

**OSSERVATORIO NAZIONALE**  
SULLA SALUTE NELLE REGIONI ITALIANE

*Un progetto di*



UNIVERSITÀ  
CATTOLICA  
del Sacro Cuore

# Prevenzione e stili di vita degli italiani: come sono cambiati negli ultimi venti anni

Emanuela Bologna

*[www.osservatoriosullasalute.it](http://www.osservatoriosullasalute.it)*

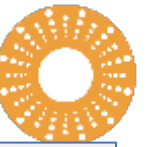
14 DICEMBRE 2023

# Stili di vita e Prevenzione: fattori chiavi per salute e benessere



- L'OMS indica che le malattie non trasmissibili (NCDs) uccidono ogni anno 41 milioni di persone (74% di tutti i decessi a livello globale). Tabacco, sedentarietà, alcol, dieta non salutare e eccesso di peso sono fattori di rischio che aumentano il rischio di mortalità per NCDs.
- L'Italia nel contesto europeo (Ue27) si distingue per i livelli molto bassi di obesità e una quota meno elevata di fumatori abituali, ma si caratterizza per bassi livelli di attività fisica svolta secondo i livelli raccomandati dall'OMS per migliorare le condizioni di salute.
- A partire dal 2020, con la diffusione della pandemia da SARS-CoV-2, si è osservato un forte impatto sugli stili di vita della popolazione e ancora oggi possiamo intravedere gli strascichi di quanto accaduto, con situazioni non sempre ritornate al livello del pre-pandemia.
- La promozione della salute deve essere incentrata sul contrasto dei fattori di rischio comportamentali che possono essere modificati, sulla riduzione delle disuguaglianze, sulla diffusione degli screening e della diagnosi precoce.

# Prevenzione e stili di vita: effetti cumulativi nel corso di vita



E' noto che lo stato di salute di una persona è il risultato dell'interazione di molteplici fattori che si sperimentano in modi e tempi diversi durante il corso della vita (Life course approach).

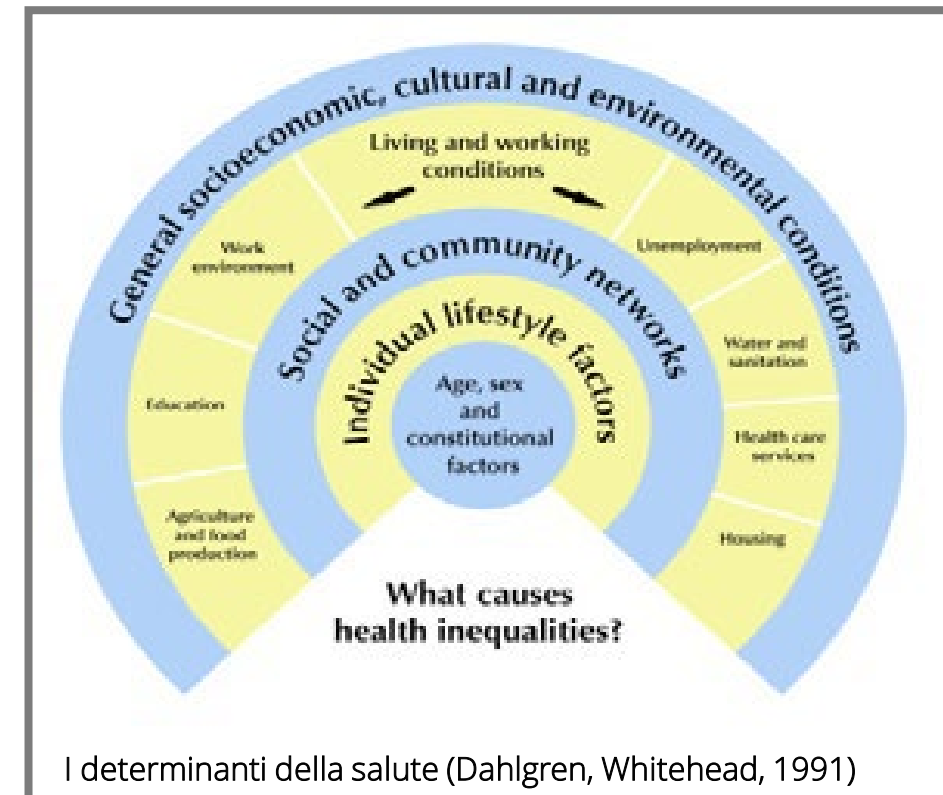
Corso della vita



Effetti cumulativi

Vantaggi e svantaggi tendono a concentrarsi trasversalmente e ad accumularsi longitudinalmente (Costa e Spadea 2004)

Tra i fattori che determinano l'insorgenza di patologie croniche alcuni sono di tipo genetico, per definizione quindi non modificabili, altri sono comportamentali (tabagismo, consumo dannoso di bevande alcoliche, eccesso di peso, inattività fisica, cattiva alimentazione) quindi modificabili attraverso la promozione di stili di vita salutari, che a loro volta hanno una rilevante interazione con aspetti socioeconomici e ambientali, anch'essi rimovibili.

