



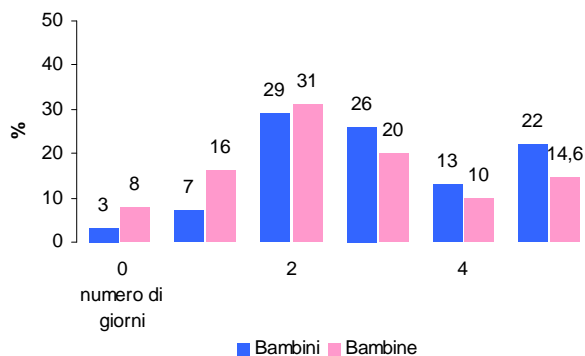
## L'attività fisica in provincia di Reggio Emilia: dati del sistema di sorveglianza PASSI (Anni 2012-2015)

### Livello di attività fisica praticato

#### Bambini (8-9 anni)

Secondo i dati OKkio alla Salute 2014<sup>1</sup> in provincia di Reggio Emilia l' 11% dei bambini di 8-9 anni sono definibili come non attivi, in quanto il giorno precedente la rilevazione non hanno svolto attività motoria a scuola, attività sportiva strutturata e non hanno giocato all'aperto nel pomeriggio. Inoltre, il 22% dei bambini e il 15% delle bambine in una settimana tipo giocano all'aperto o fanno sport, come raccomandato, per almeno un'ora al giorno da 5 a 7 giorni (in linea col dato regionale).

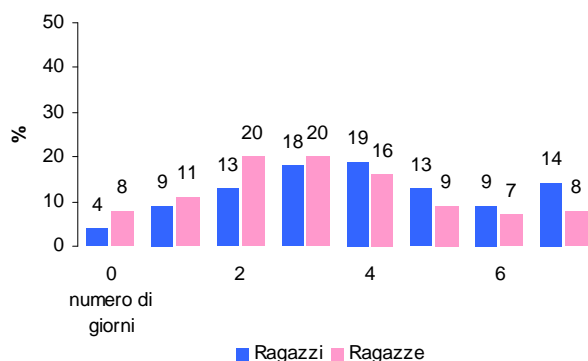
Giorni della settimana con almeno un'ora di attività fisica (%), provincia Reggio Emilia, Okkio 2014



#### Ragazzi (11-15 anni)

Sulla base dell'indagine HBSC 2014<sup>2</sup> si stima che in Emilia-Romagna circa l'11% dei ragazzi 11-15enni svolga attività fisica ogni giorno per almeno 60 minuti, come raccomandato dalle linee guida internazionali; poco più della metà (53%) dei ragazzi pratica almeno 60 minuti di attività fisica 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.

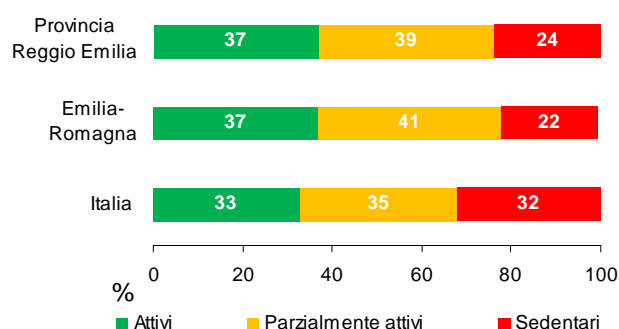
Giorni della settimana con almeno un'ora di attività fisica (%), Emilia-Romagna HBSC 2014



#### Adulti (18-69 anni)

Dalla sorveglianza PASSI emerge che in provincia di Reggio Emilia circa un terzo degli adulti 18-69enni ha uno stile di vita attivo (37%) in quanto pratica attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati<sup>3</sup> (29%) oppure svolge un'attività lavorativa pesante dal punto di vista fisico (14%); questa stima corrisponde a poco meno di 132 mila persone con 18-69 anni. La percentuale di attivi coincide con quella regionale (37%) ed è più elevata rispetto a quella nazionale (33%). Una quota rilevante di adulti (39%) pratica attività fisica a livelli inferiori di quelli raccomandati e si può considerare parzialmente attiva (corrispondenti a una stima di oltre 139 mila). Circa un quinto è completamente sedentario (24%), pari a circa 85 mila persone nella fascia 18-69 anni, valore simile a quello regionale e inferiore rispetto a quello del pool nazionale (32%).

