

SORVEGLIANZE

Passi e Passi d'Argento - dati 2017-2020



Guadagnare salute

La strategia europea per affrontare le malattie non trasmissibili promuove un approccio globale e integrato di azioni che riducono le disuguaglianze nella salute. L'obiettivo di questa strategia è la promozione di programmi di prevenzione a livello di popolazione e specifiche misure rivolte a gruppi e individui ad alto rischio, e la massimizzazione della copertura della popolazione per i trattamenti e le cure efficaci. Guadagnare Salute rientra nella cornice della strategia europea, seguendo lo stesso obiettivo di agire in modo integrato e coordinato sui quattro principali fattori di rischio modificabili per migliorare la qualità della vita e del benessere degli individui.

TEMI

ABITUDINE AL FUMO

CONSUMO DI ALCOL

ECESSO PONDERALE

FIVE A DAY

SEDENTARIETÀ

Caratteristiche dei fumatori

In Provincia di Bolzano, un adulto su quattro e un anziano su dieci fuma. Il fumo di sigaretta è più frequente fra i giovani e fra le classi socioeconomiche più svantaggiate (meno istruiti e/o con maggiori difficoltà economiche). Rispetto al 2019 la percentuale delle fumatrici e dei fumatori in età adulta è aumentata (18,9% vs 26,8% e 22,1% vs 28,7%) e la differenza riscontrata tra i due sessi rimane tra le minime. Negli ultimi 5 anni, la percentuale di fumatori tra gli anziani è rimasta stabile attorno all'8%.

Tra gli adulti, il 19,6% dei fumatori rispetto al 13,0% delle fumatrici fumano più di un pacchetto al giorno, mentre tra gli anziani uno su nove è un forte fumatore. Invece, il consumo medio giornaliero è di circa 11 sigarette per gli adulti e 10 sigarette per gli anziani.

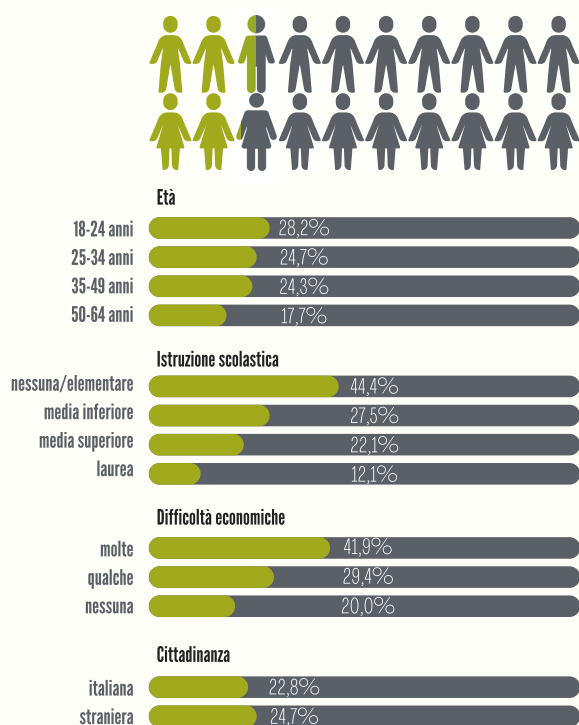
Per quanto riguarda l'abbandono dell'abitudine tabagica, è più frequente in chi è più avvantaggiato per reddito o per istruzione: la quota di ex-fumatori è maggiore fra gli adulti (22,7% vs 25,6%) e anziani (35,7% vs 24,3%) senza difficoltà economiche e fra gli adulti (16,7% vs 23,8%) e anziani (42,8% vs 24,3%) più istruiti. Sebbene la vita in famiglia sembri non incidere sull'abitudine al fumo, si osserva tra gli anziani una maggiore prevalenza di ex-tabagisti tra chi abita con altre persone (33,4%) rispetto a chi vive da solo (23,9%).