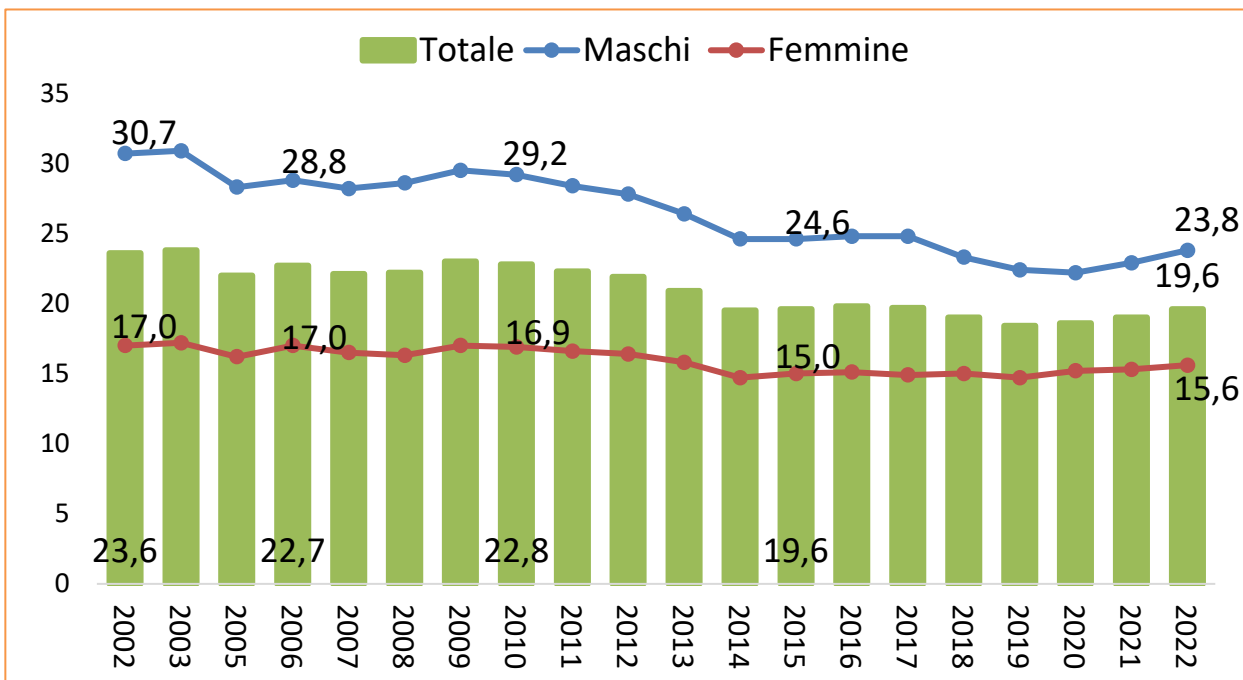




# STILI DI VITA: TREND NEGLI ULTIMI 20 ANNI

# Abitudine al fumo

Persone di 14 anni e più per abitudine al fumo – Anni 2002-2022 (valori percentuali)



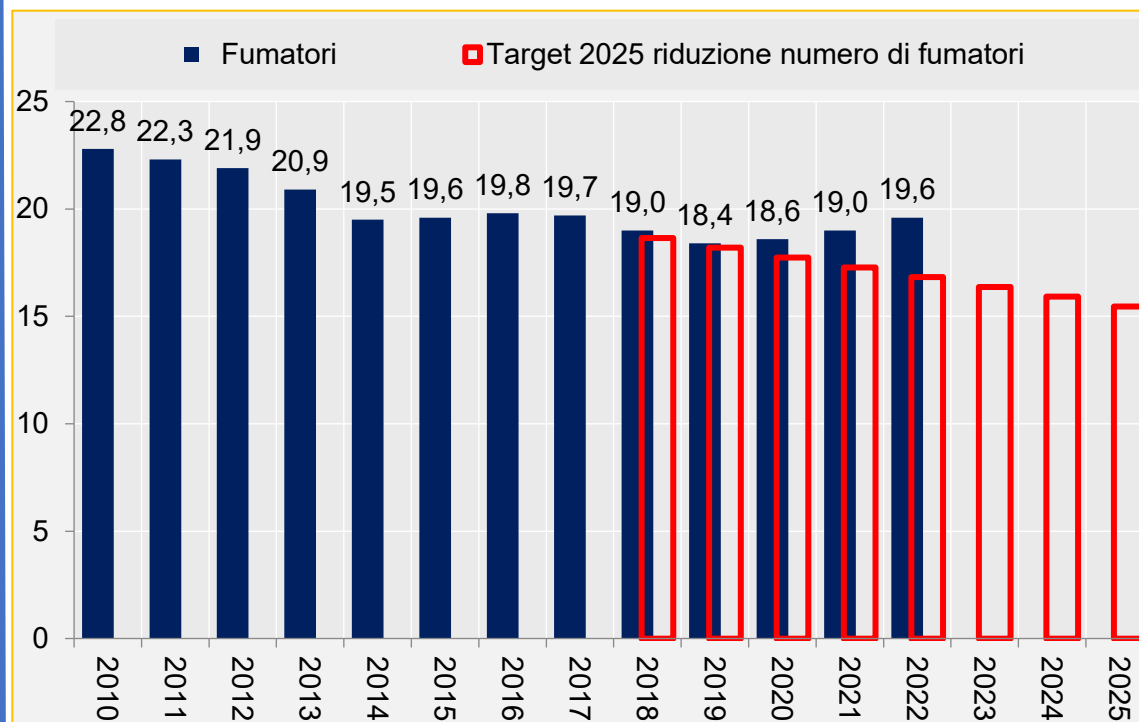
Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

