



ATTIVITA' FISICA

L'attività fisica in provincia di Modena

I dati del sistema di sorveglianza PASSI (anni 2021-2022)

Livello di attività fisica praticato

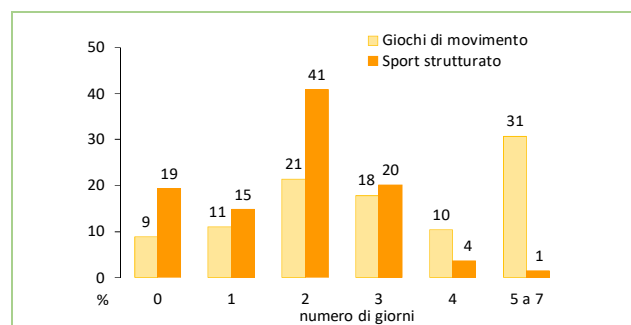
Bambini (8-9 anni). Secondo i dati OKkio alla Salute 2019¹ in provincia di Modena il 17% dei bambini di 8-9 anni è definibile come non attivo in quanto il giorno precedente la rilevazione non ha svolto attività motoria a scuola, attività sportiva strutturata e non ha giocato all'aperto nel pomeriggio. 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 2022² si stima che in Emilia-Romagna circa l'8% 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 (53%) la pratica per 2-4 giorni alla settimana. In particolare oltre un terzo (39%) dei ragazzi ha riferito di svolgere attività fisica intensa due o tre volte alla settimana. L'indagine HBSC indica che l'attività fisica viene condotta prevalentemente durante le ore scolastiche o le attività sportive organizzate.

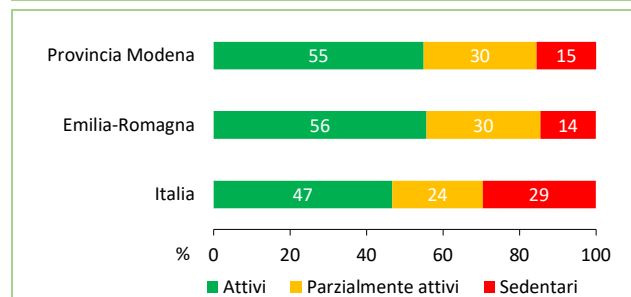
Adulti (18-69 anni). Dalla sorveglianza PASSI emerge che in provincia di Modena, nel biennio 2021-2022, il 55% degli adulti 18-69enni ha uno stile di vita attivo, poiché pratica nel tempo libero attività fisica ai livelli raccomandati dall'OMS nel 2020³ (51%) oppure svolge un'attività lavorativa pesante dal punto di vista fisico (8%); questa stima corrisponde a quasi 257 mila persone con 18-69 anni. La percentuale di attivi è in linea con quella regionale (56%) ma superiore a quella nazionale (47%).

Il 30%, invece, si può considerare parzialmente attivo (corrispondente a circa 139 mila), poiché pratica nel tempo libero attività fisica ma a livelli inferiori rispetto a quelli raccomandati dall'OMS oppure svolge un lavoro che comporta uno sforzo fisico moderato. Circa un sesto è completamente sedentario (15%), pari a circa 72 mila persone nella fascia 18-69 anni. Questo valore è sovrapponibile a quello regionale (14%) e significativamente inferiore a quello nazionale (29%).

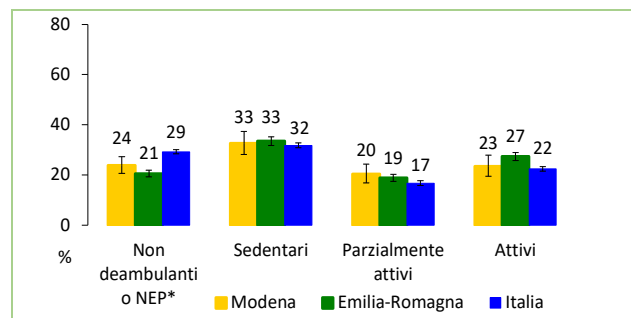
Persone ultra 69enni. I dati Passi d'Argento⁴ mostrano che in provincia di Modena nel 2020-2022 il 23% degli ultra 69enni risulta fisicamente attivo secondo le raccomandazioni dell'OMS 2020³, il 20% è parzialmente attivo e il 33% sedentario; il restante 24% ha difficoltà a deambulare o non è eleggibile al PASE⁵. La percentuale di coloro che risultano essere attivi o parzialmente attivi è sovrapponibile a quella regionale (rispettivamente 27% e 19%) e a quella nazionale (rispettivamente 22% e 17%).