Livello di attività fisica praticato (%), PASSI 2012-15



#### Persone ultra 64enni

Secondo la sorveglianza PASSI d'Argento<sup>4</sup> 2012-13 in Emilia Romagna il 35% della popolazione ultra 64enne risulta non attivo, in quanto presenta un PASE score inferiore al 40° percentile della distribuzione nazionale. Questa percentuale risulta significativamente minore di quella nazionale (44%).

Il PASE score è un punteggio che viene calcolato sulla base della frequenza settimanale e dell'intensità di alcune attività che fanno parte di un sistema validato a livello internazionale, il PASE (Physical Activity Scale for the Elderly)<sup>5</sup>; questo punteggio assume valori più alti per le persone più attive.

<sup>1</sup> OKkio è un'indagine volta a monitorare lo stato ponderale, le abitudini alimentari e l'attività fisica dei bambini di III elementare

<sup>2</sup> 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

<sup>3</sup> 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

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

<sup>5</sup> Per maggiori informazioni sul PASE: [www.epicentro.iss.it/passi-argento/dati/attivita.asp](http://www.epicentro.iss.it/passi-argento/dati/attivita.asp)

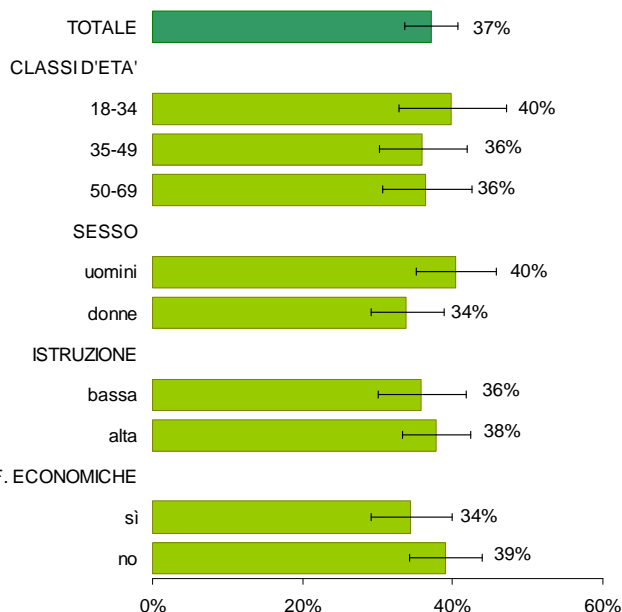
## Attivi fisicamente (18-69 anni)

Secondo i dati PASSI, considerando sia l'attività fisica del tempo libero sia quella effettuata al lavoro, la percentuale di attivi in provincia di Reggio Emilia è più alta nei 18-34enni, e tra gli uomini.

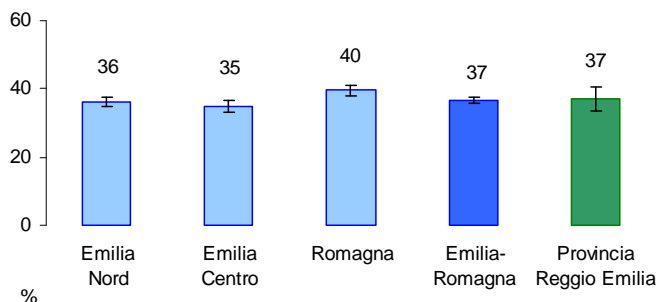
Analizzando tutte assieme le variabili considerate in un modello di regressione logistica per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro, non si osservano associazioni statisticamente significative. A livello regionale, l'analisi del modello logistico mostra un livello di attività fisica maggiore tra le persone più giovani, gli uomini e le persone con basso livello di istruzione.

A livello regionale la quota di attivi risulta più elevata in Romagna rispetto alle altre due aree territoriali.

