



ATTIVITA' FISICA

L'attività fisica nell'Ausl di Bologna

I dati del sistema di sorveglianza PASSI (anni 2013-2016)

Livello di attività fisica praticato

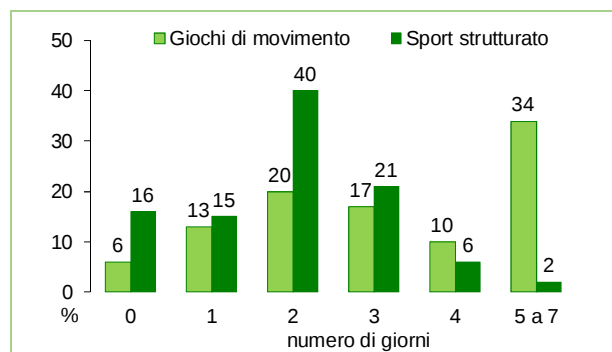
Bambini (8-9 anni). Secondo i dati OKkio alla Salute 2016¹ in Emilia-Romagna il 13% dei bambini di 8-9 anni è definito come non attivo in quanto il giorno precedente la rilevazione non ha svolto attività motoria a scuola, attività sportiva strutturata e non ha giocato all'aperto. Circa un terzo (34%) ha fatto giochi di movimento per almeno un'ora da 5 a 7 giorni alla settimana (35% nei bambini e 32% nelle bambine) e solo il 2% pratica uno sport strutturato per 5 giorni o più (2,5% nei bambini e 2,1% nelle bambine).

Ragazzi (11-15 anni). Sulla base dell'indagine HBSC 2014² si stima che in Emilia-Romagna circa l'11% dei ragazzi di 11-15 anni svolga attività fisica ogni giorno per almeno 60 minuti, come raccomandato dalle linee guida internazionali; poco più della metà (53%) dei ragazzi la pratica per 2-4 giorni alla settimana. In particolare oltre un terzo (37%) 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.

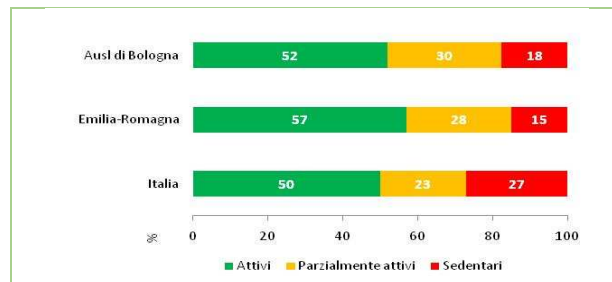
Adulti (18-69 anni). Dalla sorveglianza PASSI emerge che nell'Ausl di Bologna la metà degli adulti 18-69enni ha uno stile di vita attivo (52%) in quanto pratica nel tempo libero attività fisica ai livelli raccomandati dall'OMS³ (27%) oppure svolge un'attività lavorativa pesante dal punto di vista fisico (9%); questa stima corrisponde a circa 300 mila persone con 18-69 anni. La percentuale di attivi è inferiore a quella regionale (57%) e simile a quella nazionale (50%).

Il 30% di adulti, invece, si può considerare parzialmente attivo (corrispondente a circa 177 mila persone), poiché pratica nel tempo libero attività fisica ma a livelli inferiori di quelli raccomandati dall'OMS oppure svolge un lavoro che comporta uno sforzo fisico moderato. Il 18% è completamente sedentario, pari a circa 102 mila persone nella fascia 18-69 anni; questo valore è poco più alto di quello nazionale (15%) e significativamente inferiore rispetto a quello nazionale (27%).

Persone ultra 64enni. Per indagare l'attività fisica la sorveglianza PASSI d'Argento⁴ adotta il PASE (Physical Activity Scale for the Elderly)⁵, un sistema validato a livello internazionale per valutare il livello di attività fisica della popolazione ultra 64enne: in rapporto alla frequenza settimanale e all'intensità con cui le varie attività vengono svolte, si calcola un punteggio (PASE score), più alto nelle persone attive. Dall'analisi del valore medio standardizzato del PASE score si nota un gradiente Nord-Sud; l'Emilia-Romagna con 103 mostra un valore statisticamente superiore a quello



Giorni della settimana con almeno un'ora di attività fisica (%) – OKkio alla Salute 2016 (Emilia-Romagna)



Livello di attività fisica praticato (%) - PASSI 2013-2016

nazionale di 94. Tra gli indicatori del Piano nazionale della prevenzione (PNP) 2014-2018, predisposti per valutare il raggiungimento di alcuni obiettivi di salute e qualità della vita, rientra quello relativo alla percentuale di ultra 64enni attivi; questo indicatore definisce come attivi gli ultra 64enni con un PASE score superiore al 40° percentile della distribuzione nazionale. Secondo i dati PASSI d'Argento 2012-13 in Emilia-Romagna il 65% della popolazione ultra 64enne risulta essere attiva.