Due adulti fumatori su cinque e poco meno della metà degli anziani fumatori riferiscono di aver ricevuto il consiglio da parte di un medico o un operatore sanitario di smettere di fumare. La frequenza del consiglio medico varia in base al tipo di fumatore: in età adulta, il 18,5% dei fumatori occasionali ha ricevuto il consiglio, percentuale che aumenta al 42,5% nei fumatori medi e al 48,6% nei fumatori forti. Tre fumatori forti su quattro in età anziana hanno ricevuto il consiglio di smettere di fumare.

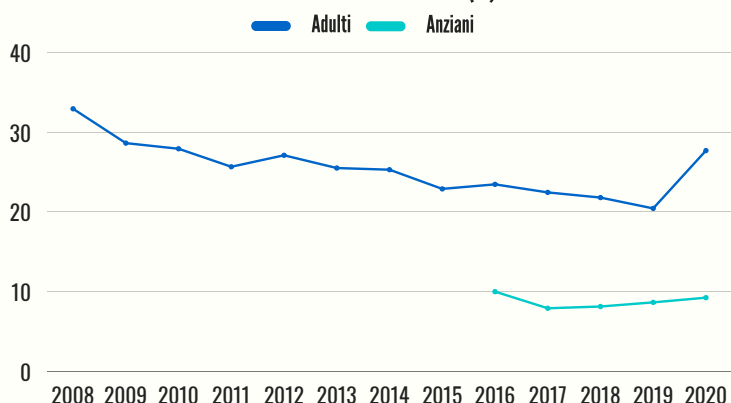
Il 44,3% degli adulti fumatori ha tentato di smettere di fumare; il tentativo è riuscito al 14,7%.

Il 10,9% dei fumatori in età adulta dichiara di utilizzare esclusivamente o prevalentemente sigarette confezionate a mano con tabacco trinciato, l'uso della sigaretta elettronica coinvolge l'1,7%, mentre è ancora appannaggio di pochissime persone l'uso di sigarette di tabacco senza combustione (0,2%).

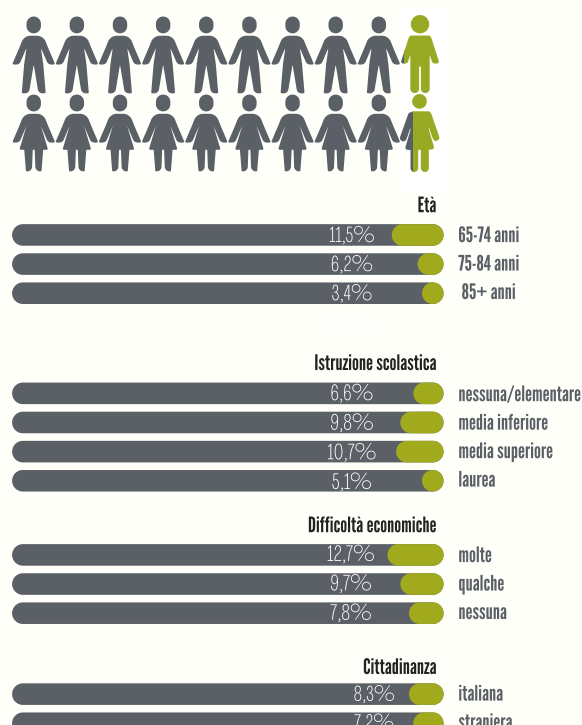
Adulti 18-64 anni



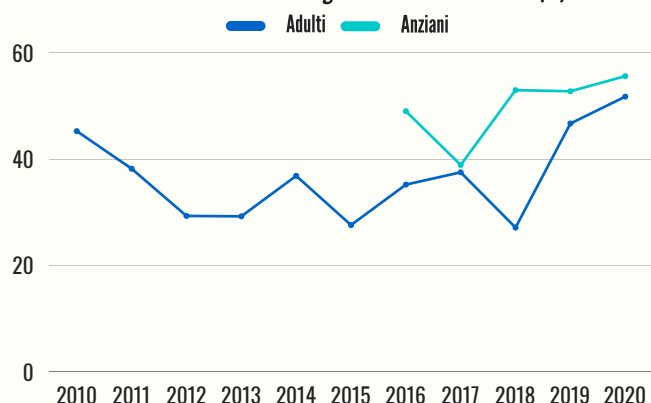
Trend annuale dei fumatori (%)



