

L'attività fisica nell'AUSL di Bologna: dati del sistema di sorveglianza PASSI (Anni 2008-2011)

L'attività fisica

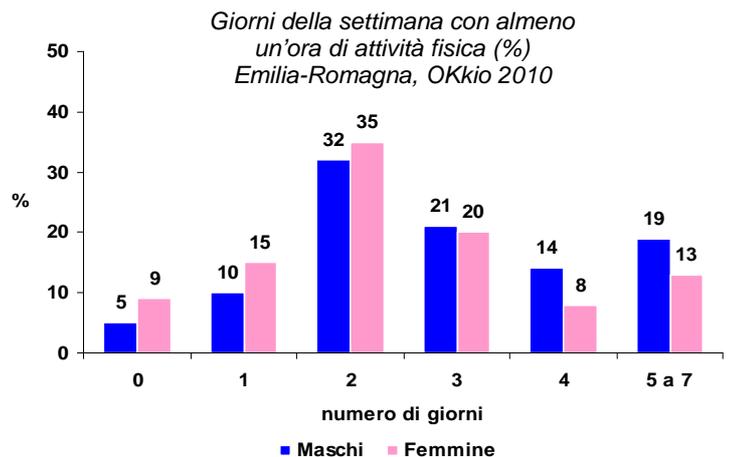
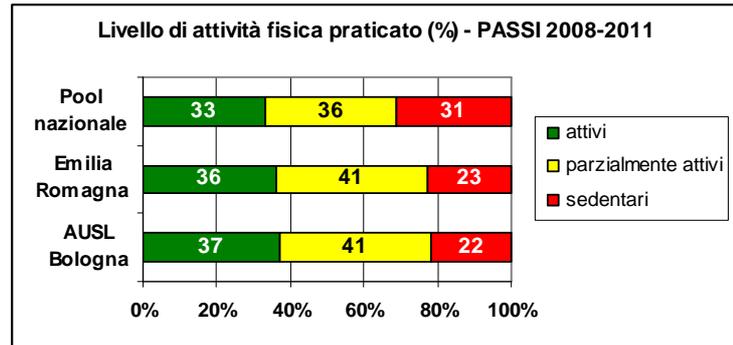
Nell'AUSL di Bologna si stima che più di un terzo degli adulti 18-69enni abbia uno **stile di vita attivo** (37%) in quanto pratica attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati¹ oppure svolge un'attività lavorativa pesante dal punto di vista fisico; questa stima corrisponde a circa 213.000 di persone tra 18-69 anni. La percentuale di attivi è superiore a quella del pool nazionale di ASL partecipanti a PASSI (33%) e in linea con il dato regionale (36%).

Una quota rilevante di adulti (41%) pratica attività fisica a livelli inferiori di quelli raccomandati e si può considerare **parzialmente attiva** (corrispondenti a una stima di circa 236.000 persone).

Circa un quinto è completamente **sedentario** (22%), valore anch'esso inferiore rispetto a quello del pool nazionale (31%) e in linea con il dato regionale (23%).

Secondo i dati OKkio 2010² i genitori dei bambini di 8-9 anni partecipanti all'indagine hanno riferito che, in una settimana tipo, solo il 19% dei maschi e il 13% delle femmine giocano all'aperto o fanno sport strutturato, come raccomandato, per almeno un'ora al giorno da 5 a 7 giorni.

Secondo l'indagine HBSC 2009-2010³ circa due terzi dei ragazzi tra 11-15 anni fa almeno un'ora di attività fisica moderata o intensa per due-quattro giorni alla settimana. Solo il 6-7% la svolge ogni giorno per almeno 60 minuti, come indicato dalle linee guida internazionali.



La consapevolezza

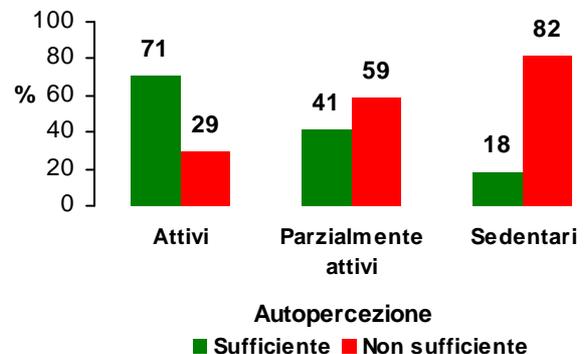
La percezione che le persone hanno del proprio livello di attività fisica è importante in quanto condiziona eventuali cambiamenti verso uno stile di vita più attivo, ma spesso non corrisponde al livello effettivamente praticato.

Infatti, mentre tra le persone attive, il 29% ha giudicato la propria attività fisica non sufficiente, il 41% delle persone parzialmente attive ed il 18% dei sedentari ha percepito il proprio livello di attività fisica come sufficiente.