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 agli adulti (18-64 anni): attività aerobica moderata di almeno 150 minuti oppure intensa di almeno 75 minuti alla settimana; le attività moderate e intense possono essere combinate ed entrambe devono durare almeno 10 minuti

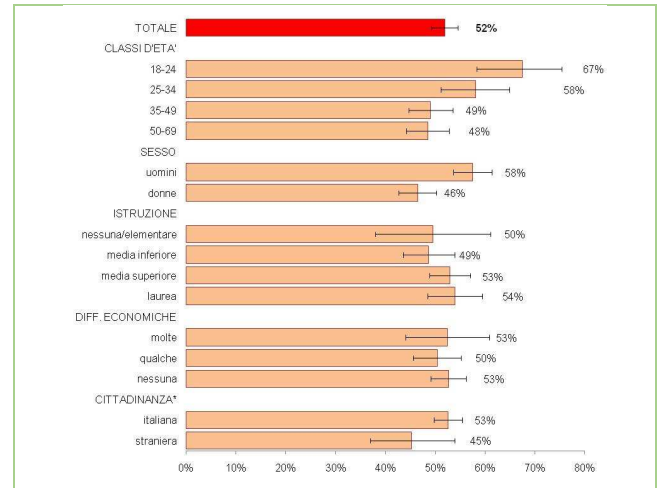
⁴ PASSI d'Argento è un'indagine su stili di vita e fattori di rischio nella popolazione ultra 64enne

⁵ Per maggiori informazioni sul PASE: www.epicentro.iss.it/passi-argento/dati/attivita.asp

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 nell'Ausl di Bologna è più alta nei 18-24enni, tra gli uomini, le persone con titolo di studio medio-alto e quelle con cittadinanza italiana. Analizzando tutte assieme le variabili considerate in un modello di regressione di Poisson per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro, l'attività fisica si conferma maggiore tra i più giovani e gli uomini.

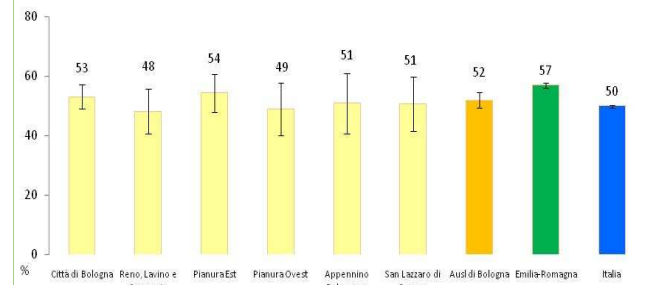
A livello distrettuale, la quota di attivi è più bassa nei distretti Reno, Lavino e Samoggia (48%) e Pianura Ovest (49%) e risulta più elevata nel comune capoluogo (53%) e nei comuni di pianura/collina (52%) rispetto a quelli di montagna (48%).

L'analisi delle serie storiche mostra come in Emilia-Romagna la percentuale di persone attive sia pressoché costante nel periodo 2008-2016. Scomponendo la serie per genere, appare un aumento negli uomini (statisticamente significativo) e un lieve decremento nelle donne (non statisticamente significativo); considerando la classe d'età, la prevalenza di attivi mostra un modesto incremento tra i 18-34enni (non statisticamente significativo), è stabile tra i 35-49enni e risulta in aumento tra i 50-69enni fino a metà 2013 per poi ridursi successivamente, in modo però non statisticamente significativo. Analizzando la percentuale di attivi per i fattori socio-economici, non si evidenziano gradienti significativi per livello di istruzione e risulta un lieve calo tra le persone con difficoltà economiche (non statisticamente significativo) e un aumento tra quelle senza difficoltà (statisticamente significativo).