Anziani 65 anni e oltre



Trend annuale del consiglio di smettere di fumare (%)



Caratteristiche dei consumatori di alcol a maggior rischio

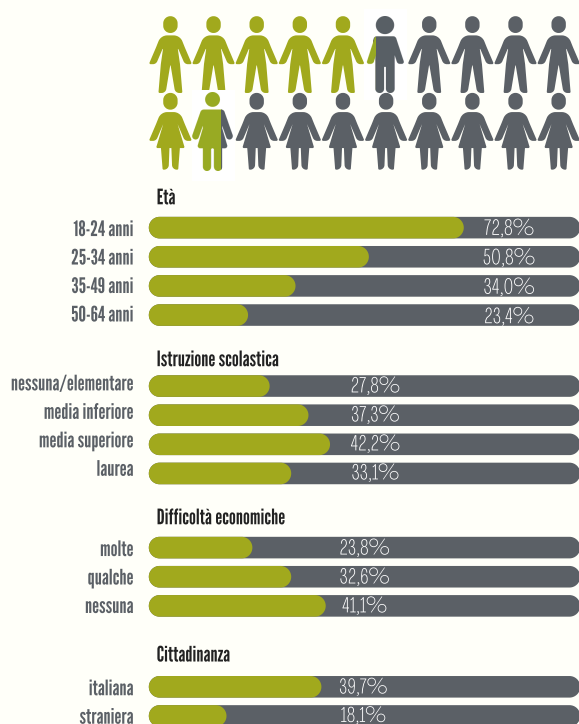
In Provincia di Bolzano, 3 adulti su 4 dichiarano di consumare bevande alcoliche e 2 su 5 ne fanno un consumo a maggior rischio per la salute, per quantità o modalità di assunzione. La metà degli anziani dichiara di bere alcol e 1 su 5 a maggior rischio per la salute. Il consumo a maggior rischio è più frequente fra i giovani, gli uomini e le persone socialmente più avvantaggiate, senza difficoltà economiche e/o con un alto livello di istruzione.

È preoccupante il numero di persone che assume alcol pur avendo una controindicazione assoluta, come i pazienti con malattie del fegato, fra i quali quasi 9 su 10 dichiarano di aver consumato alcol nei 30 giorni precedenti l'intervista; ma anche fra le donne in gravidanza e fra quelle che allattano, fra le quali a consumare alcol è 1 su 5.

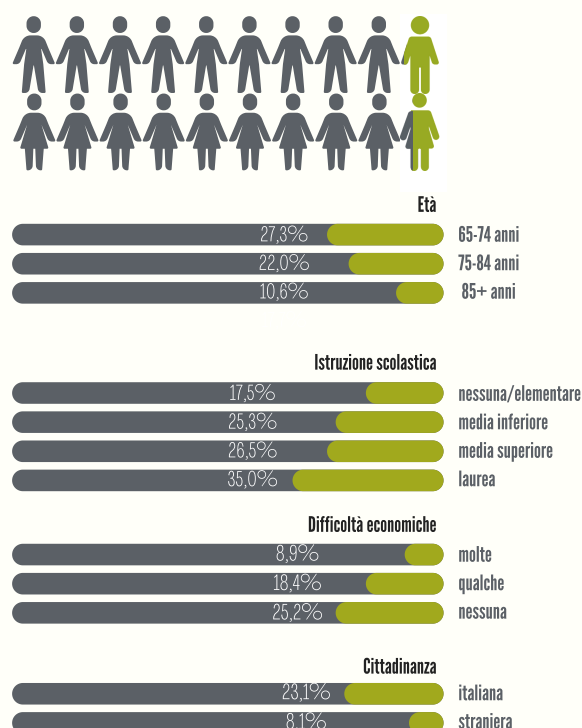
In provincia la percentuale di consumatori a maggior rischio per la salute è stabile da ormai un po' di anni, ma rimane la più alta sul territorio nazionale. Stabile negli anni anche la percentuale del consumo di tipo binge (14,1% nel 2008 vs 15,1%) e di tipo abituale elevato (5,6% nel 2008 vs 4,0% nel 2020), mentre sono aumentati gli adulti che consumano alcol prevalentemente fuori pasto (25,1% nel 2008 vs 31,0% nel 2020). Sia il consumo di tipo binge (38,5% dei 18-24enni vs 12,4% dei 50-64enni) che il consumo fuori pasto (67,8% dei 18-24enni vs 15,4% dei 50-64enni) sono più frequenti tra i giovani adulti, gli uomini (29,9% e 40,0% vs 10,5% e 22,4%), le persone senza difficoltà economiche e/o con alto livello di istruzione e i cittadini italiani (19,1% e 32,0% vs 5,6% e 13,7%).