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 2021-2022



Livello di attività fisica praticato nelle persone ultra 69enni (%) - PASSI d'Argento 2020-2022

(*) NEP: persone ultra 64enni non eleggibili al PASE score, cioè in grado di deambulare ma che non hanno sostenuto direttamente l'intervista (intervento del proxy)

Note. 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 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

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 consultare il sito: www.epicentro.iss.it/passi-argento/dati/attivita.asp

Attivi fisicamente (18-69 anni)

Secondo i dati PASSI 2021-2022, 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 conferma l'associazione con la classe d'età 18-24 anni, il genere maschile e l'assenza di difficoltà economiche.

A livello territoriale la quota di attivi non mostra differenze significative tra le aree sovradistrettuali e tra le zone geografiche omogenee (55% sia nei comuni di montagna sia in quelli di pianura/collina sia nel comune capoluogo).

Gli adulti che hanno riferito di condurre un'attività lavorativa sedentaria e di non praticare attività fisica nel tempo libero costituiscono il 15% della popolazione modenese intervistata. 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 nel quadriennio 2019-2022 un quinto (21%) delle persone con almeno una patologia cronica risulta completamente sedentario, pari ad una stima di circa 20 mila persone; la percentuale sale al 32% se consideriamo gli ultra 69enni. La prevalenza di sedentari tra gli adulti 18-69enni con almeno una patologia è in linea con quella regionale (19%).

A livello provinciale la quota di adulti sedentari è significativamente maggiore tra chi ha riportato almeno una patologia cronica (21%) rispetto a chi non ne ha riferita nemmeno una (14%); non appaiono invece differenze significative nella prevalenza di attivi e parzialmente attivi.

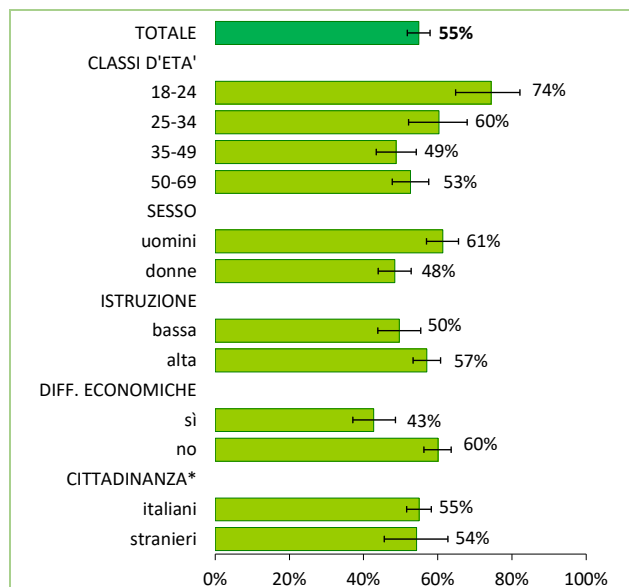
L'analisi dei dati annuali per il periodo 2008-2022 mostra come in provincia di Modena la quota di adulti fisicamente attivi mostra un lieve calo fino al 2019; nel triennio 2020-2022 mostra un leggero incremento (52% nel 2020, 57% nel 2021 e 53% nel 2022).

L'analisi per i sottogruppi di popolazione è stata condotta utilizzando i dati regionali per motivi di numerosità campionaria.

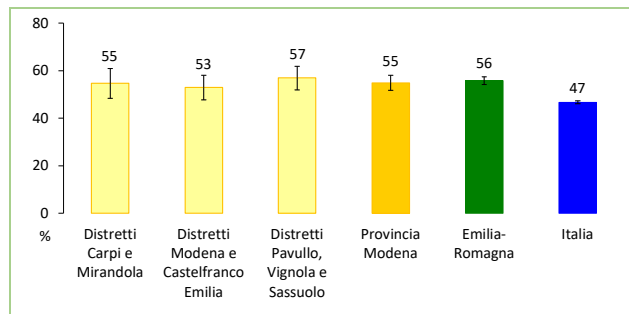
Scomponendo per genere e classe d'età, in Emilia-Romagna la percentuale di attivi risulta pressoché stabile tra gli uomini e in lieve decremento nelle donne nel periodo 2014-2020 con una successiva ripresa nel 2021-2022; tra i 18-34enni nel 2020-2022 si registra un lieve calo.