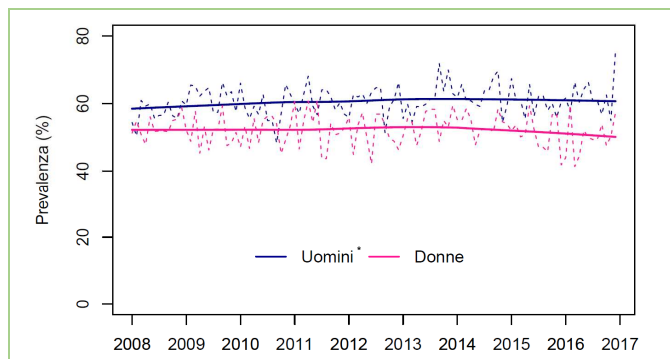


Attivi fisicamente (%) - PASSI 2013-2016 (Ausl di Bologna)

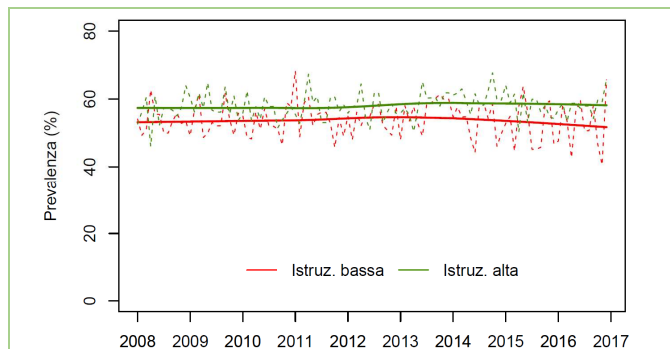
(*) Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PPFM)



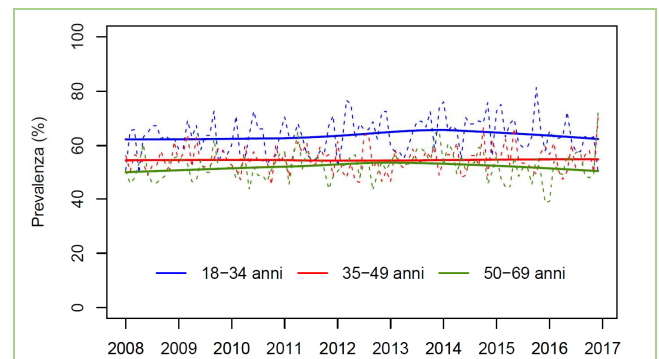
Attivi fisicamente (%) - PASSI 2013-2016



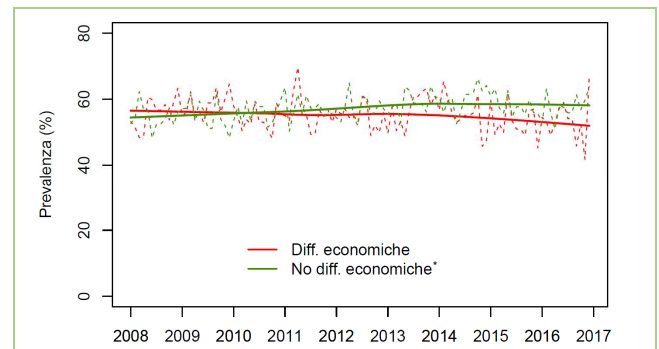
Attivi fisicamente per genere (%) - PASSI 2008-2016 (Emilia-Romagna)
(*) p-value < 0,05



Attivi fisicamente per livello d'istruzione (%) - PASSI 2008-2016 (Emilia-Romagna)



Attivi fisicamente per classe d'età (%) - PASSI 2008-2016 (Emilia-Romagna)



Attivi fisicamente per difficoltà economiche (%) - PASSI 2008-2016 (Emilia-Romagna) (*) p-value < 0,05

L'attività fisica nel tempo libero. Nell'Ausl di Bologna il 47% delle persone con 18-69 anni è risultato attivo nel tempo libero: il 29% pratica livelli più elevati e il 18% livelli più moderati⁶. Il 26% è invece parzialmente attivo, praticando qualche attività nel tempo libero senza raggiungere la soglia settimanale raccomandata dall'OMS e il 26% non svolge nessuna attività fuori dal lavoro.