L'attenzione degli operatori sanitari al problema dell'abuso di alcol appare ancora troppo bassa: appena il 3,5% dei consumatori di alcol a maggior rischio, il 4,4% dei consumatori binge, il 3,4% dei consumatori fuori pasto e il 13,0% dei consumatori con abituale consumo elevato riferiscono di aver ricevuto il consiglio di bere meno.

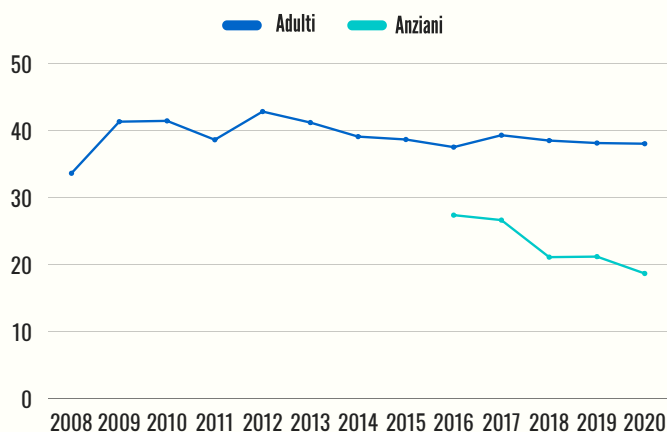
Adulti 18-64 anni



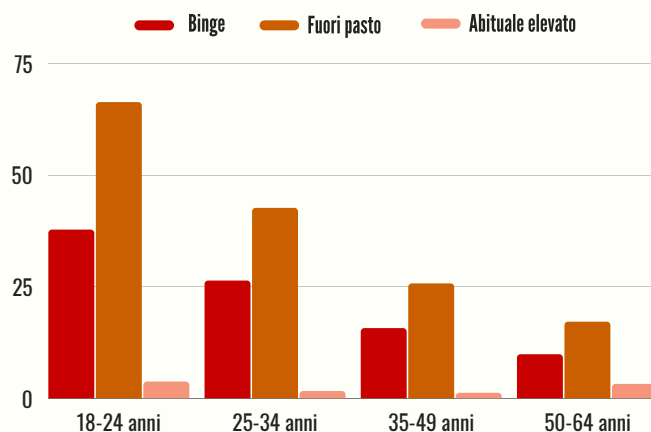
Anziani 65 anni e oltre



Trend annuale dei consumatori a rischio (%)



Frequenza del tipo di consumo nella popolazione adulta (%)



Caratteristiche delle persone in eccesso ponderale

I dati riferiti dagli intervistati relativi a peso e altezza portano a stimare che 4 adulti su 10 (27,4% in sovrappeso e 5,6% obeso) e 1 anziano su 2 (38,3% in sovrappeso e 11,6% obeso) siano in eccesso ponderale. L'essere in eccesso ponderale è una caratteristica più frequente al crescere dell'età, fra gli uomini rispetto alle donne, fra le persone con difficoltà economiche e/o basso livello di istruzione e cittadinanza straniera. Per la quota di persone in sovrappeso si registra una riduzione rispetto all'anno precedente, mentre l'obesità tra gli anziani aumenta seppur lentamente. I valori provinciali sono al di sotto della media italiana.