Analizzando i dati per i fattori socio-economici, si evidenzia una diminuzione nel periodo 2008-2021 tra le persone a basso livello di istruzione e tra quelle con difficoltà economiche.

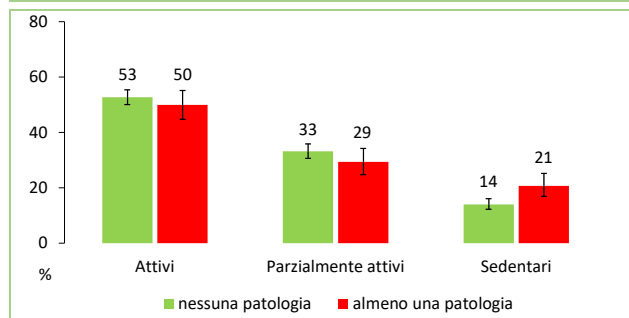
Nel 2020 la percentuale di attivi decresce anche tra chi ha alta istruzione ed il calo più evidente è tra chi ha riferito difficoltà economiche. Nel 2022 si assiste ad un incremento più marcato nelle persone con bassa istruzione o in quelle con difficoltà economiche.



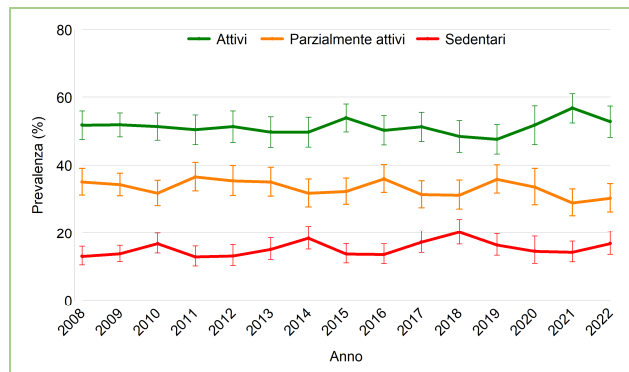
Attivi fisicamente (%) - PASSI 2021-2022 (provincia di Modena)
 (*) Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PPFM)



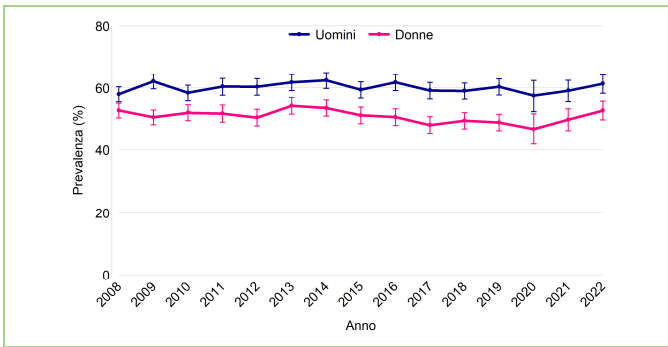
Attivi fisicamente (%) - PASSI 2021-2022



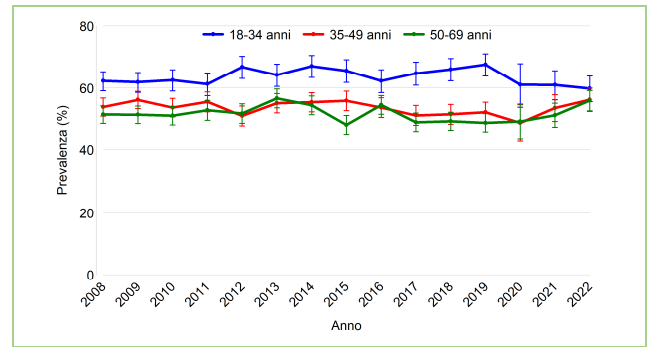
Categorie di attività fisica tra le persone affette da almeno una patologia cronica (%) - PASSI 2019-2022 (Provincia di Modena)