- Diminuiscono i fumatori tra il 2010 e il 2019, ma dal 2020, si osserva un'inversione di tendenza con un nuovo e progressivo aumento.
- Tra il 2010 e il 2022 si dimezzano i forti fumatori: dal 6,4% al 3,1% (più tra gli uomini).
- Fumo più diffuso tra gli uomini che tra le donne, la distanza si riduce nel tempo per effetto della riduzione tra gli uomini.
- Livelli più elevati a partire dai 20-24 anni, raggiungendo il livello più elevato tra 35-44 anni (27,2%).



Tra gli obiettivi dell'OMS per il 2025 vi è quello di ridurre del 30% la quota di fumatori rispetto al 2010, ma l'incremento registrato nel 2022 sta distanziando il raggiungimento del dato di proiezione fissato per il 2025.

Persone di 14 anni e più che dichiarano di fumare attualmente Anni 2010-2022 e target 2025 (valori percentuali)

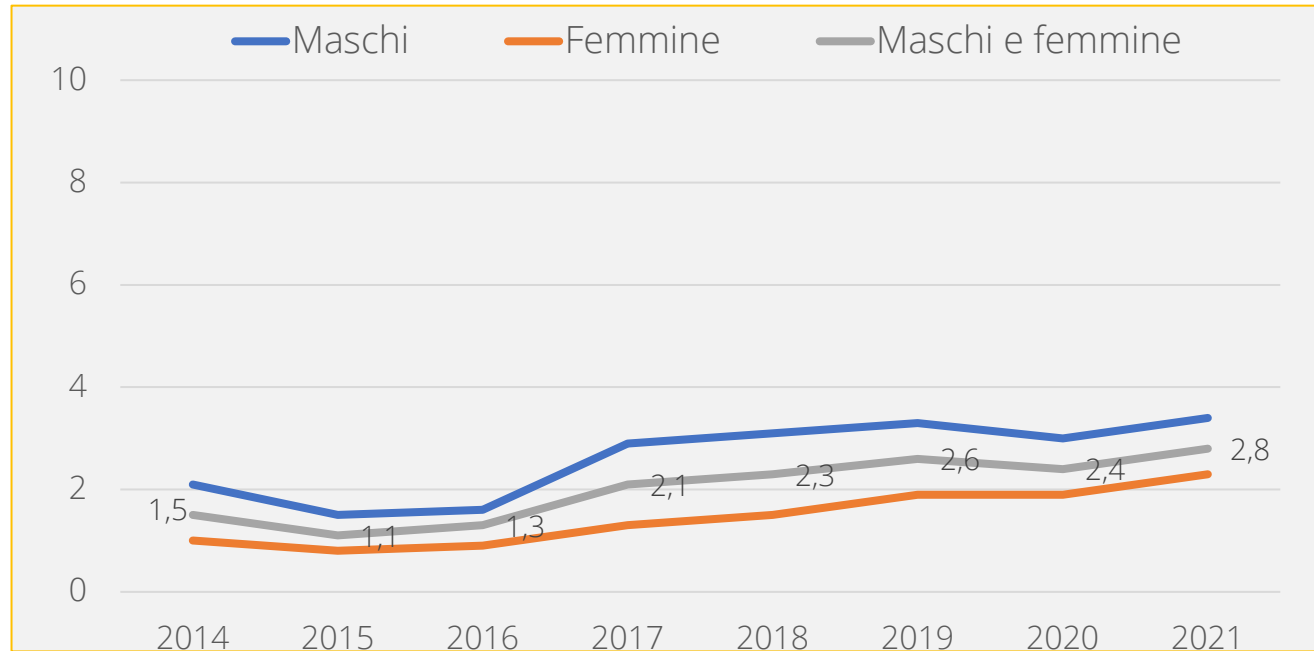


Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

# Sigaretta elettronica e prodotti a tabacco riscaldato non bruciato (HnB)



Persone di 14 e più che usano la sigaretta elettronica. Anni 2014-2021 (valori percentuali)