Attivi fisicamente (%)  
Provincia Reggio Emilia PASSI 2012-15



Attivi fisicamente (%)  
PASSI 2012-15

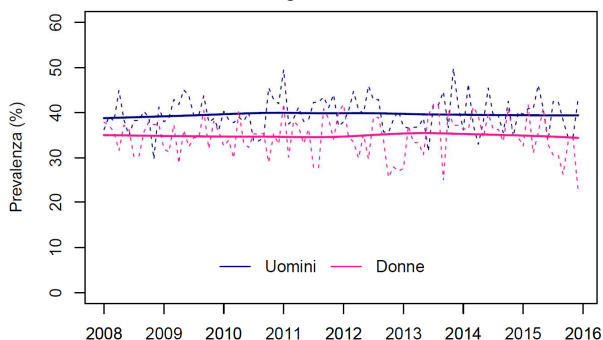


L'analisi delle serie storiche mostra come in Emilia-Romagna la percentuale di persone attive sia in lieve riduzione nel periodo 2008-15, andamento non significativo sul piano statistico.

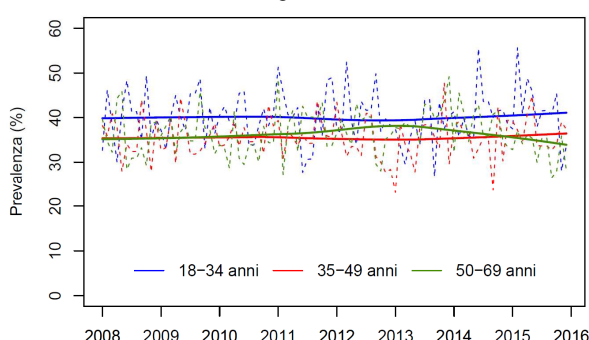
Scomponendo la serie per genere e classe d'età, appare un leggero aumento negli uomini e un lieve decremento nelle donne (andamenti non statisticamente significativi); la prevalenza di attivi appare stabile tra i 18-34enni e i 35-49enni mentre in aumento tra i 50-69enni fino a metà 2013 per ridursi successivamente.

Analizzando la percentuale di attivi per i fattori socio-economici si evidenzia un lieve calo tra le persone con bassa istruzione e tra quelle con difficoltà economiche, entrambi gli andamenti non risultano significativi sul piano statistico.

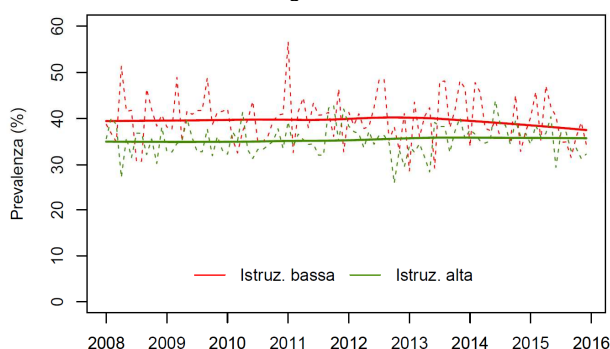
Attivi fisicamente per genere (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-15



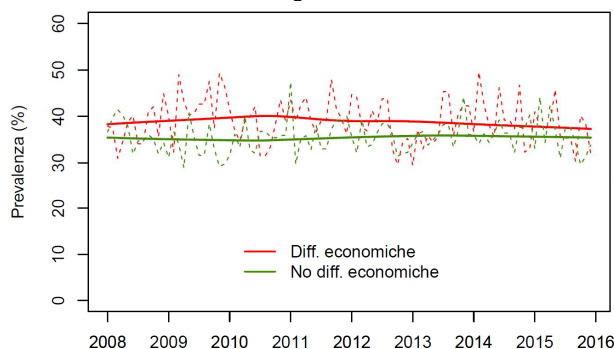
Attivi fisicamente per classe d'età (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-15



Attivi fisicamente per livello d'istruzione (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-15



Attivi fisicamente per difficoltà economiche (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-15