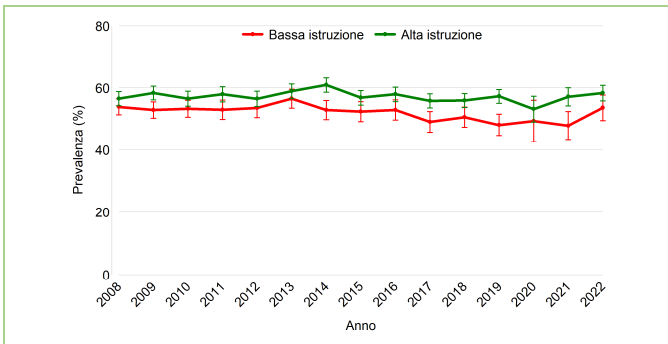
Categorie di attività (%) - PASSI 2008-2022 (Provincia di Modena)



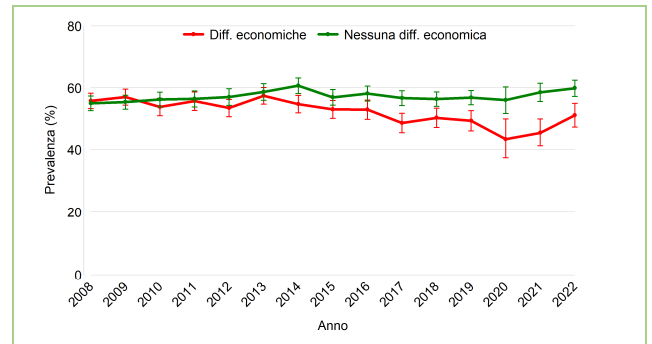
Attivi fisicamente per genere (%) - PASSI 2008-2022 (Emilia-Romagna)



Attivi fisicamente per classe d'età (%) - PASSI 2008-2022 (Emilia-Romagna)



Attivi fisicamente per livello d'istruzione (%) - PASSI 2008-2022 (Emilia-Romagna)



Attivi fisicamente per difficoltà economiche (%) - PASSI 2008-2022 (Emilia-Romagna)

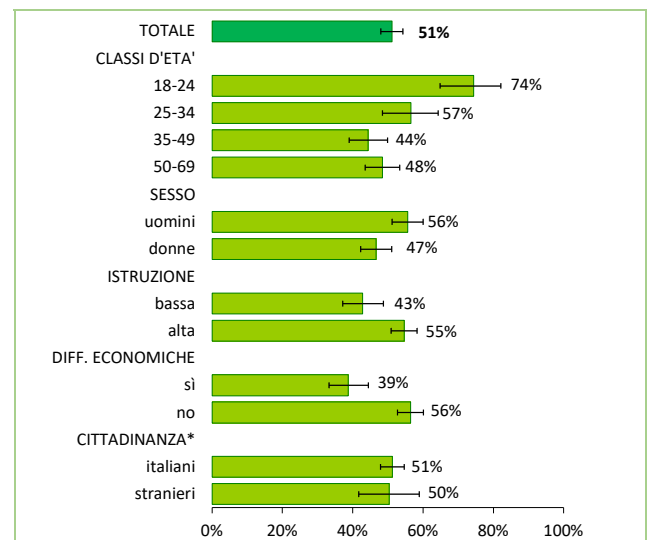
L'attività fisica nel tempo libero

In provincia di Modena il 51% delle persone con 18-69 anni è attivo nel tempo libero⁶: il 31% pratica livelli elevati e il 20% livelli più moderati. Il 23% è invece parzialmente attivo, in quanto pratica qualche attività nel tempo libero ma senza raggiungere la soglia settimanale raccomandata dall'OMS; il 26% 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 vicino al valore regionale (52%) ma superiore a quello nazionale (42%).

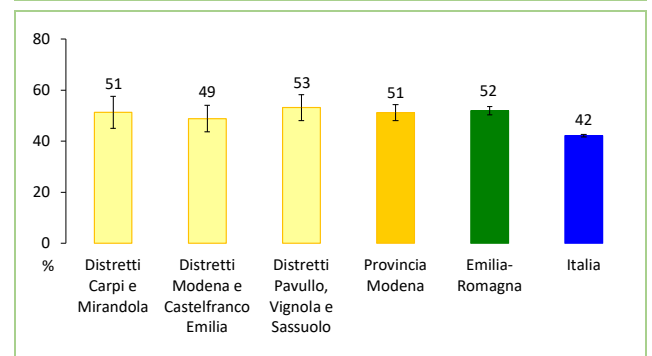
In provincia di Modena la prevalenza di attivi nel tempo libero risulta maggiore tra i più giovani, gli uomini, le persone con alta istruzione e quelle senza difficoltà economiche. Analizzando tutte assieme le variabili considerate in un modello di regressione di Poisson per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro, si confermano tutte le associazioni evidenziate.