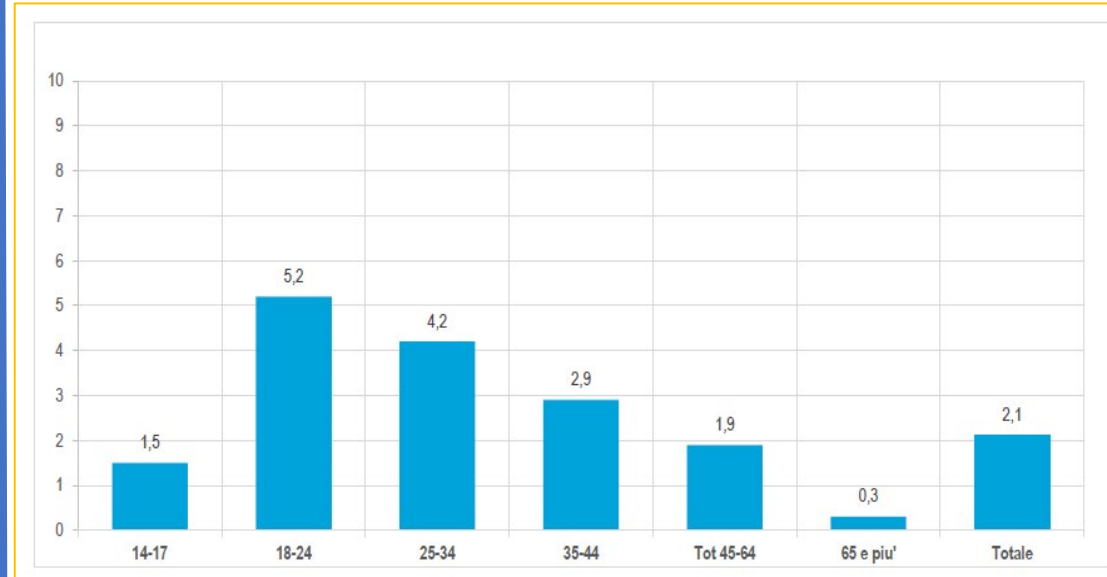
Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

Dal 2014 al 2021 l'uso della sigaretta elettronica è aumentato lentamente e costantemente.

Nel 2014, gli utilizzatori di 14 anni e più erano circa 800mila, fino ad arrivare nel 2021 a quasi un milione e mezzo di persone di 14 anni e più. L'aumento nel tempo ha riguardato uomini e donne, con livelli più che raddoppiati nell'arco di quasi 10 anni.

I giovani sono i maggiori fruitori; tra 18-34 anni la quota di utilizzatori è 5,2% (circa il 6% dei maschi e il 4,5% delle femmine).

Persone di 14 e più che usano prodotti a tabacco riscaldato non bruciato per età. Anno 2021 (valori percentuali)



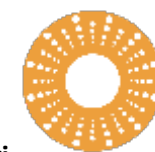
Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

Nel 2021 la quota di consumatori di prodotti a tabacco riscaldato non bruciato (HnB) è stata pari al 2,1%.

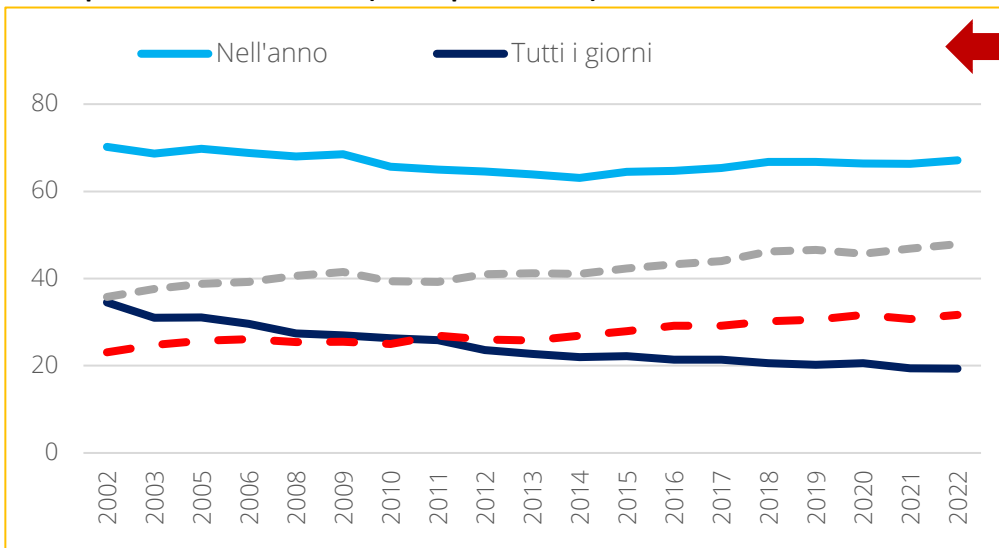
Anche in questo caso utilizzati più dai giovani: li usa il 5,2% delle persone di 18-24 anni (in questa fascia di età sono più ragazze: il 7% contro il 3,6% dei ragazzi).