## L'attività fisica nel tempo libero

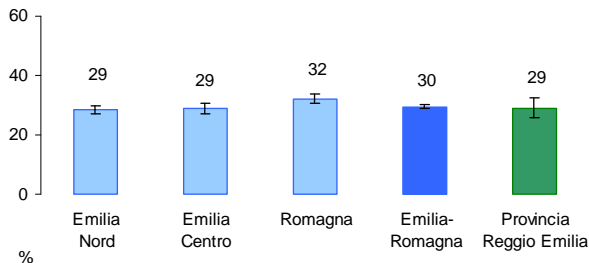
In provincia di Reggio Emilia il 29% degli intervistati di 18-69 anni ha riferito di svolgere in una settimana tipo attività fisica intensa o moderata nel tempo libero ai livelli raccomandati; questa percentuale risulta in linea col dato regionale (30%) e nazionale (27%). In particolare il 10% ha dichiarato di fare un'attività intensa per almeno 3 giorni alla settimana per un minimo di 20 minuti, come ad esempio correre, pedalare velocemente, fare ginnastica aerobica o sport agonistici, mentre il 17% ha riferito di praticare sforzi fisici moderati per almeno 5 giorni per un minimo 30 minuti, come camminare a passo sostenuto, andare in bicicletta o fare ginnastica dolce; il 2% invece fa attività sia intensa sia moderata. Percentuali che coincidono con quelle regionali.

In provincia di Reggio Emilia la prevalenza di persone che svolgono nel tempo libero l'attività fisica moderata o intensa secondo linee guida risulta maggiore tra le persone più giovani e con un elevato livello di istruzione.

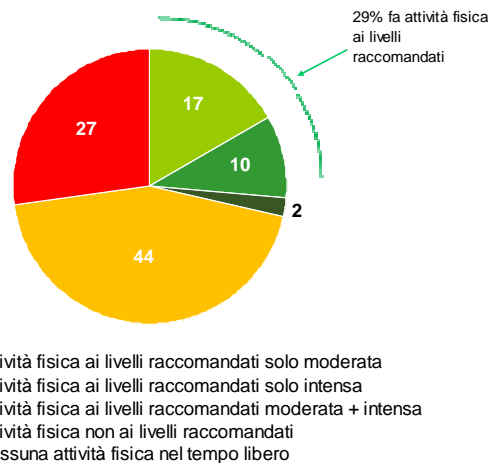
Analizzando tutte assieme le variabili considerate in un modello di regressione logistica per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro, non si osservano associazioni statisticamente significative. A livello regionale, dall'analisi del modello logistico risulta una associazione positiva fra attività fisica svolta nel tempo libero e la classe di età più giovane e l'alto livello di istruzione.

A livello regionale la quota di persone che praticano nel tempo libero attività fisica ai livelli raccomandati in Romagna mostra una percentuale superiore rispetto alle altre aree territoriali.

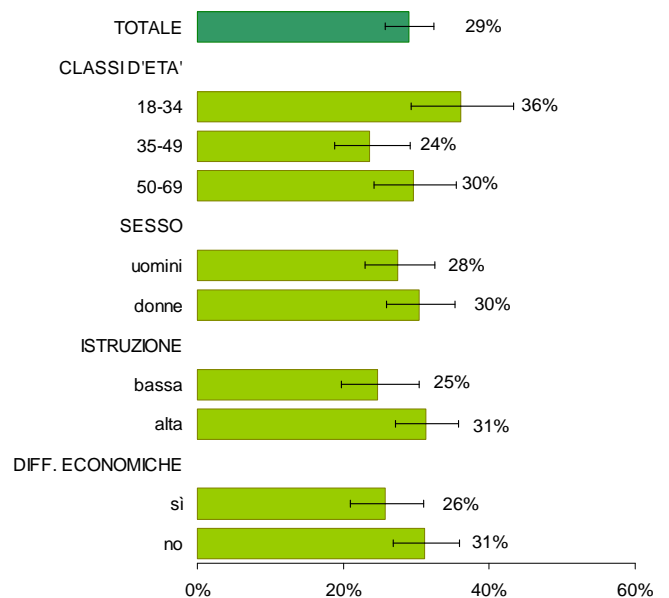
Attività fisica praticata nel tempo libero (%)  
PASSI 2012-15



Attività fisica praticata nel tempo libero (%)  
Provincia Reggio Emilia, PASSI 2012-15

