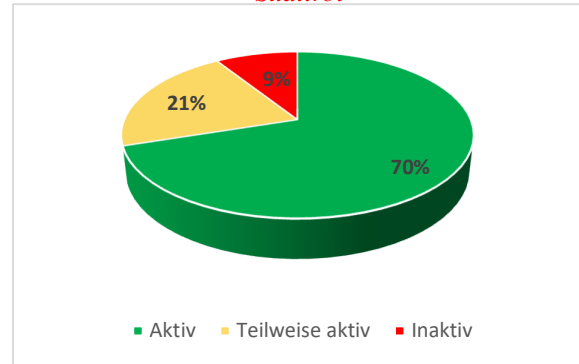


KÖRPERLICHE AKTIVITÄT Südtirol

PASSI-Daten 2021-2022

Den PASSI-Daten zufolge haben in Südtirol fast drei von vier Erwachsenen im Alter von 18 bis 69 Jahren einen aktiven Lebensstil (70 %) und befolgen die Aktivitätsempfehlungen der WHO oder üben eine körperlich anstrengende Arbeit aus. Der Anteil der körperlich aktiven Erwachsenen ist in Südtirol deutlich höher als auf nationaler Ebene (46,7 %). Ein Fünftel der Erwachsenen (20,5 %) werden als teilweise körperlich aktiv eingestuft, da sie körperliche Aktivität in geringerem Ausmaß ausüben und einer körperlich moderat anstrengenden Arbeit nachgehen.

Körperliche Aktivität Südtirol



Körperlich inaktive Erwachsene

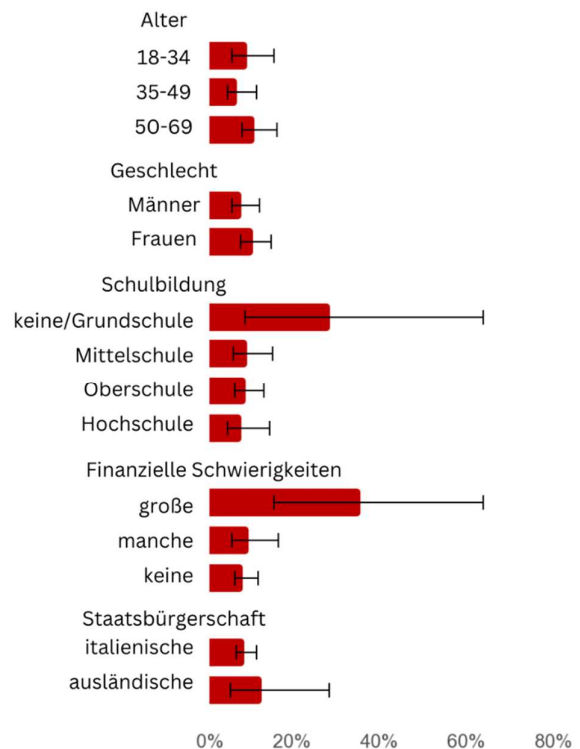
Laut PASSI-Daten liegt der Prozentsatz der körperlich inaktiven Erwachsenen in Südtirol bei 9,0 %. Der Wert liegt deutlich unter dem nationalen Durchschnitt von rund 30 %. Eine sitzende Lebensweise kommt mit zunehmendem Alter (10,8 % der 50- bis 69-Jährigen) und bei Erwachsenen mit großen finanziellen Schwierigkeiten häufiger vor. 35 % der Personen mit großen finanziellen Schwierigkeiten sind körperlich inaktiv im Vergleich zu 9,2 % mit manchen Schwierigkeiten und 8 % ohne finanzielle Schwierigkeiten.

Erwachsene mit ausländischer Staatsangehörigkeit sind häufiger körperlich inaktiv als italienische Staatsbürger/innen (12,3 % vs. 8,3 %). Ein weiterer Faktor, der auf die körperliche Aktivität Einfluss nimmt, ist das geistige Wohlbefinden: Rund ein Drittel der Erwachsenen mit depressiver Symptomatik üben keine körperliche Aktivität aus im Vergleich zu 1 von 10 ohne depressiven Symptomen.

Die subjektive Wahrnehmung des Ausmaßes der körperlichen Aktivität entspricht nicht immer der tatsächlich ausgeübten: Ein Drittel der teilaktiven und ein Fünftel der inaktiven Erwachsenen halten ihr Engagement für ausreichend.

Körperlich inaktive Erwachsene nach soziodemographischen Merkmalen Südtirol

Gesamt: 9,0% (CI95%: 6,9%-11,7%)



Ein Überblick

Der regionale Vergleich zeigt, dass in Südtirol der Anteil der körperlich aktiven 18- bis 69-Jährigen am höchsten und der jener der körperlich inaktiven am geringsten ist.

In Italien gibt es bei der körperlichen Inaktivität ein Nord-Süd-Gefälle: In Mittel- und Süditalien verliert die körperliche Aktivität an Bedeutung. In Kampanien beträgt der Anteil der körperlich inaktiven Erwachsenen etwa 52%.

Die Auswirkungen der Pandemie mit ihren Eindämmungsmaßnahmen haben offensichtlich dazu geführt, dass der Anteil der körperlich inaktiven Erwachsenen im Jahr 2020 im Vergleich zu den Jahren 2018 und 2019 anstieg, aber in den letzten 2 Jahren wieder rückläufig ist.

Körperlich inaktive Erwachsene nach Wohnregion



- schlechter als der nationale Wert
- ähnlich wie der nationale Wert
- besser als der nationale Wert

Jährlicher Trend der körperlich inaktiven Erwachsenen in Südtirol, Daten 2008-2022

