



Stili di vita e salute in Italia: alcuni dati sull'attività fisica

Gianluigi Ferrante

Centro nazionale di epidemiologia, sorveglianza e promozione della
salute, Istituto Superiore di Sanità



Razionale

- I sistemi sanitari investono una modestissima quota della spesa sanitaria totale in prevenzione
- Le malattie cronico degenerative (cardiovascolari e tumori per prime) assorbono fette importantissime della spesa sanitaria
- Continuare ad investire solo in assistenza non è sostenibile e una parte dell'attenzione va focalizzata, in modo non

Razionale

- I principali fattori di rischio per le malattie cronico-degenerative sono noti e modificabili con strumenti di prevenzione e di controllo
- In questo contesto si inserisce **Guadagnare Salute**, la strategia dell'OMS contro le malattie croniche
- I Governi si impegnano a creare le condizioni che rendano facili e preferibili le scelte salutari, tenendo conto che i

Razionale

- In Europa si stima che l'inattività fisica sia associata:
 - a circa 1.000.000 morti/anno
 - a oltre 8.000.000 di anni di vita in buona salute persi
- Incremento del livello di attività fisica: problema sociale, non individuale
- Necessità di approcci multidisciplinari, multisetoriali e *population based*



PASSI

Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia

- Sistema di monitoraggio in continuo delle Aziende Sanitarie Locali (ASL) su fattori di rischio comportamentali e sull'adesione della popolazione ad interventi e misure di prevenzione
- Produce informazioni utili per le azioni di Sanità Pubblica a livello aziendale e regionale



PASSI in breve

| A CURA DEL COORDINATORE | |
|---|---------------|
| <input type="checkbox"/> Titolare | n° estrazione |
| <input type="checkbox"/> Sostituto | |
| <input type="checkbox"/> Sostituto di sostituto | |

Sistema di sorveglianza
PASSI



Regione _____ ASL _____

Comune di residenza dell'intervistato/a _____ Codice ISTAT del Comune _____

Distretto _____ Sezione di censimento _____

- **Popolazione residente 18-69 anni** con un recapito telefonico
- **Campione stratificato per sesso e classi di età**, estratto dall'anagrafe sanitaria (per ASL di residenza)
- **Rilevazione continua** con interviste telefoniche a cadenza mensile (minimo 25/mese/ASL) da parte di operatori sanitari formati
- Inserimento dei dati via internet, in un **database unico nazionale** con accesso ai propri dati per ASL e Regioni
- Sistema automatico di **monitoraggio della copertura e qualità dei dati**
- **Analisi e rilascio tempestivo dei dati (3-6 mesi)** a livello **nazionale**,



Stato di avanzamento

- 21/21 Regioni/P.A. e 128/148 (2011) aziende sanitarie hanno aderito al progetto (oltre 85% della popolazione italiana 18-69 anni)
- Realizzate più di 170.000 interviste dal 2007 ad oggi
- Coinvolti oltre 1.000 operatori
- Tasso di risposta: 85% (2011)

Temi indagati

FATTORI DI RISCHIO COMPORTAMENTALI

Attività fisica

Fumo

Alimentazione

Alcol

Fattori di rischio cardiovascolare

Diabete



Adesione della popolazione ai PROGRAMMI di PREVENZIONE individuale Adozione di MISURE di SICUREZZA per la salute

Screening oncologici

Vaccinazioni dell'adulto

Sicurezza stradale

Sicurezza domestica

Sicurezza sul lavoro



LA SALUTE PERCEPITA

La salute percepita

Qualità della vita connessa alla salute

Sintomi di depressione



inoltre...

Moduli opzionali di interesse regionale

Moduli per situazioni di emergenza



Cosa possiamo conoscere

- Prevalenza e sedentarietà totale e per genere, età, condizioni socio-economiche e per area geografica di residenza **da PASSI sull'attività fisica?**
- Autopercezione del livello di attività fisica
- Attenzione e consigli degli operatori sanitari sul problema della sedentarietà



Definizioni

- **Persona attiva:**

- 30 minuti di attività moderata per almeno 5 giorni alla settimana
- oppure attività intensa per più di 20 minuti per almeno 3 giorni
- oppure lavoro pesante dal punto di vista fisico