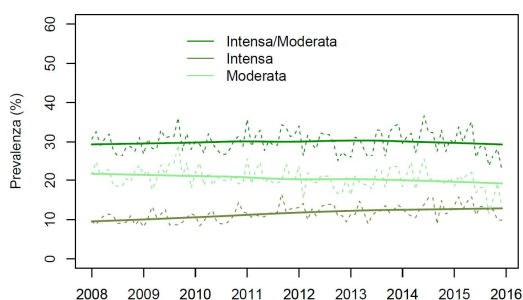


Attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati (%)  
Provincia Reggio Emilia PASSI 2012-15

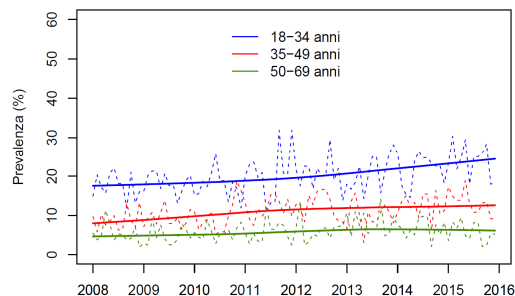


Dall'analisi delle serie storiche regionali non emergono andamenti significativi per il periodo 2008-2015 nella percentuale di persone che svolgono attività fisica nel tempo libero ai livelli raccomandati. Più in particolare, nel periodo considerato risulta un incremento nella prevalenza di 18-69enni che praticano attività fisica intensa ai livelli raccomandati fuori dal lavoro, andamento significativo anche sul piano statistico; invece la prevalenza di chi svolge attività moderata appare in diminuzione, in modo, però, non significativo sul piano statistico. L'aumento dell'attività fisica intensa risulta significativo sul piano statistico anche in tutte le classi d'età, anche se più evidente tra i 18-34enni, e in ambo i generi.

Attività fisica nel tempo libero secondo linee guida (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-15



Attività fisica intensa nel tempo libero secondo linee guida (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-15



## Un diverso modo per misurare il livello di attività fisica

L'indicatore adottato da PASSI per misurare il livello di attività fisica 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.

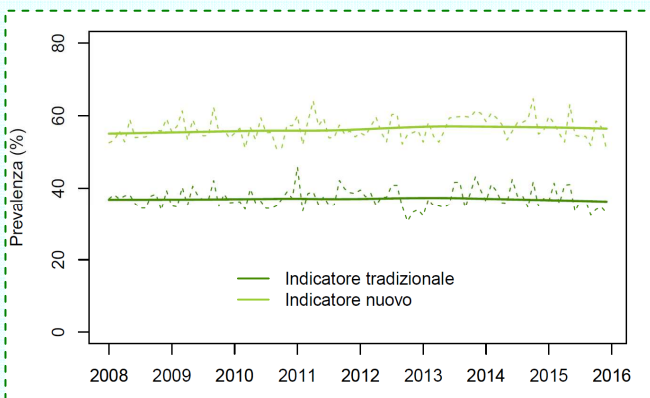
Nel 2015 a fianco di questo indicatore il sistema PASSI ne ha aggiunto un altro per meglio adattarsi alle raccomandazioni dell'OMS sull'attività fisica nel tempo libero. Questa modifica influenza anche l'indicatore del livello complessivo di attività fisica, calcolato tenendo conto di quella effettuata sia nel tempo libero sia durante il lavoro. Ciò permetterà inoltre un miglior confronto con gli altri Paesi europei.

Nel documento *Global recommendations on physical activity for healthy* dell'anno 2010 l'OMS definisce infatti per ogni fascia di popolazione (ragazzi, adulti e over 65) 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 della malattie cronico-degenerative.

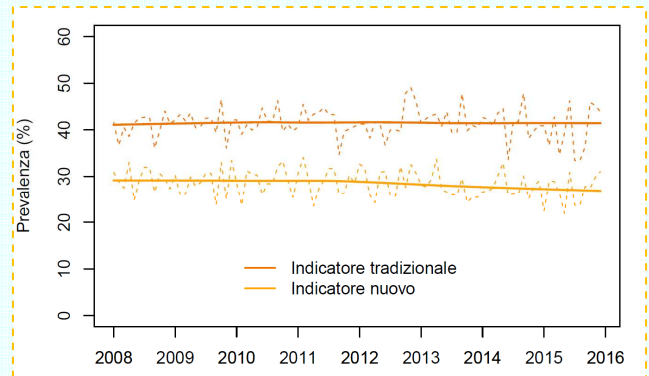
In particolare, le persone adulte con 18-64 anni dovrebbero svolgere alla settimana un'attività aerobica moderata di almeno 150 minuti oppure una intensa di almeno 75 minuti; le attività moderate e intense possono essere combinate ed entrambe dovrebbero durare almeno 10 minuti. Per ottenere ulteriori benefici di salute l'attività aerobica moderata dovrebbe essere di almeno 300 minuti e quella intensa di almeno 150 minuti alla settimana.