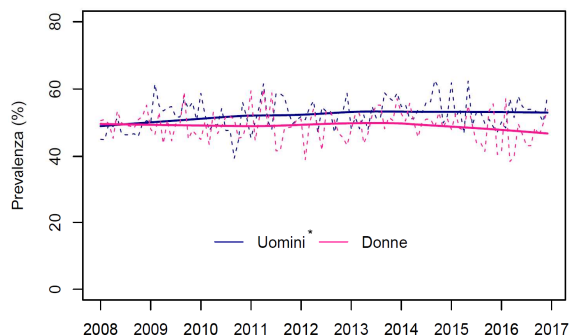
La percentuale di persone nel territorio aziendale che praticano attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS appare statisticamente inferiore a quella regionale (51%) e simile a quella nazionale (45%).

Nell'Ausl di Bologna 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 le associazioni evidenziate ad eccezione delle difficoltà economiche.

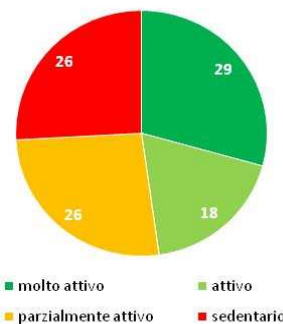
A livello distrettuale, la quota di persone attive nel tempo libero è più bassa nel distretto Pianura Ovest (40%) e più alta nel capoluogo (49%) e nei comuni di pianura/collina (48%) rispetto a quelli di montagna (44%).

Dall'analisi delle serie storiche regionali la percentuale complessiva di 18-69enni che svolgono attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS appare pressoché stabile nel periodo 2008-2016. Scomponendo per genere e classe d'età, si registra un aumento, significativo anche sul piano statistico, tra gli uomini e un lieve incremento nei 18-34enni, che sembra arrestarsi negli ultimi anni; tra le donne e tra i 35-69 anni non si registrano evidenti gradienti. Considerando le variabili socio-economiche, appare un aumento, significativo anche sul piano statistico, tra le persone senza difficoltà economiche; non si evidenziano particolari andamenti per livello di istruzione.

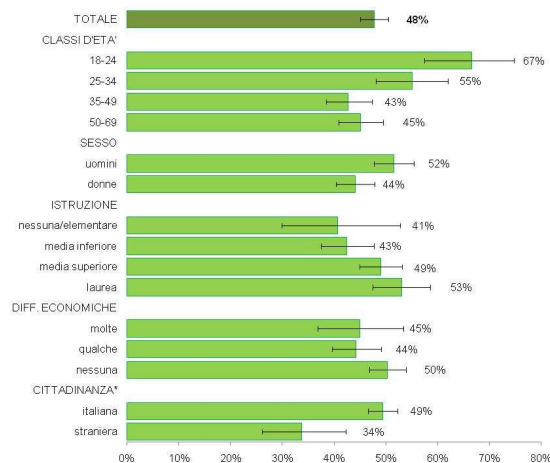
Nota. ⁶ L'OMS ha definito per ogni fascia di popolazione l'attività fisica che dovrebbe essere fatta nel tempo libero per trarre benefici di salute, aumentare il benessere psicologico e svolgere un ruolo di prevenzione delle malattie cronic-degenerative. Per le persone adulte con 18-64 anni raccomanda 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 ed entrambe dovrebbero durare almeno 10 minuti. 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 nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per genere (%) - PASSI 2008-2016 (Emilia-Romagna) (*) p-value<0,05

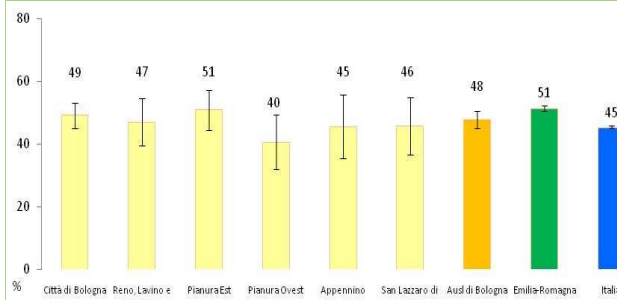


Attività fisica praticata nel tempo libero (%) - PASSI 2013-2016 (Ausl di Bologna)

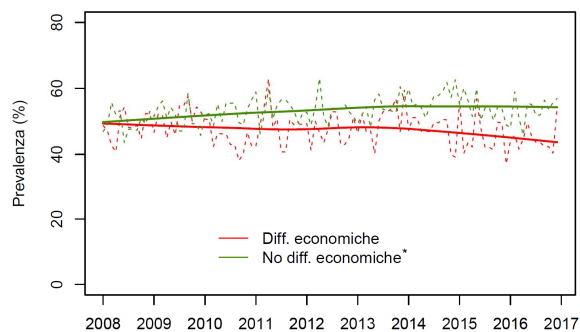


Attività fisica praticata nel tempo libero (%) - PASSI 2013-2016 (Ausl di Bologna)