- **Sedentario**

- meno di 10 minuti di attività moderata o intensa per almeno 1 giorno a settimana
- non svolge lavoro pesante dal punto di vista fisico

- **Parzialmente attivo**



Livello di attività fisica

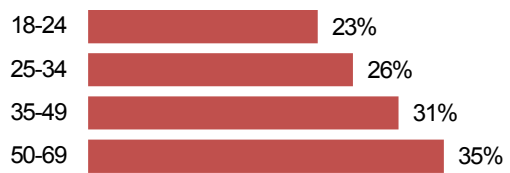
PASSI Pool di ASL 2011



Sedentarietà per caratteristiche socio-demografiche

Totale: 30,5% (IC95%: 30,0%-31,1%)

Età



Sesso



Istruzione



Diff. economiche



Pat. croniche



Residenza



0% 10% 20% 30% 40% 50%

socio-demografiche

PASSI.Pool ASI 2011

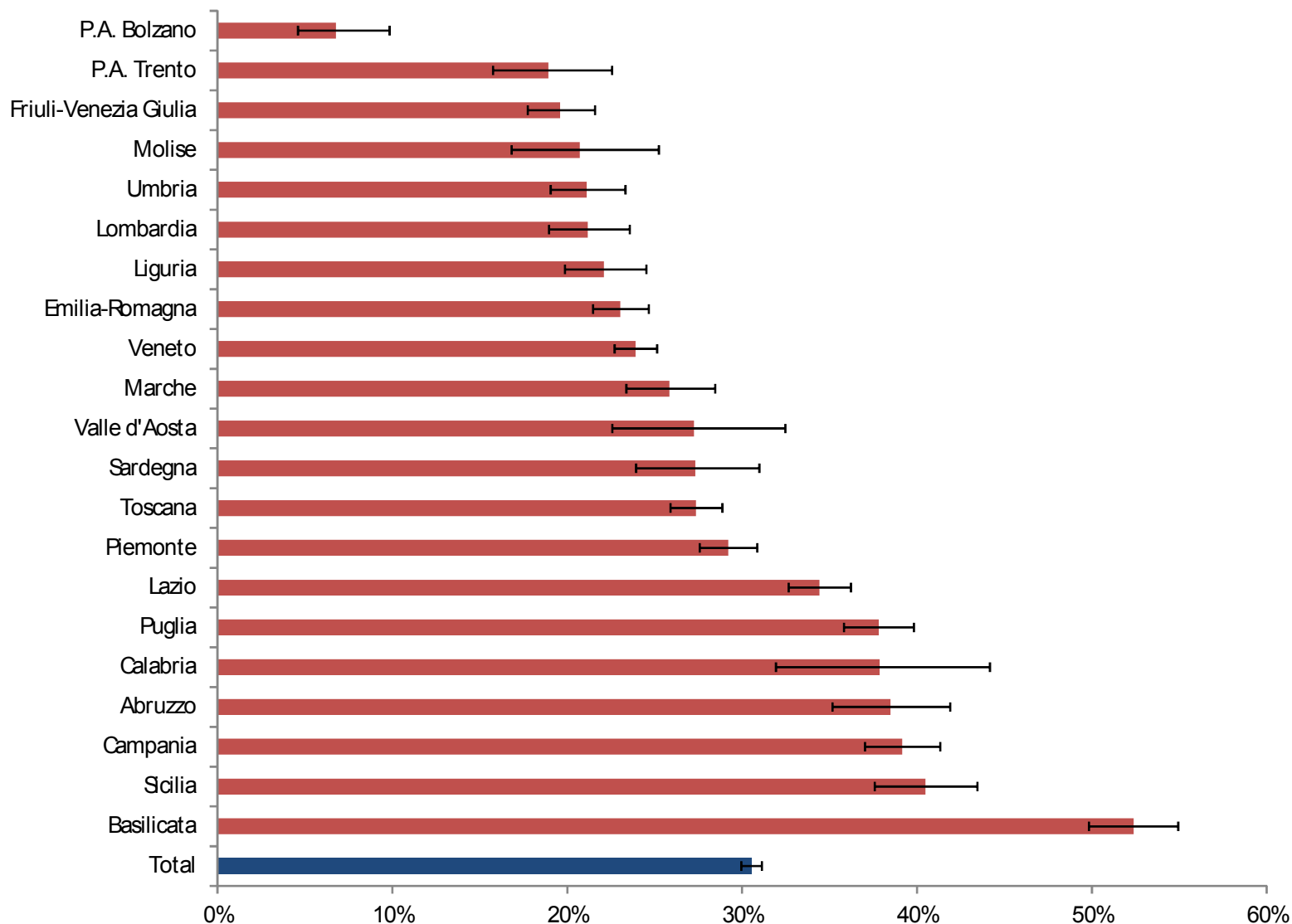
La sedentarietà è più frequente:

- tra le persone più anziane
- tra le donne
- tra le persone con basso titolo di studio
- tra le persone con molte difficoltà



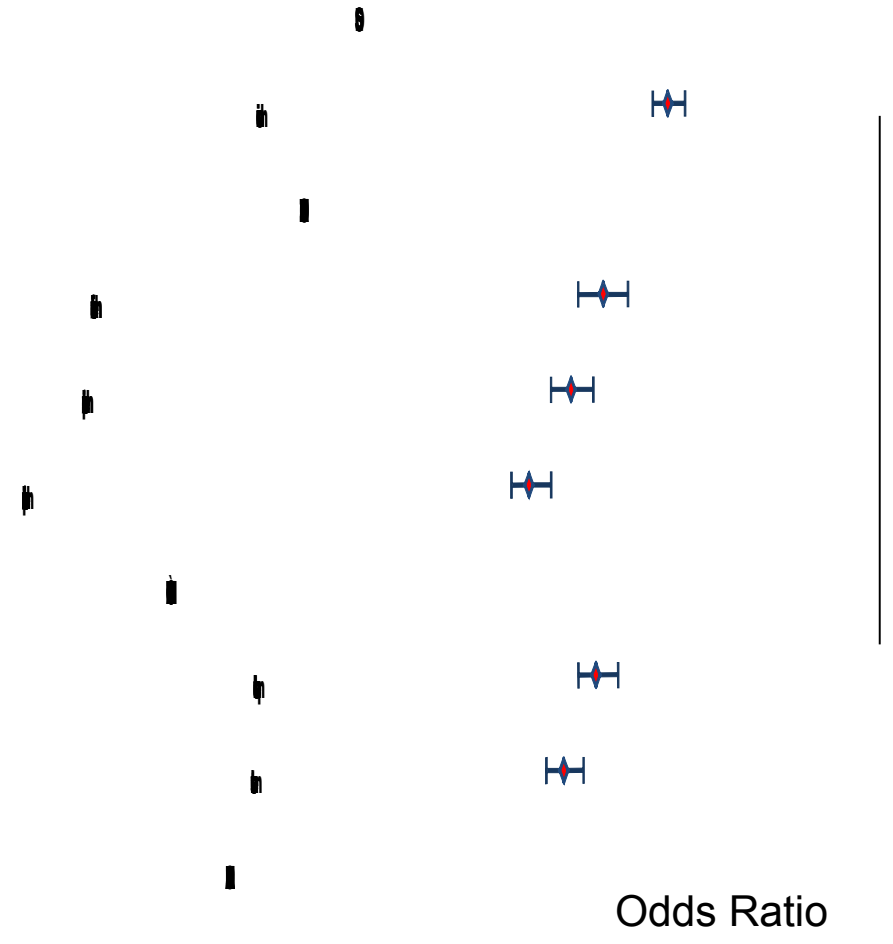
Sedentarietà per Regione di residenza

PASSI Pool ASL 2011





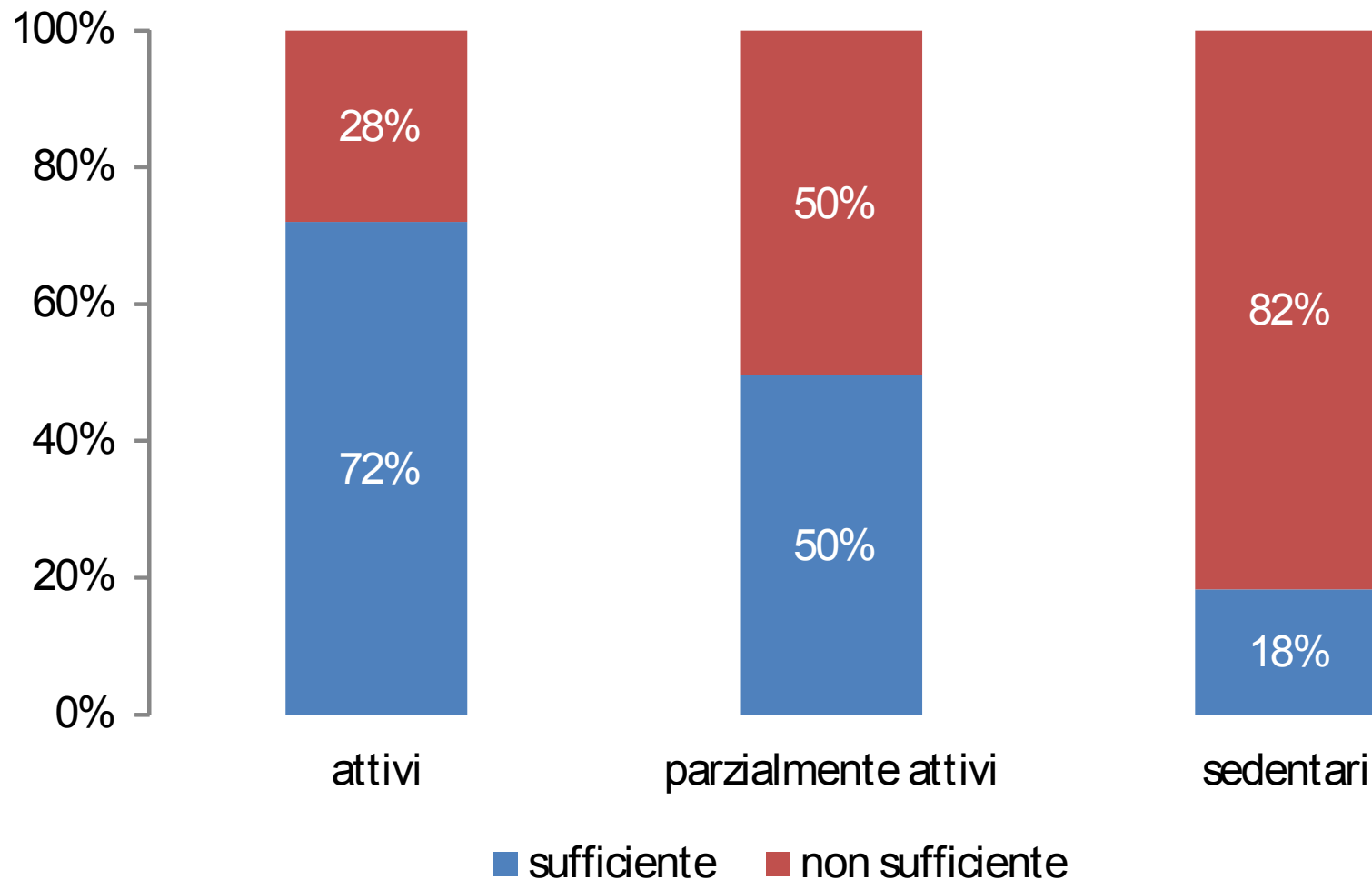
Determinanti della sedentarietà (Analisi multivariata) PASSI Pool ASL 2011





Autopercezione del livello di attività fisica

PASSI Pool ASL 2011





Promozione dell'attività fisica da parte degli operatori sanitari

| | Riferisce che un medico operatore sanitario gli ha chiesto se fa regolare attività fisica* | Riferisce che un medico operatore sanitario gli ha consigliato di fare più attività fisica* |
|------------------|--|---|
| Pool di ASL | 31,5% | 32,8% |
| Sovrappeso/Obesi | 36,3% | 40,1% |
| Diabetici | 45,9% | 55,1% |
| Ipertesi | 42,5% | 47,1% |

*vengono escluse le persone che non sono state dal medico negli ultimi 12 mesi



Ricapitolando

- Circa 1/3 della popolazione adulta 18-69 anni è completamente sedentaria
- Problema più diffuso al Sud Italia, tra i più anziani e tra le persone svantaggiate dal punto di vista socio-economico
- Circa un sedentario su cinque percepisce il proprio livello di attività fisica come sufficiente
- Solo tre intervistati su dieci riferiscono che medici e operatori sanitari si siano