Nella scheda è stato utilizzato l'indicatore tradizionale; tuttavia si vuole mostrare anche un confronto con la nuova definizione che determina un aumento della prevalenza di soggetti attivi e una diminuzione della 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.

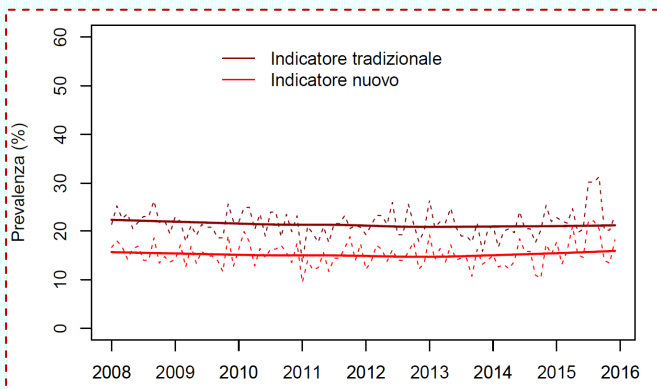
**Attivi fisicamente (%)**  
Confronto tra indicatore tradizionale e nuovo  
Emilia-Romagna PASSI 2008-15



**Parzialmente attivi (%)**  
Confronto tra indicatore tradizionale e nuovo  
Emilia-Romagna PASSI 2008-15



**Sedentari (%)**  
Confronto tra indicatore tradizionale e nuovo  
Emilia-Romagna PASSI 2008-15



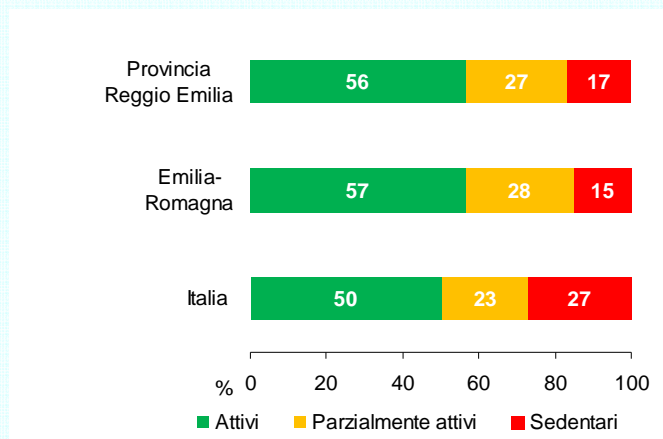


## Livello di attività fisica praticato secondo la nuova definizione

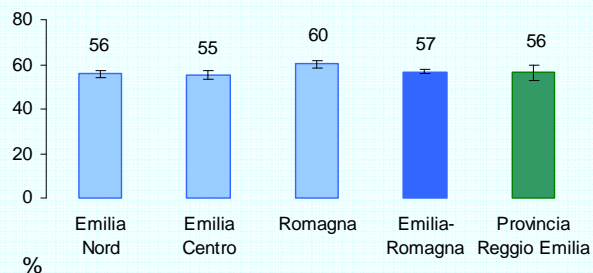
Considerando sia l'attività fisica svolta fuori dal lavoro sia quella praticata all'interno del lavoro, in provincia di Reggio Emilia il 56% degli intervistati con 18-69 anni è risultato attivo, il 27% parzialmente attivo e il 17% sedentario. Anche secondo il nuovo indicatore, la percentuale di persone fisicamente attive risulta in linea con quella regionale e nazionale.

La quota di attivi a livello regionale si conferma più elevata in Romagna rispetto alle altre due aree territoriali.