(*) 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 (%) - PASSI 2008-2016



Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati dall'OMS per difficoltà economiche (%) - PASSI 2008-2016 (Emilia-Romagna) (*) p-value<0,05

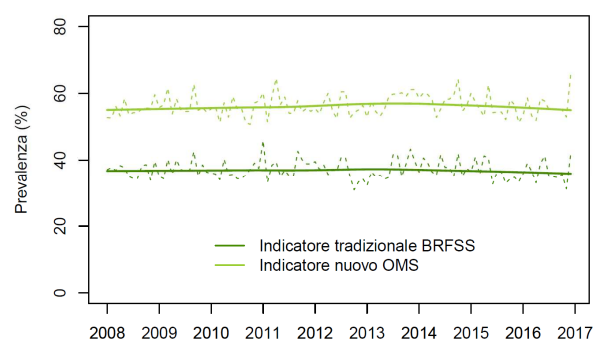
Un diverso modo per misurare il livello di attività fisica

L'indicatore fin qui mostrato è stato adottato da PASSI nel 2015 per meglio adattarsi alle raccomandazioni dell'OMS sull'attività fisica nel tempo libero.

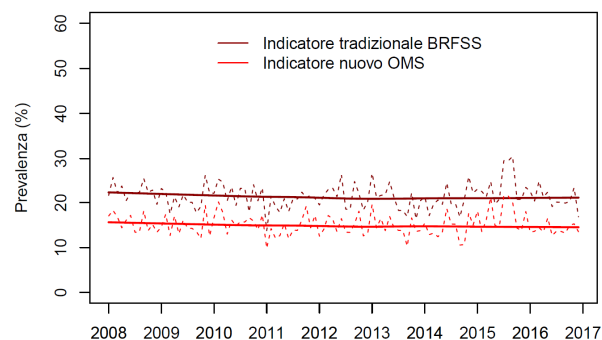
Tradizionalmente, fin dalla sua nascita, PASSI ha sempre utilizzato un altro indicatore per misurare il livello di attività fisica, che deriva dall'analogo sistema di sorveglianza americano dei fattori di rischio comportamentale, il BRFSS (*Behavioral Risk Factor Surveillance System*); questo indicatore rientra anche tra quelli utilizzati dal Piano nazionale della prevenzione 2014-2018.

Secondo l'algoritmo tradizionale si definiscono attive fisicamente le persone che hanno riferito di condurre un'attività lavorativa pesante dal punto di vista fisico oppure di praticare nel tempo libero l'attività fisica moderata o intensa raccomandata. Per "attività fisica moderata raccomandata" si intendono almeno trenta minuti al giorno per cinque giorni o più alla settimana e per "attività fisica intensa raccomandata" almeno venti minuti al giorno per tre giorni o più alla settimana. Parzialmente attive sono, invece, le persone che hanno riferito di non condurre un'attività lavorativa pesante ma di praticare attività fisica nel tempo libero ma in quantità inferiori a quelle raccomandate. Sedentarie, invece, sono le persone che hanno riferito di condurre un'attività lavorativa sedentaria e di non praticare nessuna attività fisica fuori dal lavoro.

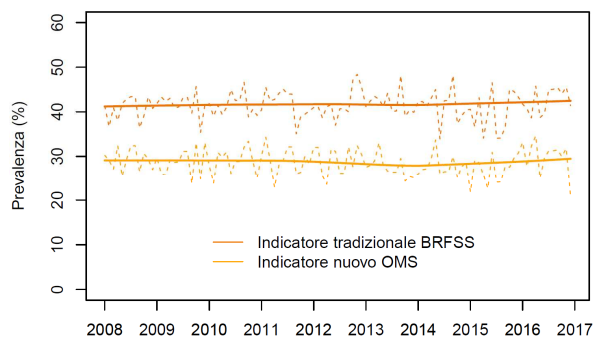
Nella scheda è stato utilizzato l'indicatore che segue le linee guida OMS per l'attività fisica nel tempo libero; tuttavia si vuole mostrare anche un confronto con la definizione tradizionale che determina una minore prevalenza di soggetti attivi e una maggiore percentuale di parzialmente attivi e sedentari. Le differenze tra i due indicatori sono evidenti analizzando le serie storiche dei tre livelli di attività fisica considerati.