A livello territoriale la quota di persone attive nel tempo libero non mostra differenze significative tra le aree sovradistrettuali e le zone geografiche omogenee.



Attività fisica praticata nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS⁶ (%) - PASSI 2021-2022 (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)

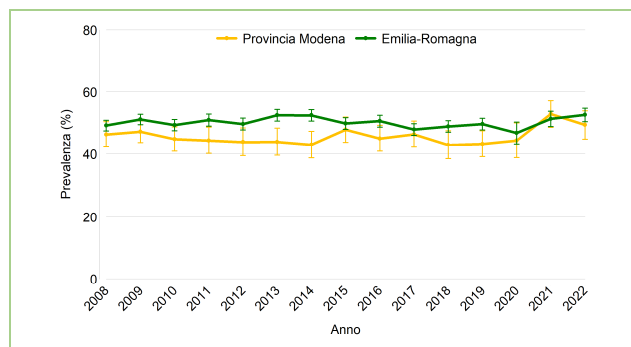


Attività fisica praticata nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS⁶ (%) - PASSI 2021-2022

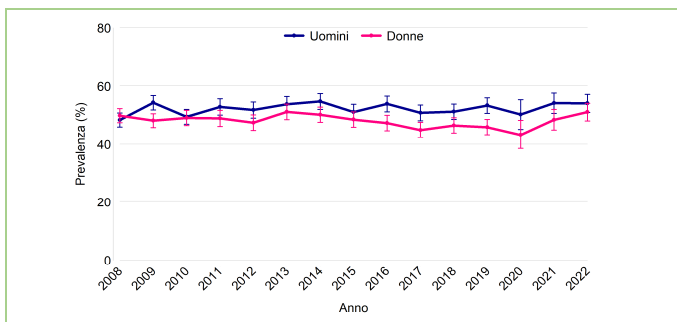
Nota. ⁶ L'OMS nel 2020 ha definito per ogni fascia di popolazione l'attività fisica che dovrebbe essere fatta nel tempo libero per trarre benefici di salute, aumentare il benessere psicologico e svolgere un ruolo di prevenzione delle malattie cronicodegenerative. Per le persone adulte con 18-64 anni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

Dall'analisi dei dati annuali per il periodo 2008-2022, la percentuale provinciale di 18-69enni attivi nel tempo libero mostra un aumento nel 2021 (53%) e nel 2022 (52%) rispetto agli anni precedenti. In Emilia-Romagna la prevalenza di chi pratica attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati è in lieve calo fino al 2020; nel 2021-2022 torna a livelli superiori rispetto a quelli pre-pandemici.

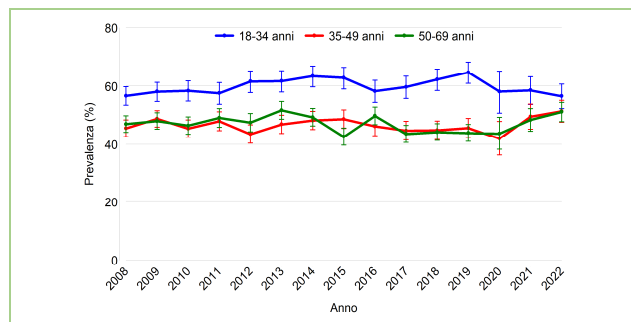
L'analisi regionale per sottogruppi di popolazione mostra nel periodo 2008-2022 un decremento in Emilia-Romagna tra il genere femminile fino al 2020; nel 2021 la prevalenza risulta maggiore rispetto a quella registrata prima della pandemia, con un ulteriore aumento nel 2022. Lo stesso andamento si registra dopo i 34 anni, tra le persone con difficoltà economiche e quelle con bassa istruzione.