Livelli complessivi di attività fisica (%)  
Nuovo indicatore PASSI 2012-15



Attivi fisicamente (%)  
Nuovo indicatore PASSI 2012-15

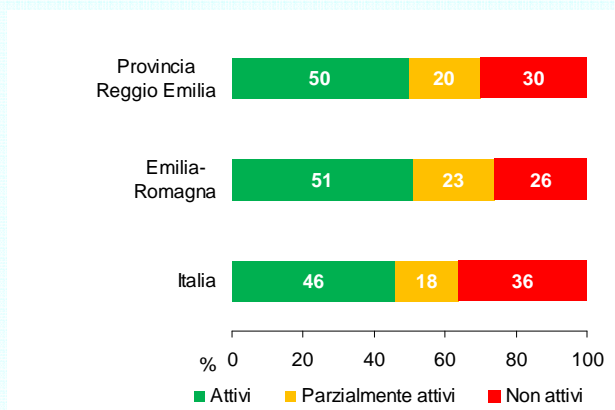


Nel tempo libero una persona su due risulta attiva: il 32% pratica livelli elevati, svolgendo 300 minuti o più di attività fisica intensa o moderata alla settimana, e il 18% livelli più moderati, praticando invece da 150 a 300 minuti. Il 20% dei 18-69enni è invece parzialmente attivo, praticando qualche attività nel tempo libero senza raggiungere la soglia di 150 minuti settimanali e il 30% non svolge nessuna attività fuori dal lavoro.

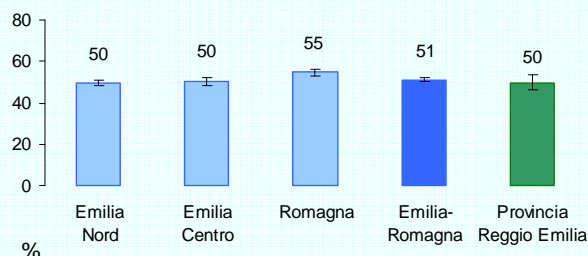
La percentuale di persone che praticano attività fisica nel tempo libero secondo linee guida appare in linea con quella regionale e nazionale.

A livello regionale la prevalenza risulta più alta in Romagna rispetto alle altre due aree territoriali.

Livello di attività fisica praticato nel tempo libero (%)  
Nuovo indicatore PASSI 2012-15



Attività fisica praticata nel tempo libero (%)  
Nuovo indicatore PASSI 2012-15



## L'atteggiamento degli operatori sanitari Adulti (18-69 anni)

In provincia di Reggio Emilia un terzo delle persone intervistate (32%) ha riferito di aver ricevuto nell'ultimo anno il consiglio di fare regolare attività fisica, tale valore è in linea con quello registrato in regione (33%) e nell'intero Paese (30%).

La prevalenza di persone che hanno ricevuto il consiglio di svolgere regolare attività fisica cresce con l'età ed è più elevata tra le donne, e le persone con difficoltà economiche.

Analizzando tutte assieme le variabili considerate in un modello di regressione logistica per correggere l'influenza dei diversi fattori tra di loro, non si osservano associazioni statisticamente significative.

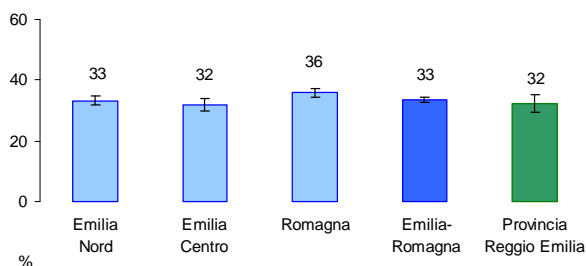
A livello regionale, dall'analisi del modello logistico il consiglio di svolgere attività fisica risulta associato positivamente alla classe di età di età più avanzata, al genere femminile, alla presenza di molte difficoltà economiche e alla cittadinanza italiana.

In provincia di Reggio Emilia la percentuale di chi ha ricevuto questo consiglio sanitario risulta, inoltre, più elevata tra le persone in eccesso ponderale (41%); il consiglio non appare, invece, influenzato dalla presenza di una patologia cronica, a differenza di quanto accade a livello regionale (46%).