Attivi fisicamente (%). Confronto tra indicatore tradizionale e nuovo - PASSI 2008-2016 (Emilia-Romagna)



Sedentari (%). Confronto tra indicatore tradizionale e nuovo - PASSI 2008-2016 (Emilia-Romagna)

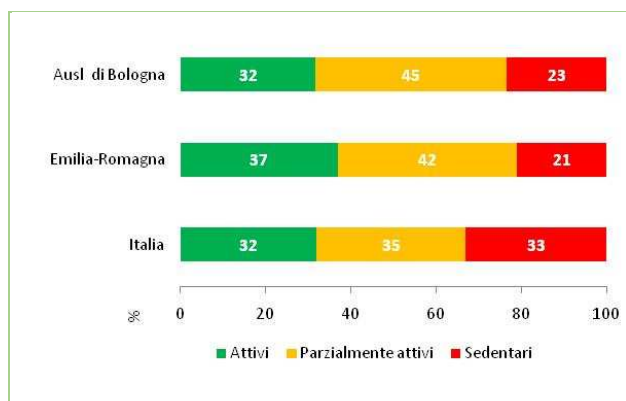


Parzialmente attivi (%). Confronto tra indicatore tradizionale e nuovo - PASSI 2008-2016 (Emilia-Romagna)

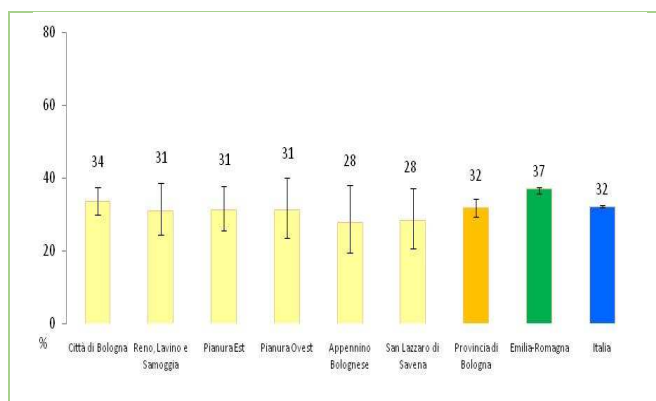
Livello di attività fisica praticato secondo la definizione BRFSS

Considerando sia l'attività fisica svolta fuori dal lavoro sia quella praticata all'interno del lavoro, nell'Ausl di Bologna il 32% degli intervistati con 18-69 anni è risultato attivo, il 45% parzialmente attivo e il 23% sedentario.

Anche secondo l'indicatore tradizionale, la percentuale di persone fisicamente attive nel territorio aziendale risulta statisticamente inferiore rispetto a quella regionale e in linea con quella nazionale. Tra le aree sovradistrettuali la percentuale più bassa di attivi si registra nei distretti Appennino Bolognese e San Lazzaro di Savena, mentre tra le zone geografiche omogenee la prevalenza di attivi è più elevata nel comune capoluogo (34%) e nei comuni di collina/pianura (31%) rispetto ai comuni di montagna (28%).



Livelli complessivi di attività fisica (%). Indicatore tradizionale - PASSI 2013-2016

