Roveta, Letizia Sampaolo, Alessandra Schiavi, Katia Valla, Maria Teresa Zuccarini.