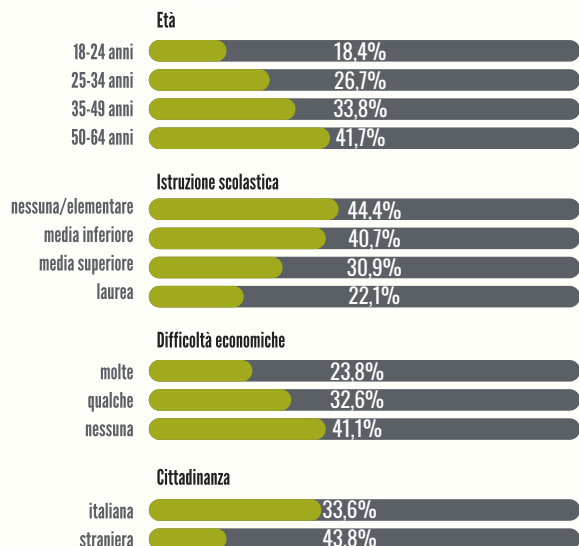
Gli adulti in sovrappeso o obesi sembrano essere poco consapevoli del loro stato di eccesso ponderale e non si percepiscono tali. Poco più della metà degli adulti in sovrappeso ritiene troppo alto il proprio peso, fra gli obesi il 96,1% ne è consapevole. Generalmente le donne sono più consapevoli del problema rispetto agli uomini: il 68,3% delle donne in sovrappeso rispetto al 59,3% degli uomini sovrappesi sono coscienti del proprio eccesso ponderale.

1 anziano su 4 ha perso peso in modo involontario, nel 7,5% si è verificata una riduzione ponderale superiore al 5% o maggiore di 4,5 kg. La perdita fisiologica di peso riguarda il 5,7% degli 65-74enni ed è due volte più frequente negli ultra 84enni. Questo aspetto è più spesso presente tra coloro a cui sono state diagnosticate patologie croniche: il 14,3% in chi ne ha almeno due rispetto al 4,6% di chi non ne riferisce alcuna.

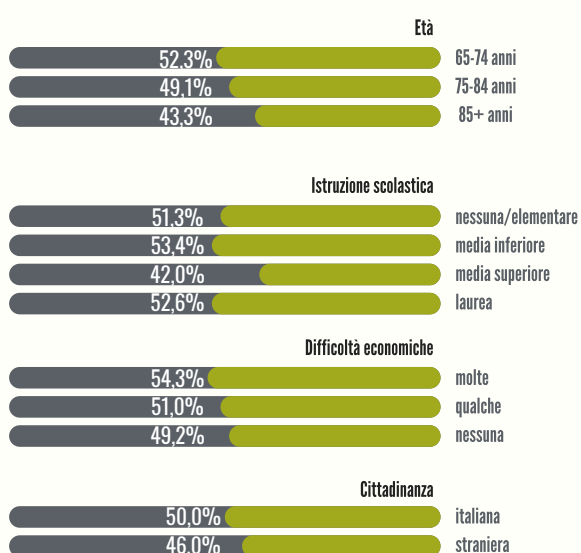
Bassa, e in riduzione nel tempo, l'attenzione degli operatori sanitari al problema: il 37,2% degli adulti in eccesso ponderale riferisce di aver ricevuto dal proprio medico il consiglio di perdere peso (28,2% delle persone in sovrappeso e 76,5% degli obesi). Il 24,1% delle persone in eccesso ponderale sta seguendo una dieta (20,6% delle persone in sovrappeso e 41,0% degli obesi). La quota di persone in eccesso ponderale che dichiara di seguire una dieta è maggiore fra coloro che hanno ricevuto il consiglio medico rispetto a quelli che non lo hanno ricevuto (42,1% vs 9,0%).