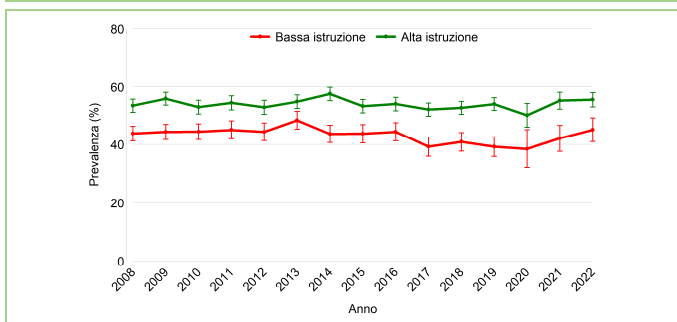
Attivi nel tempo libero secondo i livelli raccomandati dall'OMS (%) - PASSI 2008-2022



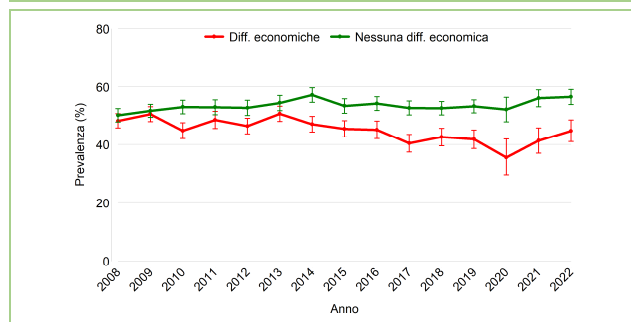
Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per genere (%) - PASSI 2008-2022 (Emilia-Romagna)



Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per classe d'età (%) - PASSI 2008-2022 (Emilia-Romagna)



Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per livello d'istruzione (%) - PASSI 2008-2022 (Emilia-Romagna)



Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per difficoltà economiche (%) - PASSI 2008-2022 (Emilia-Romagna)

L'atteggiamento degli operatori sanitari

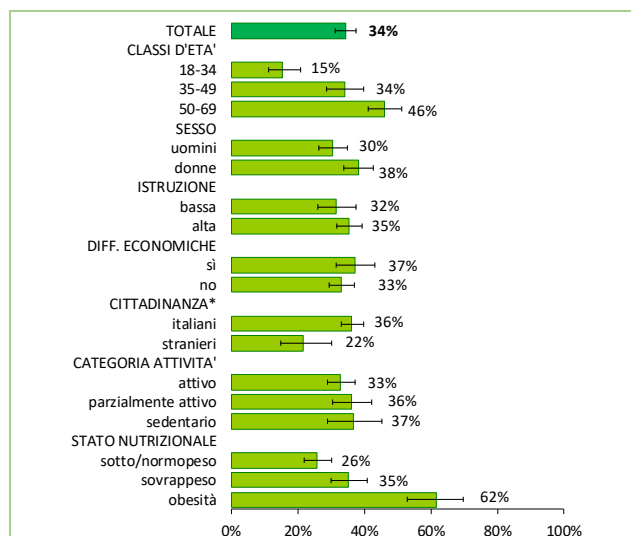
Adulti (18-69 anni)

In provincia di Modena circa un terzo delle persone intervistate (34%) 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 (32%) 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 alta istruzione e quelle 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 con obesità e quelle affette da almeno una patologia cronica.

Il modello di regressione di Poisson conferma le associazioni con la fascia d'età 35-69 anni, il genere femminile, la bassa istruzione, la cittadinanza italiana, l'eccesso ponderale e la presenza di patologie croniche.



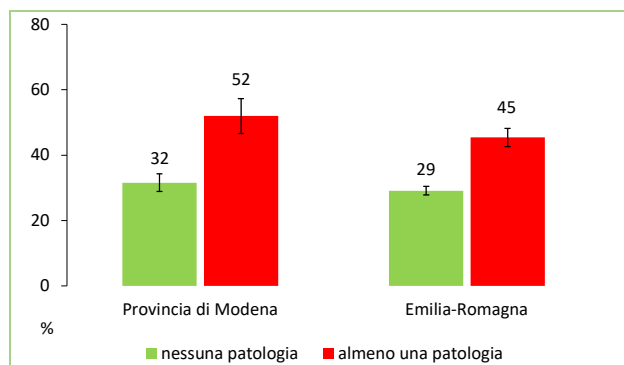
Persone che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare* (%) - PASSI 2021-2022 (provincia di Modena)

(* La prevalenza è fatta sulle persone che hanno riferito di aver 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)

Ponendo l'attenzione sui 18-69enni affetti da almeno una patologia cronica, in provincia di Modena nel quadriennio 2019-2022 la metà (52%) ha ricevuto il consiglio da parte di un sanitario di praticare regolare attività fisica, pari ad una stima di oltre 51 mila persone; questo dato è superiore a quello regionale (45%).

