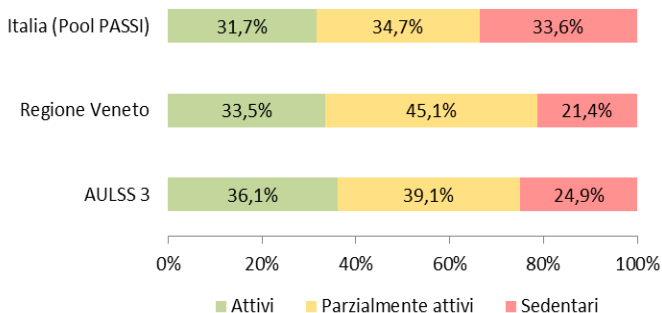




L'attività fisica nell'AULSS 3: i dati 2014-17 del sistema di sorveglianza PASSI

Livello di attività fisica praticato (%)
AULSS 3, Veneto e Pool PASSI nazionale
PASSI 2014-2017



Persone sedentarie in Italia (%)
Pool di Asl 2014-17: 33,5% (IC95%: 33,2-33,8%)



- peggiore del valore nazionale
- simile al valore nazionale
- migliore del valore nazionale

Sorveglianza Passi

La **distribuzione della sedentarietà** per Regione di residenza divide l'Italia in due macroaree in maniera netta, con una maggiore diffusione nelle Regioni centromeridionali, con il valore più alto in Basilicata (65,8%) e quello più basso nella P. A. Bolzano (11,6%). Anche il Veneto si posiziona tra le regioni più virtuose con il 21,4% di sedentari. L'inattività fisica, l'eccesso ponderale e l'abitudine al fumo. espongono a rischio di malattie croniche

L'attività fisica negli adulti (18-69 anni)

Nella popolazione dell' AULSS 3 si stima che poco più di un terzo degli adulti 18-69enni abbia uno **stile di vita attivo (36,1%)**, in quanto pratica l'attività fisica raccomandata* oppure svolge un'attività lavorativa pesante dal punto di vista fisico.

Il **39,1%** invece pratica attività fisica, ma meno di quanto raccomandato; si può pertanto considerare **parzialmente attiva**. La quota di queste persone risulta molto più elevata nel Distretto di Mirano Dolo (**46,6%**) rispetto al Veneziano (36,6%) e Chioggia (34%).

Un adulto su 4 è completamente **sedentario (24,9%)**: questa percentuale nell' AULSS 3 corrisponde a circa **100 mila persone sedentarie** nella fascia 18-69 anni.

La sedentarietà aumenta con l'età, è maggiore nelle persone con basso livello di istruzione e nelle persone con difficoltà economiche.

Sedentarietà per sesso, età e condizioni sociali PASSI 2014-2017 Azienda ULSS 3, Veneto

Caratteristiche	%
Totale	24,9
Classi di età	
18 - 34	18,2
35 - 49	24,3
50 - 69	29,0
Sesso	
uomini	22,8
donne	27,0
Istruzione	
nessuno/elementare	39,4
media inferiore	28,0
media superiore	21,4
laurea/diploma universitario	19,2
Difficoltà economiche	
molte	36,0
qualche difficoltà	26,8
nessuna	20,9

* Attività fisica raccomandata: 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. (è possibile frazionare l'attività in brevi periodi di almeno 10 minuti continuativi)

L'atteggiamento degli operatori sanitari Azienda ULSS 3, Veneto - PASSI 2014-2017

persone a cui un operatore sanitario ha consigliato di fare attività fisica	32,8%
persone con patologie croniche alle quali un operatore sanitario ha consigliato di fare attività fisica	45,1%
persone in eccesso ponderale alle quali un operatore sanitario ha consigliato di fare attività fisica	40,5%

La consapevolezza

La percezione soggettiva, elemento importante nel determinare un cambiamento del proprio stile di vita, spesso non corrisponde al livello di attività fisica effettivamente praticata: il 53% delle persone parzialmente attive e il 17% dei sedentari percepiscono il proprio livello di attività fisica come già sufficiente.

Conclusioni

L'attività fisica praticata dalla popolazione adulta è ancora insufficiente, eppure è ben noto che, praticata regolarmente, svolge un ruolo di primaria importanza nella prevenzione di malattie cardiovascolari, del diabete, dell'ipertensione e della obesità. In particolare, nelle persone al di sopra ai 50 anni sono possibili numerosi effetti benefici sulla salute grazie all'attività fisica praticata durante la settimana.

Una quota ancora rilevante di persone mostra una consapevolezza non adeguata dell'attività fisica effettivamente praticata, ritenendo di farne a sufficienza anche quando ha invece uno stile di vita non particolarmente attivo.

Varie ricerche indicano che l'attenzione ed il consiglio degli operatori sanitari sono importanti strumenti per aumentare l'adesione alle raccomandazioni sull'attività fisica. Il sistema di sorveglianza PASSI mette in evidenza che negli ultimi quattro anni la proporzione di persone che hanno ricevuto consiglio di fare attività fisica regolare dagli operatori sanitari resta attestato a valori compresi tra il 30% ed il 35%: sarebbe molto importante riuscire ad aumentare l'attenzione e il consiglio degli operatori sanitari.

Che cos'è il sistema di sorveglianza PASSI?

PASSI (Progressi delle aziende sanitarie per la salute in Italia) è un sistema di sorveglianza della popolazione adulta. L'obiettivo è stimare la frequenza e l'evoluzione dei fattori di rischio per la salute, legati ai comportamenti individuali, oltre alla diffusione delle misure di prevenzione. Tutte le 21 Regioni o Province Autonome hanno aderito al progetto. Un campione di residenti di età compresa tra 18 e 69 anni viene estratto con metodo casuale dagli elenchi delle anagrafi sanitarie. Personale delle Asl, specificamente formato, effettua interviste telefoniche con un questionario standardizzato. I dati vengono poi trasmessi in forma anonima via internet e registrati in un archivio unico nazionale. Per maggiori informazioni, visita il sito www.epicentro.iss.it/passi.

L'atteggiamento degli operatori sanitari

Poco meno di un terzo delle persone dichiara di aver ricevuto, da parte di un medico o un altro operatore sanitario, il consiglio di praticare regolarmente attività fisica.

In presenza di patologie croniche o di eccesso ponderale l'atteggiamento degli operatori sanitari mostra una maggiore sensibilità a raccomandare di svolgere regolare attività fisica, ma la percentuale non si dimostra ancora adeguata rispetto all'obiettivo di salute.

Percezione dell'adeguatezza dell'attività fisica praticata

Azienda ULSS 3, Veneto - PASSI 2014-2017

parzialmente attivi che ritengono di praticare sufficiente attività fisica	53,4%
sedentari che ritengono di praticare sufficiente attività fisica	16,9%