Il sovrappeso e l'obesità aumentano il rischio di malattie croniche. Il 13,5% degli adulti e il 51,7% degli anziani soffrono di almeno una malattia cronica, di cui 2 adulti su 5 e 1 anziano su 2 è in eccesso ponderale.

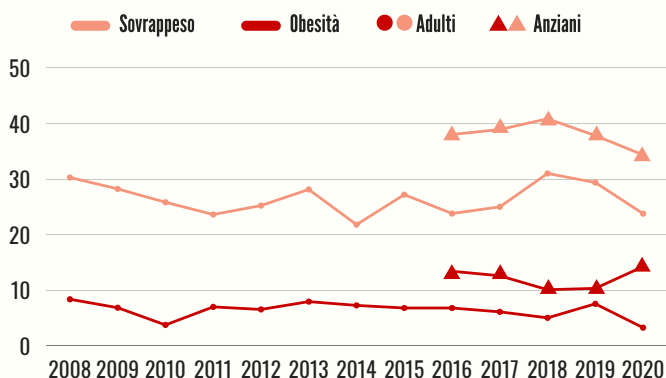
Adulti 18-64 anni



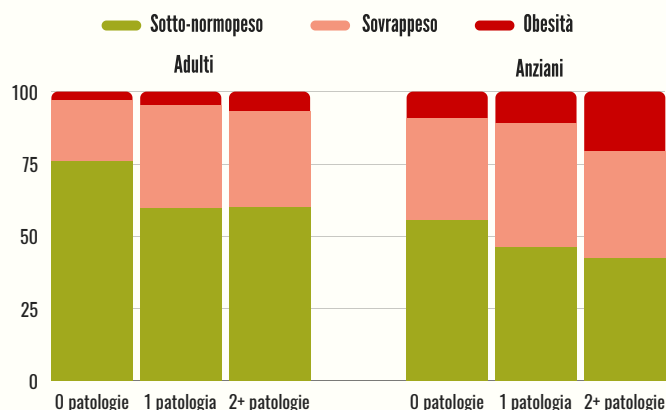
Anziani 65 anni e oltre



Trend annuale delle persone in eccesso ponderale (%)



Valutazione del peso in base al IMC per numero patologie croniche (%)



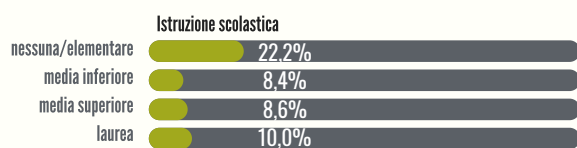
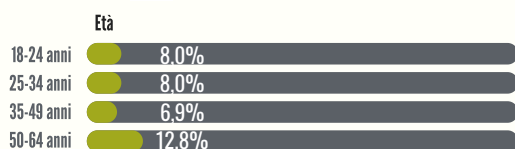
Caratteristiche delle persone che aderiscono al five a day

In Provincia di Bolzano, 5 adulti su 10 consumano 1-2 porzioni di frutta o verdura al giorno, meno di 4 su 10 consumano 3-4 porzioni, mentre appena 1 su 10 consuma la quantità raccomandata dalle linee guida per una corretta alimentazione, ovvero 5 porzioni al giorno (five a day). Una piccola quota di persone (meno del 2%) dichiara di non consumare né frutta né verdura. Anche il consumo medio giornaliero di frutta e verdura fra le persone ultra 64enni non ha raggiunto la quantità indicata dalle linee guida per una corretta alimentazione.

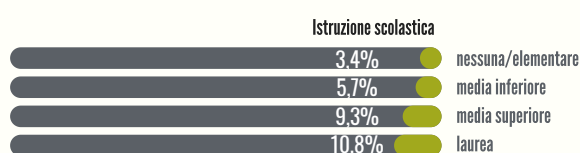
Dal 2008 la quota di adulti che aderisce al five a day è leggermente aumentata (4,0% nel 2008 vs 8,9% nel 2020), mentre resta sostanzialmente stabile quella degli anziani (6,6% nel 2016 vs 6,3% nel 2020).