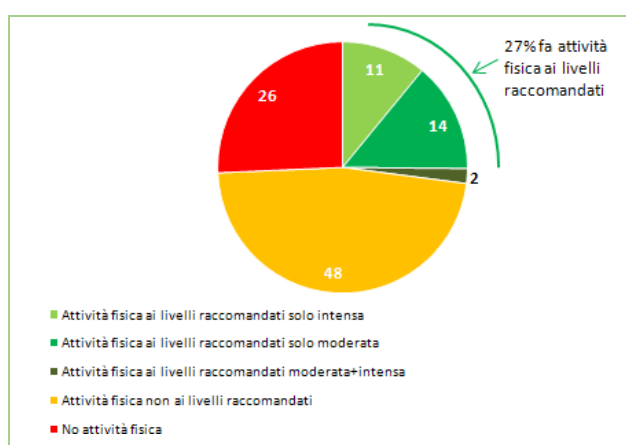


Attivi fisicamente (%). Indicatore tradizionale - PASSI 2013-2016

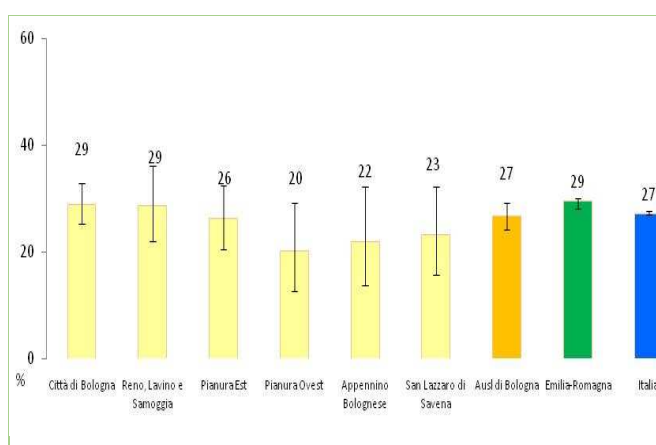
Nell'Ausl di Bologna il 27% degli intervistati di 18-69 anni ha riferito di svolgere in una settimana tipo attività fisica intensa o moderata nel tempo libero ai livelli raccomandati; questa percentuale risulta di poco inferiore a quella regionale (29%) ma in linea con quella nazionale (27%).

In particolare l'11% ha dichiarato di fare un'attività intensa per almeno tre giorni alla settimana per un minimo di venti minuti, come ad esempio correre, pedalare velocemente, fare ginnastica aerobica o sport agonistici, mentre il 14% ha riferito di praticare sforzi fisici moderati per almeno cinque giorni per un minimo trenta minuti, come camminare a passo sostenuto, andare in bicicletta o fare ginnastica dolce; il 2% invece fa attività sia intensa sia moderata secondo queste raccomandazioni. A livello regionale queste percentuali sono rispettivamente del 10%, 17% e 2%.

La percentuale di persone residenti nel territorio aziendale che praticano attività fisica nel tempo libero secondo linee guida appare di poco inferiore rispetto a quella regionale e in linea con quella nazionale. Si registrano differenze tra le aree distrettuali e tra le zone geografiche omogenee: la prevalenza è superiore nei distretti città di Bologna e Reno, Lavino e Samoggia ed è più elevata nel capoluogo di provincia (29%) e comuni di collina/pianura (25%) rispetto ai comuni di montagna (23%).



Livello di attività fisica praticato nel tempo libero (%). PASSI 2013-2016 (provincia di Modena)



Attività fisica praticata nel tempo libero (%). PASSI 2013-2016

L'atteggiamento degli operatori sanitari

Adulti (18-69 anni). Nell'Ausl di Bologna il 37% delle persone intervistate ha dichiarato che nell'ultimo anno un medico o un altro operatore gli ha consigliato di fare regolare attività fisica; tale valore è in linea a quello regionale (35%) e superiore a quello nazionale (30%).

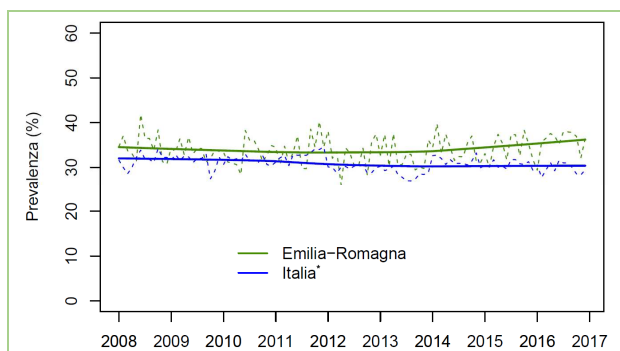
La prevalenza di residenti nel territorio aziendale che hanno ricevuto il consiglio di svolgere regolare attività fisica cresce con l'età ed è più elevata tra le donne e tra le persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA). Analizzando insieme le variabili socio-demografiche considerate in un modello di regressione di Poisson per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro, il consiglio si conferma associato positivamente alla classe di età più avanzata.

La percentuale di chi ha ricevuto questo consiglio sanitario risulta anche più elevata tra le persone obese e quelle affette da una o più patologie croniche.

Questa prevalenza appare più alta nei distretti dell'Appennino Bolognese e San Lazzaro di Savena e superiore nei comuni di montagna (42%) e pianura/collina (39%) rispetto al comune capoluogo di provincia (35%).

A livello regionale il consiglio sanitario di praticare attività regolare appare in lieve aumento nell'ultimo biennio, andamento non significativo sul piano statistico.