Conclusioni

- La popolazione dei parzialmente attivi potrebbe essere la più facile su cui attuare interventi di promozione, ma i sedentari restano comunque il gruppo più importante su cui intervenire per ottenere un impatto positivo in termini di Sanità Pubblica
- In Italia, l'attività fisica, è uno dei punti cardine dei Piani Regionali di Prevenzione e oggetto di progetti specifici sul territorio



L'attività fisica negli anziani (ultra64enni)



PASSI d'Argento

- Sistema di sorveglianza sulla popolazione italiana con 65 anni e più, sostenibile nel tempo e con le risorse dei servizi sociali e sanitari, ad uso nelle diverse regioni italiane
- Indagini biennali ripetute su **campioni rappresentativi** della popolazione ultra64 enne
- Rappresentatività del campione a livello regionale e/o locale (di ASL)

Popolazione in studio:

- Persone di età > 64 anni
- Non istituzionalizzate
- Residenti nel territorio della ASL al momento del reperimento delle liste anagrafiche sanitarie

PASSI d'Argento - Le due indagini

Indagini 2009-2010

- ▼ **indagine 2009**
- ▼ **indagine 2010**

8.478 interviste realizzate
con modalità telefonica o
faccia a faccia

Marzo 2012 → **Messa a regime**

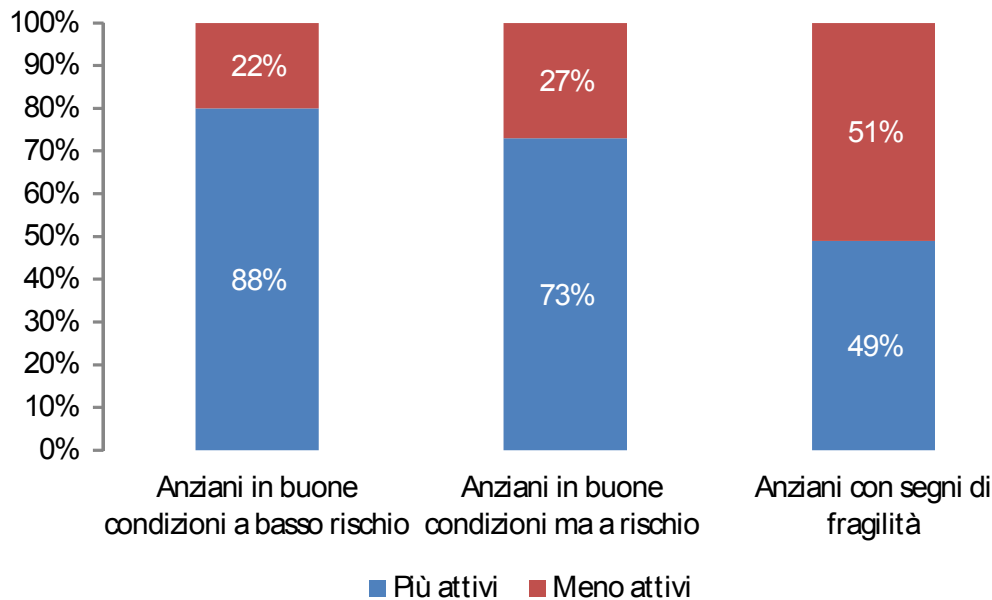


Attività fisica: metodo per la rilevazione

- Indice complesso (**the Physical Activity Scale for the Elderly - PASE**): stima il livello di attività fisica negli anziani attraverso un punteggio sulla base di diversi momenti della vita: di divertimento, di attività casalinghe, di attività fisica strutturata e di attività sociali nella collettività
- **Meno attivi**: coloro il cui punteggio è pari o al disotto del 25°percentile
- **Più attivi**: coloro il cui punteggio è al di sopra del 25°percentile

vello di attività fisica

PASSI d'Argento Pool 2010



Gli anziani “più attivi” sono significativamente più frequenti fra:

- i 65-74enni
- le persone senza difficoltà economiche
- le persone con istruzione più alta
- le donne

Conclusioni

- Le prevalenze di persone anziane **più attive** risultano alte in tutti i gruppi esaminati
- Questo risultato è tuttavia condizionato dal valore soglia scelto del punteggio PASE