Se l'adesione al five a day resta un'abitudine di pochi, quasi la metà della popolazione adulta e anziana consuma almeno 3 porzioni di frutta o verdura al giorno; le caratteristiche di chi ha comunque questa buona abitudine restano associate al genere femminile, all'età, al vantaggio socioeconomico per risorse finanziarie e alla cittadinanza italiana.

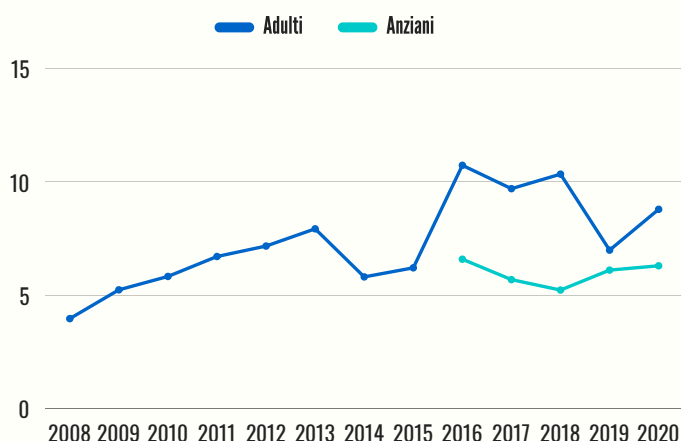
Adulti 18-64 anni



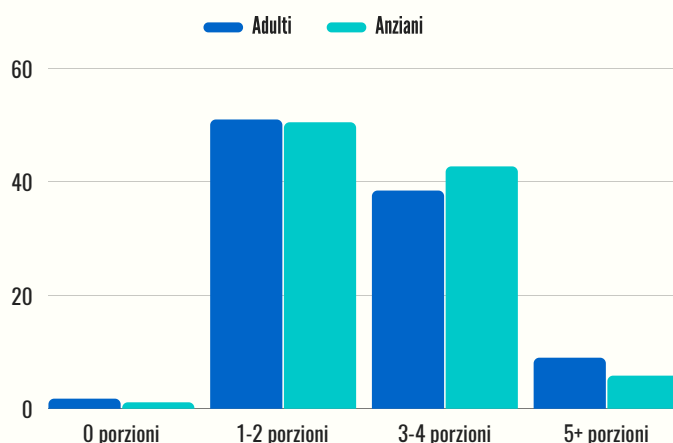
Anziani 65 anni e oltre



Trend annuale del five a day (%)



Numero porzioni di frutta e verdura al giorno per età (%)



Caratteristiche dei sedentari

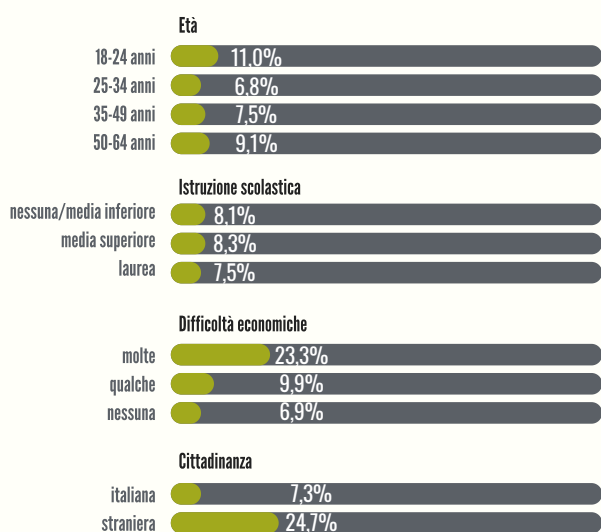
Attualmente, l'OMS raccomanda ad adulti e ultra 64enni di praticare almeno 150 minuti a settimana di attività fisica moderata, o 75 minuti di attività intensa, o combinazioni equivalenti delle due modalità. Raccomanda inoltre di svolgere sessioni di almeno 10 minuti per ottenere benefici cardio-respiratori. Sono classificati come "sedentari" gli adulti che non praticano attività fisica nel tempo libero e non lavorano, oppure svolgono un lavoro sedentario o uno che pur richiedendo uno sforzo fisico (moderato o pesante) non è regolare e continuativo nel tempo. Per la popolazione anziana viene utilizzato il Pase (Physical Activity Scale for elderly), che consente di quantificare i livelli di attività fisica raggiunta considerando le attività comunemente svolte da persone di questa età senza enfatizzare le sole attività sportive o ricreative. Pertanto la definizione di "sedentario" si basa sul punteggio Pase e si applica a quelle persone con un Pase inferiore a 76.