**Chi fa uso di sigaretta elettronica e/o HnB è più spesso anche un fumatore tradizionale, seguito da chi è un ex fumatore, solo una quota residuale è un non fumatore.**

# Consumo di alcol: comportamenti a rischio e a maggior rischio



Persone di 11 anni e più per consumo di bevande alcoliche nell'anno, tutti i giorni, occasionalmente e fuori pasto. Anni 2002-2022 (valori percentuali)

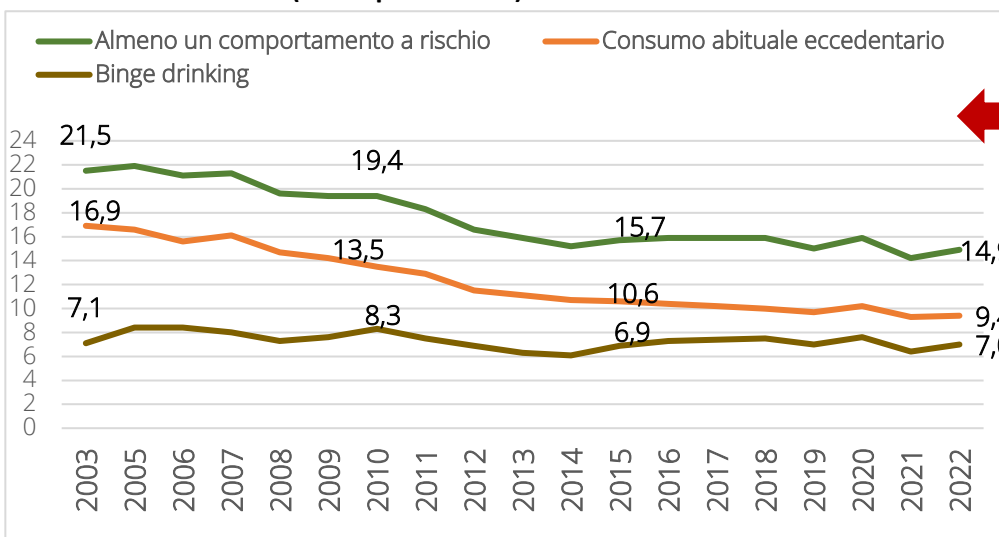


- Diminuisce il consumo giornaliero al pasto;

- In aumento il consumo occasionale e fuori pasto.

Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

Persone di 11 anni e più per tipo di comportamento a rischio nel consumo di bevande alcoliche e sesso. Anni 2003-2022 (valori percentuali)



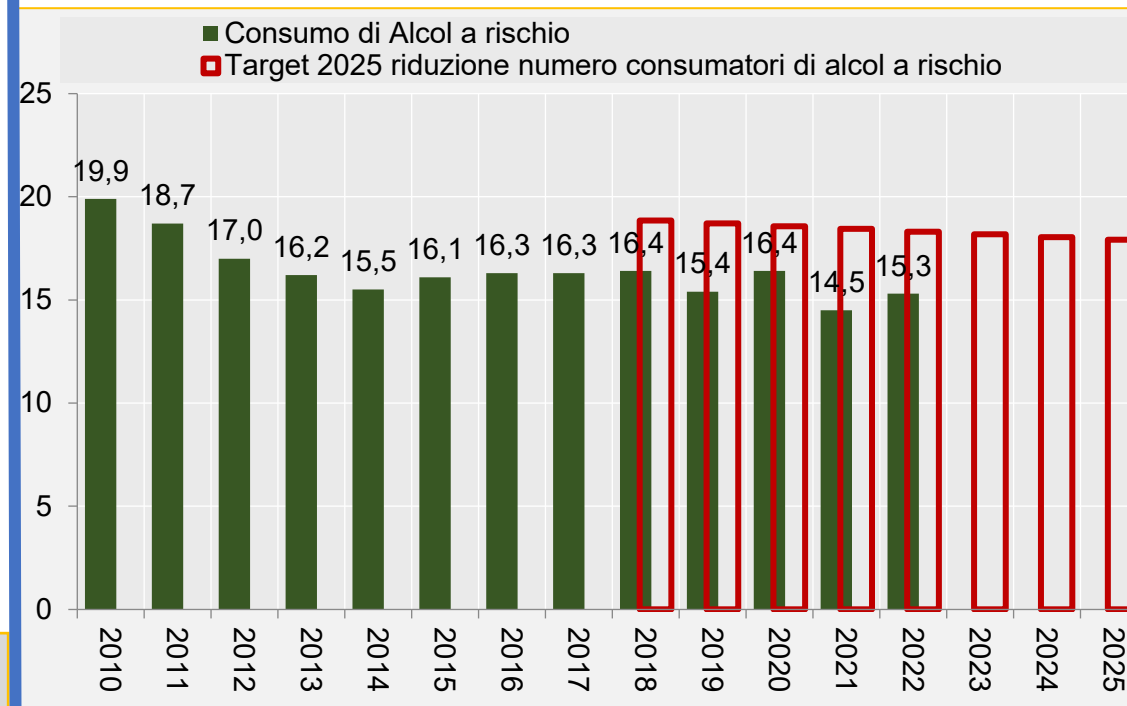
Eccedono più frequentemente:

- Persone di 65 anni e più;
- Giovani di 18-24 anni;
- Adolescenti di 11-17 anni.

**CON UN AUMENTO TRA LE RAGAZZE.**

Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

Persone di 14 anni e più che dichiarano almeno un comportamento di consumo a rischio di bevande alcoliche Anni 2010-2022 e target 2025 (valori percentuali)



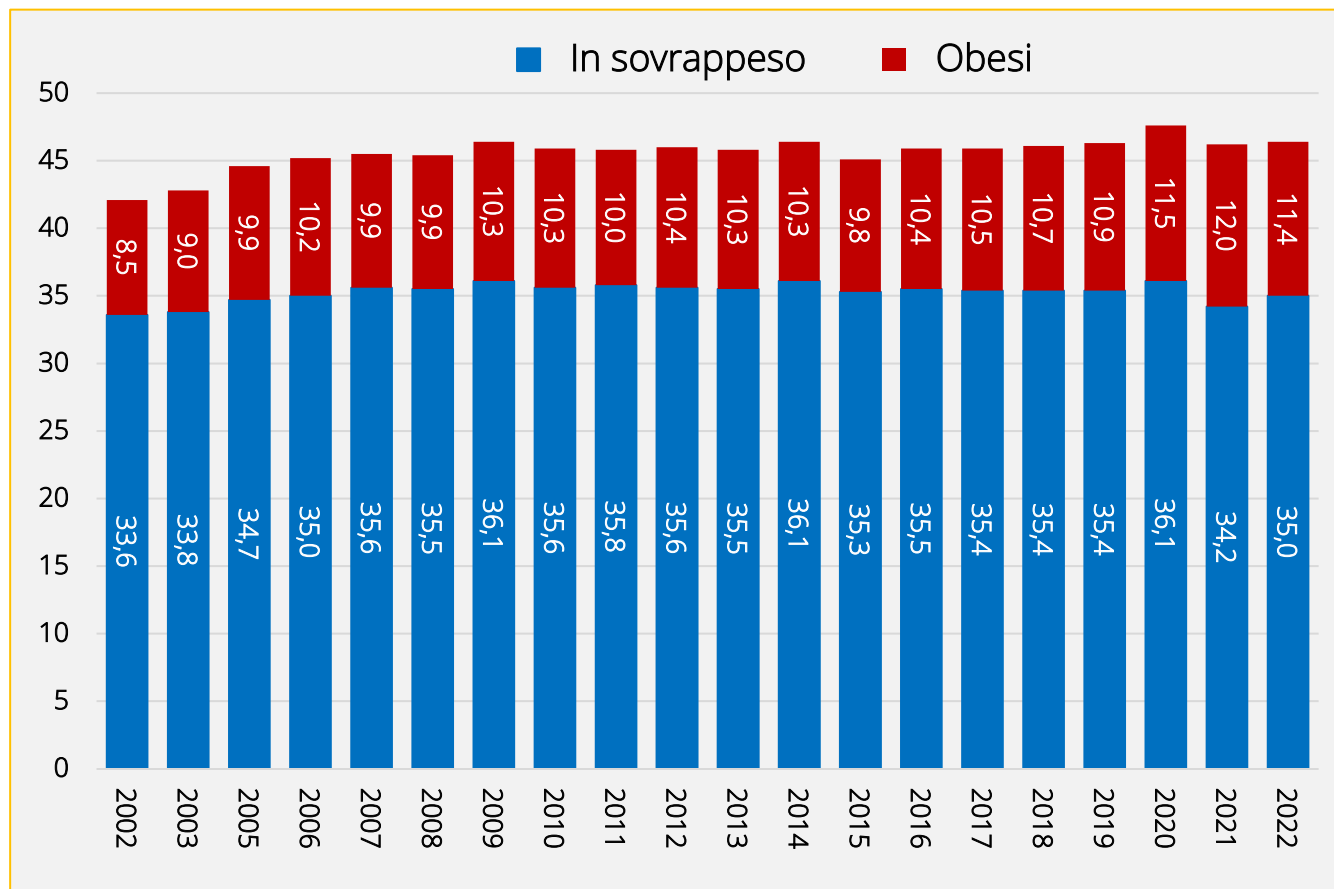
Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

Il Piano europeo di lotta contro il cancro prevede una riduzione nel 2025 del 10% del consumo nocivo di alcol rispetto al 2010. Osservando i dati in serie storica risulta che l'Italia ha di gran lunga già conseguito tale obiettivo.