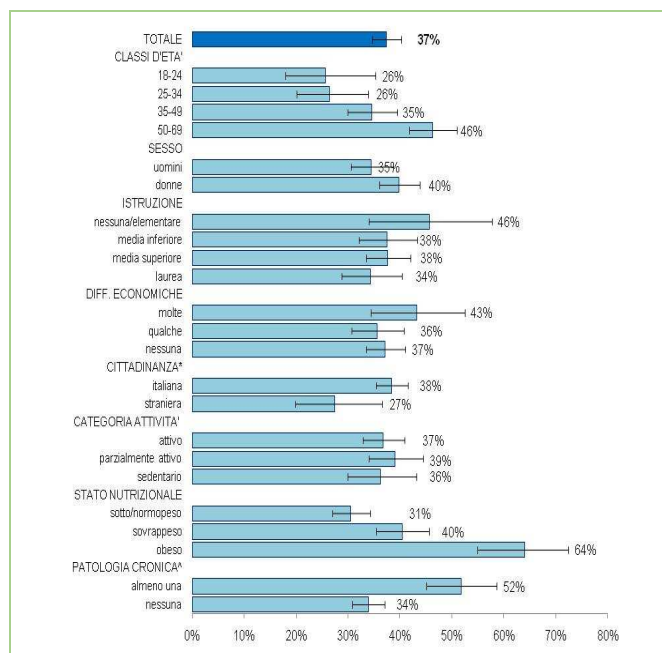
A livello nazionale mostra una diminuzione statisticamente significativa nel periodo 2008-2016.



Personae che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare (%) - PASSI 2008-2016 (*) p-value<0,05

Persone ultra 64enni. Gli operatori sanitari mostrano un interesse insufficiente rispetto alla pratica dell'attività fisica anche nei confronti dei loro assistiti ultra 64enni: in Emilia-Romagna al 34% è stato consigliato nell'ultimo anno di fare attività fisica, percentuale superiore a quella nazionale (31%).

A livello regionale il consiglio è stato dato in modo particolare alle persone ultra 64enni in buona salute ma a più alto rischio di malattia (41%) e a quelle a rischio di disabilità (34%).

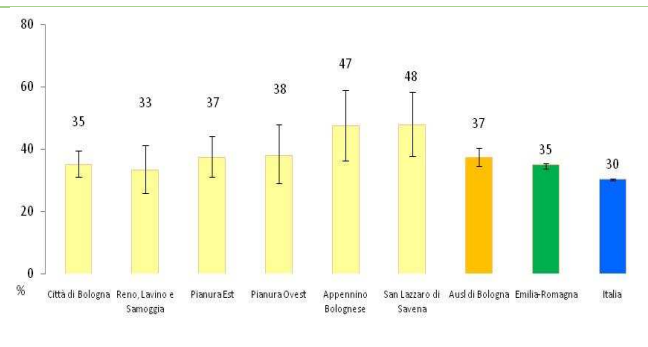


Personae che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare* (%) - PASSI 2013-2016 (Ausl di Bologna)

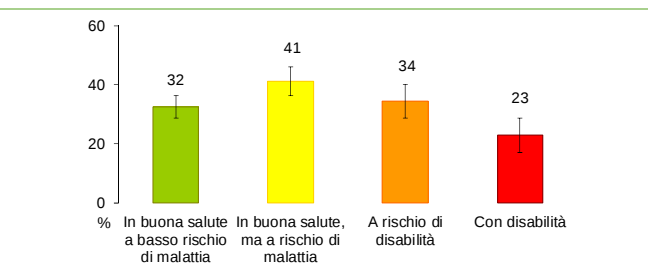
(*) Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

(*) 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



Personae che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare (%) - PASSI 2013-2016



Personae ultra 64enni che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare (%) - PASSI d'Argento 2012-2013

Che cos'è il sistema di sorveglianza PASSI?

È un sistema di monitoraggio della salute tramite interviste di un campione di popolazione adulta (18-69 anni) che stima la frequenza e l'evoluzione dei fattori di rischio per la salute legati ai comportamenti individuali e la diffusione delle misure di prevenzione. Per maggiori informazioni, visita il sito www.epicentro.iss.it/passi.

A cura del Gruppo di lavoro PASSI AUSL di Bologna: Natalina Collina, Sara De Lisio, Alessandra Calzolari, Marsilia Di Marco, Giuseppina Ferrara, Marisa Padovan, Giuseppina Ottavi, Edda Burzacca, Anna Rita Gialfreda, Maria Rosa Fiorentino, Muriel Assunta Musti, Paolo Pandolfi