L'8,2% della popolazione adulta e il 26,2% degli anziani sono sedentari. La sedentarietà è più frequente all'avanzare dell'età, fra le donne, fra i cittadini stranieri e fra le persone con uno stato socioeconomico più svantaggiato, per difficoltà economiche e/o basso livello di istruzione.

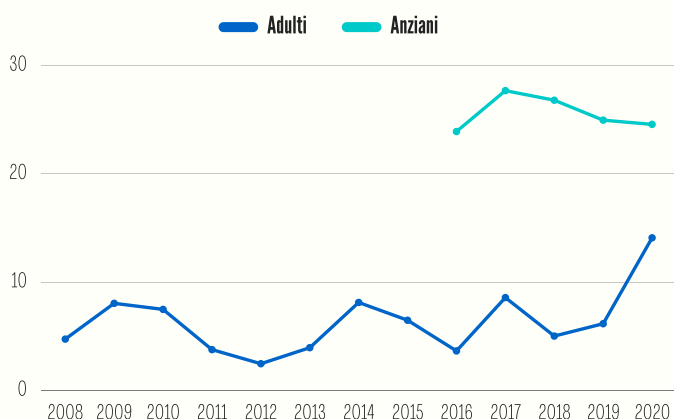
Non sempre la percezione soggettiva del livello di attività fisica praticata corrisponde a quella effettivamente svolta: l'11,6% degli adulti parzialmente attivi e il 3,9% dei sedentari, percepiscono come sufficiente il proprio impegno.

Troppo bassa appare l'attenzione degli operatori sanitari al problema della scarsa attività fisica, anche nei confronti di persone in eccesso ponderale o con patologie croniche. Il 23,0% riferisce di aver ricevuto il consiglio, dal medico o da un operatore sanitario, di fare regolare attività fisica; fra le persone in eccesso ponderale questa quota sale al 33,1%, fra le persone con patologie croniche raggiunge il 40,9%. Nonostante sia diffusa la conoscenza dell'importanza di praticare attività fisica ai fini del benessere psico-fisico degli anziani si rileva che solo il 21,0% degli ultra 64enni, negli ultimi 12 mesi precedenti l'intervista, ha ricevuto da parte di un medico o altro operatore il consiglio di fare attività fisica.

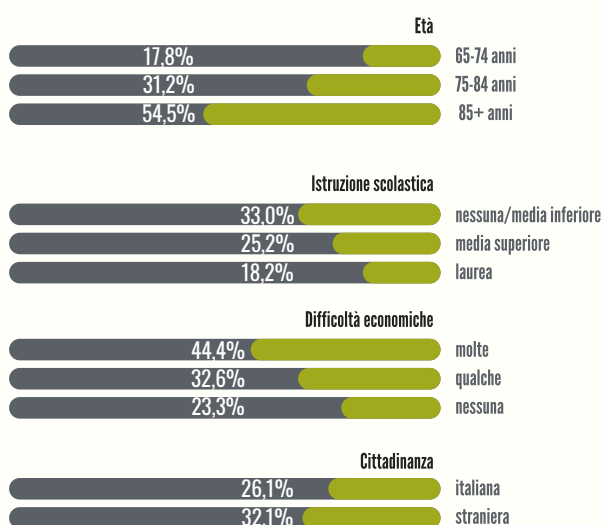
Adulti 18-64 anni



Trend annuale delle persone sedentarie (%)



Anziani 65 anni e oltre



Trend annuale del consiglio di fare attività fisica (%)