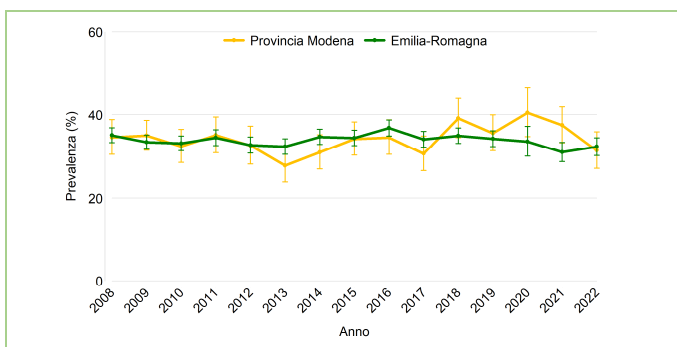
La prevalenza di adulti affetti da almeno una patologia che ha ricevuto il consiglio è statisticamente più elevata rispetto alla quota di chi l'ha ricevuto e non è affetto da alcuna patologia, sia a livello provinciale (52% vs 32%) che regionale (45% vs 29%).



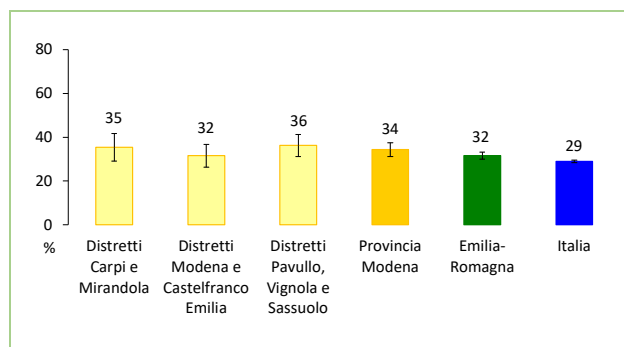
Personae affette da patologia cronica che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare (%) - PASSI 2019-2022

A livello territoriale la prevalenza di persone che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica nell'ultimo anno non mostra particolari differenze tra le aree sovradistrettuali; risulta, invece, leggermente superiore nei comuni di pianura/collina (36%) rispetto a quelli di montagna (30%) e al capoluogo di provincia (32%).

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



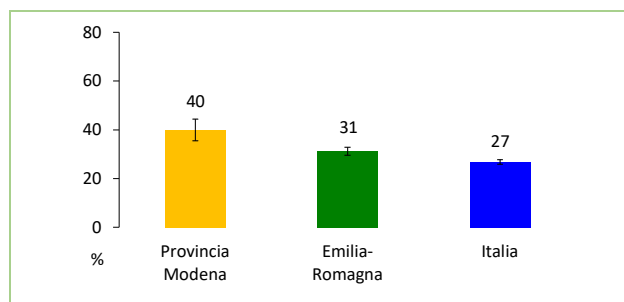
Personae che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare (%) - PASSI 2008-2022



Personae che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare (%) - PASSI 2021-2022

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 nel triennio 2020-2022 solo il 40% ha ricevuto il consiglio nell'ultimo anno di fare attività fisica, percentuale significativamente maggiore di quella regionale (31%) e nazionale (27%).



Personae ultra 69enni che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare (%) - PASSI d'Argento 2020-2022

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. Un campione di residenti di 18-69 anni viene estratto casualmente dagli elenchi delle anagrafi sanitarie. Personale, specificamente formato dalle Ausl, effettua interviste telefoniche con un questionario standardizzato. I dati vengono registrati in forma anonima in un unico archivio nazionale. Nel biennio 2021-2022 in provincia di Modena sono state realizzate oltre 960 interviste (in Emilia-Romagna oltre 4.100 e a livello nazionale più di 50 mila e 800). Per maggiori informazioni, visita il sito www.ausl.mo.it/dsp/passi.

A cura del Gruppo di lavoro PASSI Modena: Giuliano Carrozzì, Letizia Sampaolo, Antonio Brusini. Intervistatori: Giovanna Barbieri, Karin Bonora, Donata Bozzia, Cristina Callegari, Daniela Cavatorta, Claudia Cirilli, Moreno Donnini, Sonia Fontana, Valentina Giunchi, Angela Grieco, Roberta Lusuardi, Eleonora Masciocco, Floriana Pinto, Giulia Quattrini, Laura Rasia, Letizia Sampaolo, Alessandra Schiavi, Katia Valla.