L'atteggiamento degli operatori sanitari

Solo poco più di un terzo circa delle persone intervistate (38%) ha dichiarato che un medico o un altro operatore sanitario si è informato sul loro livello di attività fisica praticata.

Inoltre solo il 39% riferisce di aver ricevuto il consiglio di praticare attività fisica regolarmente.



1. Attività fisica nel tempo libero raccomandata per adulti: 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

2. Okkio è un'indagine che monitora lo stato ponderale, le abitudini alimentari e l'attività fisica dei bambini di III elementare

3. 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. In Emilia-Romagna è stata condotta nel 2010 e ha coinvolto 3.619 ragazzi di 214 classi.

Sedentari (18-69 anni)

Nell'AUSL di Bologna il 22% delle persone intervistate è completamente sedentario.

La sedentarietà è maggiore:

- all'aumentare dell'età (soprattutto oltre i 35 anni)
- tra le donne (24%)
- tra le persone con un basso livello d'istruzione (25%).

I Distretti con la percentuale più elevata di persone sedentarie sono quelli di Porretta Terme e San Lazzaro di Savena (25%), mentre Pianura Ovest presenta i livelli più bassi (17%).

Sedentari *
Prevalenze per Regione di residenza – Passi 2008-2011
Pool di Asl: 30,1% (IC95%: 29,8-30,4%)



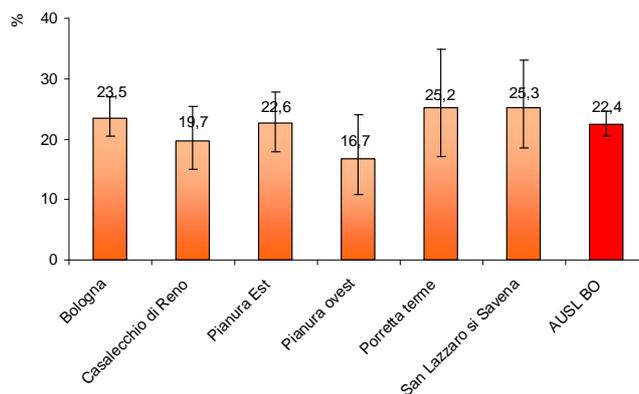
Sedentari

AUSL Bologna - PASSI 2008 - 2011 (n=1640)

Caratteristiche	% (IC95%)	
Totale	22,4	20,5-24,6
Classi di età		
18-34	14,9	11,7-18,8
35-49	23,1	19,8-26,7
50-69	26,8	23,4-30,5
Sesso		
uomini	20,4	17,7-23,4
donne	24,4	21,6-27,5
Istruzione*		
bassa	25,4	22,0-29,1
alta	20,7	18,3-23,4
Difficoltà economiche		
sì	21,9	19,1-25,5
no	23,1	20,3-26,2

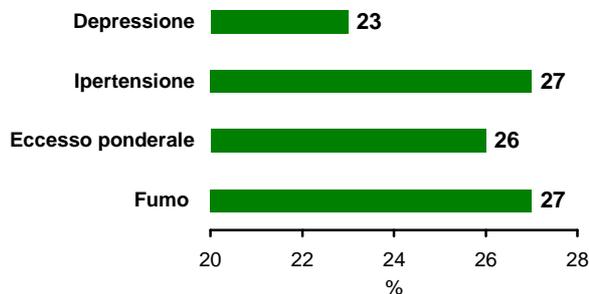
* istruzione bassa: nessuna/elementare/media inferiore; istruzione alta: media superiore/laurea

% sedentari per distretto
PASSI 2008 - 2011



Sedentarietà e presenza di altri fattori di rischio

Lo stile di vita sedentario si associa spesso ad altre condizioni di rischio; in particolare è risultato essere sedentario il 23% delle persone depresse, il 27% degli ipertesi, il 26% delle persone in eccesso ponderale e il 27% dei fumatori.



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 (almeno 25 al mese per ogni AUSL) con un questionario standardizzato. I dati vengono registrati in forma anonima in un unico archivio nazionale. Nel quadriennio 2008-2011 in Emilia-Romagna sono state realizzate oltre 14 mila interviste (oltre 150 mila nel pool PASSI nazionale). Per maggiori informazioni, visita il sito www.epicentro.iss.it/passi.

a cura del gruppo di lavoro PASSI AUSL di Bologna (Paolo Pandolfi, Vincenza Perlangeli, Natalina Collina, Simona Nascetti, Corrado Zenesini, Sara De Lisio, Giovanni Blundo, Monica Alberghini, Gloria Belletti, Alessandra Calzolari, Anna Rita Capasso, Federica Castellazzi, Marsilia Di Marco, Giusi Ferrara, Donata Giugni, Giorgio Morselli, Marisa Padovan, Maria Spano,)