

L'attività motoria in VENETO

I dati del sistema di sorveglianza PASSI 2014

Sedentario: Chi fa un lavoro sedentario e che in una settimana non svolge, neppure nel tempo libero, alcuna attività fisica moderata o intensa per almeno 10 minuti al giorno.

Parzialmente Attivo: Soggetto che non svolge un lavoro pesante dal punto di vista fisico, ma fa qualche attività fisica nel tempo libero, senza però raggiungere i livelli raccomandati dalle linee guida.

Attivo: Soggetto che fa un lavoro pesante, oppure, tra chi fa un lavoro sedentario, svolge un'attività fisica moderata per più di 30 minuti per almeno 5 giorni a settimana, oppure, chi fa attività intensa per più di 20 minuti per almeno tre giorni a settimana.

22,5%

i sedentari in Veneto tra 18 e 69 anni

748.000

persone

Piano regionale per la promozione dell'attività motoria

Alcuni dati:

- 15 su 21 Aziende Ulss promuovono gruppi di cammino e/o altre attività motorie organizzate
- 17 su 21 Aziende Ulss promuovono il Pedibus e interventi nelle scuole
- 14 su 21 Aziende Ulss hanno aderito al programma regionale "La prescrizione dell'esercizio fisico"

In Veneto, nel 2014 il 33% delle persone intervistate, tra i 18 e 69 anni, ha uno stile di vita attivo. Il 44% pratica attività fisica in quantità inferiore a quanto raccomandato (è parzialmente attivo) e il 23% è completamente sedentario. La sedentarietà in Veneto è inferiore al dato nazionale (32%).

Lo stile di vita sedentario si associa spesso ad altre condizioni di rischio: è presente nel 37% delle persone con sintomi di depressione, nel 27% dei fumatori, nel 25% degli ipertesi e nel 26% delle persone in eccesso ponderale.

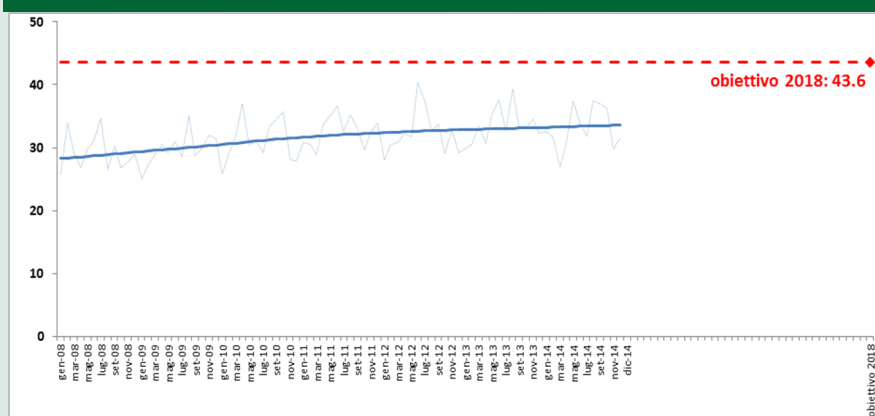


Caratteristiche dei sedentari, Veneto PASSI 2014



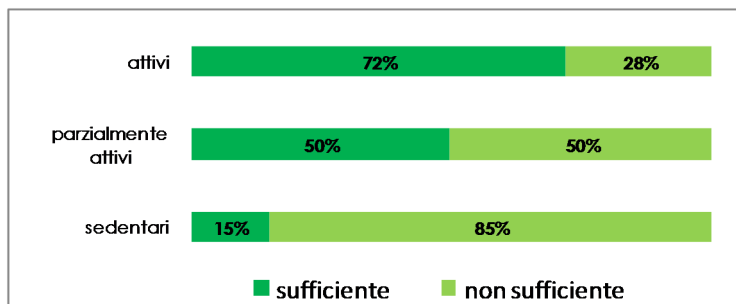
La sedentarietà cresce all'aumentare dell'età ed è più diffusa nelle persone con basso livello d'istruzione, con maggiori difficoltà economiche e tra i cittadini stranieri. In particolare tra i laureati i sedentari sono il 17% e ben il 32% nelle persone con titolo di studio elementare o inferiore. Il forte gradiente legato al livello culturale-economico rimane significativo anche analizzando con una opportuna tecnica statistica (*regressione logistica*).

OBBIETTIVO del Piano Regionale Prevenzione 2014-2018 INDICATORE: Prevalenza di soggetti fisicamente attivi



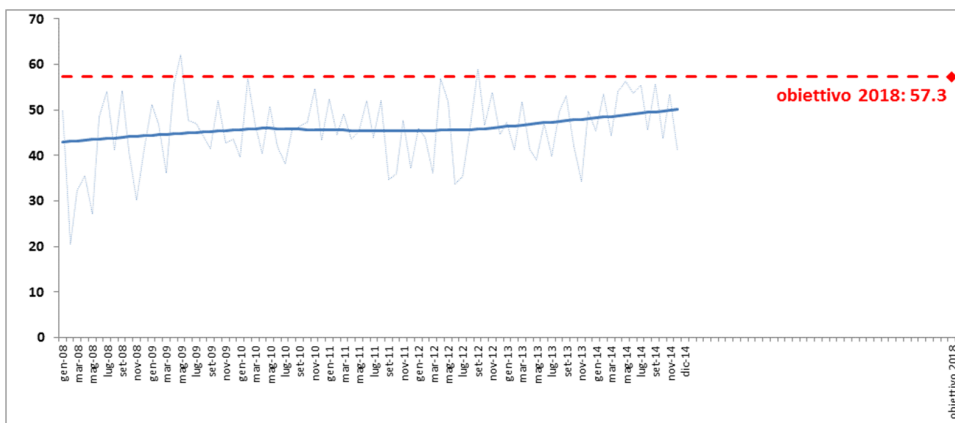
L' autopercezione

La percezione che la persona ha del proprio livello di attività fisica praticata è importante in quanto condiziona eventuali cambiamenti verso uno stile di vita più attivo. Tra le persone attive, il 28% giudica la propria attività fisica non sufficiente. La metà delle persone parzialmente attive ed il 15% dei sedentari percepisce il proprio livello di attività fisica come sufficiente. I dati regionali di chi ritiene insufficiente l'attività fisica praticata sono in linea con quelli rilevati nel Pool ASL PASSI 2011-2014.



L'atteggiamento degli operatori sanitari

Tra gli intervistati che negli ultimi 12 mesi hanno avuto un contatto con un operatore sanitario, una persona su 3 (38%) ha riferito di aver ricevuto il consiglio di farla regolarmente. Appare ancora troppo bassa l'attenzione degli operatori sanitari al problema della sedentarietà, anche se si assiste negli ultimi anni ad un incremento delle persone con patologie croniche a cui è stato consigliato di fare attività fisica.



OBIETTIVO del Piano Regionale Prevenzione 2014-2018
INDICATORE: Proporzioni di persone con patologia cronica che hanno ricevuto da un operatore sanitario il consiglio di praticare regolare attività fisica

Sedentario per regione di residenza

Passi 2011-2014



- peggiore rispetto al valore nazionale
- simile rispetto dal valore nazionale
- migliore rispetto al valore nazionale

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 (circa 25 al mese per Asl) con un questionario standardizzato. I dati vengono poi trasmessi in forma anonima via internet e registrati in un archivio unico nazionale.

In Veneto, dall'inizio della sorveglianza, anno 2008, alla fine del 2014, sono state intervistate circa 37.000 persone.

Per maggiori informazioni, visita il sito www.epicentro.iss.it/passi.