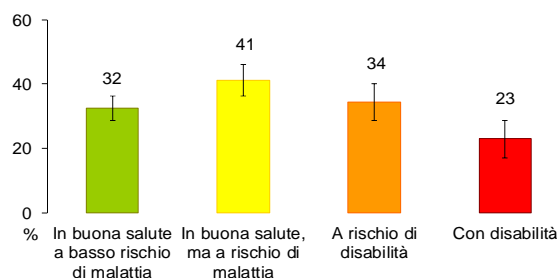
La prevalenza di persone che hanno ricevuto il consiglio di svolgere regolare attività fisica appare abbastanza omogenea a livello regionale.

A livello regionale e nazionale la percentuale di persone che hanno ricevuto il consiglio, non mostra andamenti significativi negli anni 2008-15.

Personae che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare (%) PASSI 2012-15



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

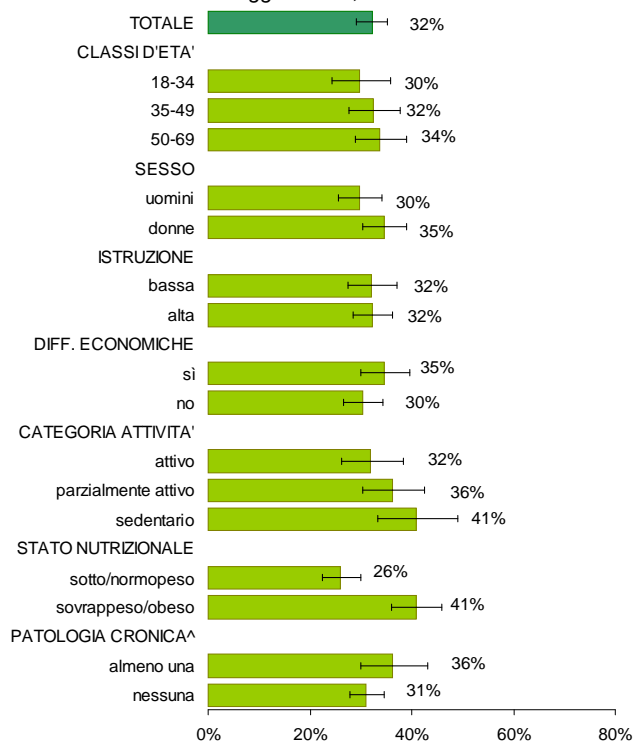


### Che cos'è il sistema di sorveglianza PASSI?

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 (25 al mese per ogni AUSL) con un questionario standardizzato. I dati vengono registrati in forma anonima in un unico archivio nazionale. Nel quadriennio 2012-15 in Emilia-Romagna sono state realizzate oltre 12.600 interviste (poco meno di 150 mila a livello nazionale). Per maggiori informazioni, visita il sito [www.ausl.mo.it/dsp/passier](http://www.ausl.mo.it/dsp/passier).

A cura del Gruppo di lavoro PASSI Reggio-Emilia: Anna Maria Ferrari, Cristina Raineri, Erika Albanese, Lorenza Bernabei, Luciana Bonettini, Maria Grazia Carrì, Giuseppina Crea, Daniela Doda, Angelo Gargano, Daniela Gattei, Maria Maioli, Stefania Mozzanica, Giorgio Paoli, Camelia Petrla, Sandra Ricordini, Laura Rossi, Marie Bernardette Rouaux.

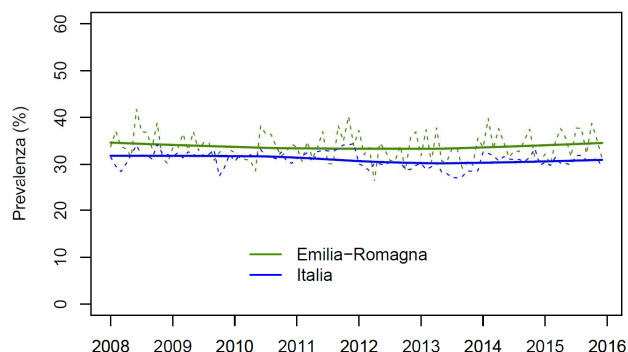
Personae che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica regolare° (%) Provincia Reggio Emilia, PASSI 2012-15



^ 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 2008-15



### Personae 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%).