**Fattori di rischio spesso in associazione: 1 persona su 4 associa consumo di alcol a rischio e abitudine al fumo (22,9%).**

# Obesità e sovrappeso tra gli adulti

Persone di 18 anni e più in sovrappeso e obese – Anni 2002-2022 (valori percentuali)

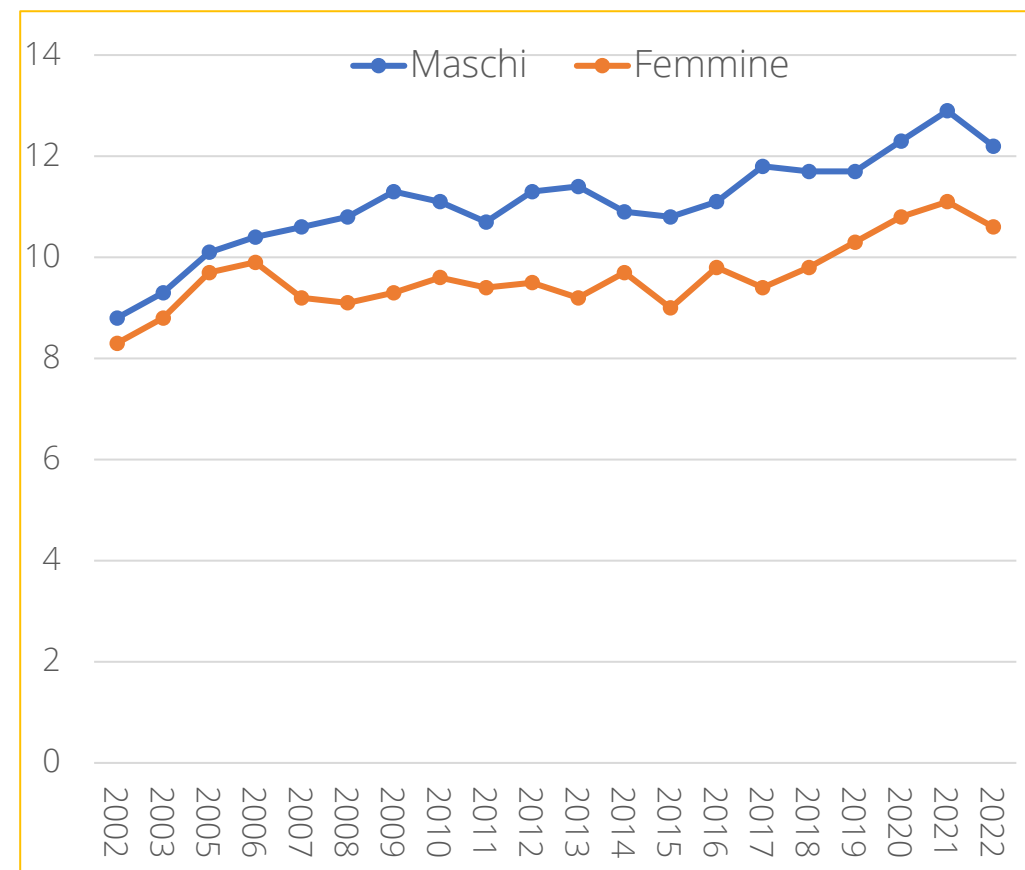


Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

- Oltre 5 milioni e 600mila le persone adulte con obesità nel 2022 (11,4%).
- Quota in diminuzione rispetto al picco del 2021 (12%) ma nettamente superiore al livello di 20 anni fa (8,5%).



Persone di 18 anni e più in condizione di obesità per sesso - Anni 2002-2022 (valori percentuali)



Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

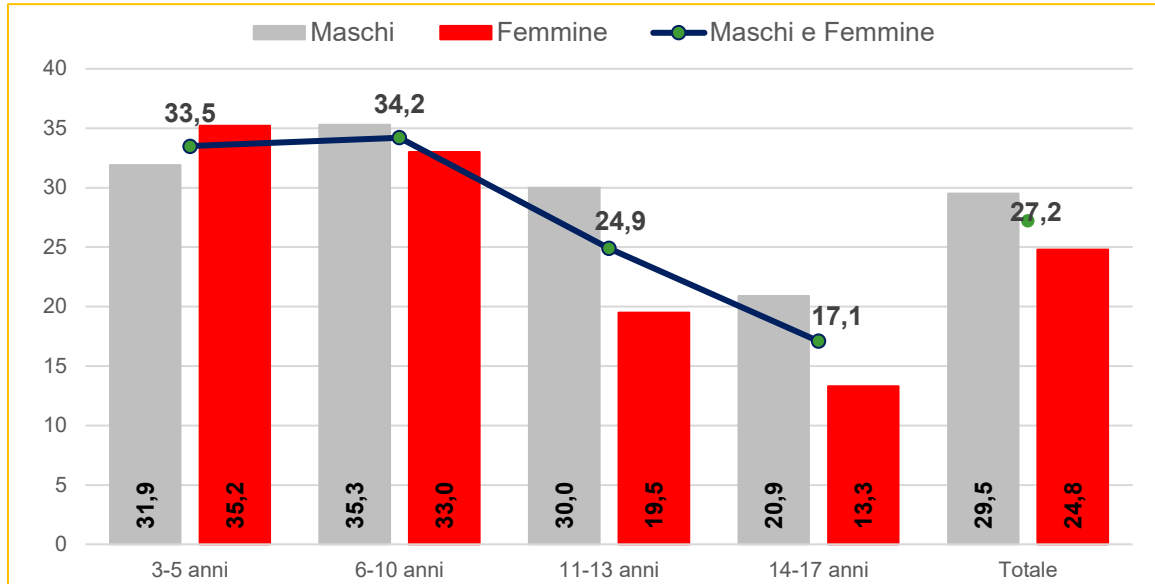
Gli incrementi dell'obesità nel tempo, pur interessando entrambi i generi, sono superiori tra gli uomini.



# Eccesso ponderale tra bambini e adolescenti



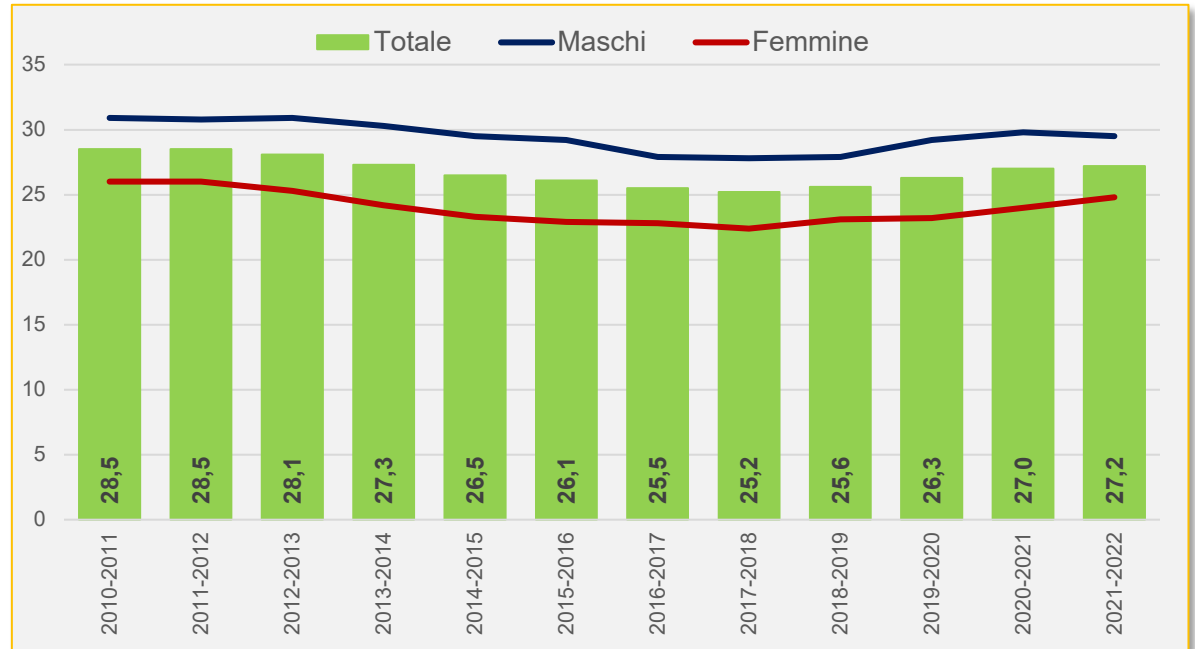
Bambini e ragazzi di 3-17 anni in eccesso di peso per sesso e classe di età.  
Media 2021-2022 (valori percentuali)



Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

- Più di un ragazzo su quattro di 3-17 anni è in eccesso di peso.
- La quota è massima a 6-10 anni (34,2%) mentre scende al 17,1% tra gli adolescenti di 14-17 anni.
- Il gap di genere si manifesta a 6-10 anni e aumenta con l'età.

Bambini e ragazzi di 3-17 anni in eccesso di peso per sesso. Media 2010-2011 - 2021-2022 (valori percentuali)



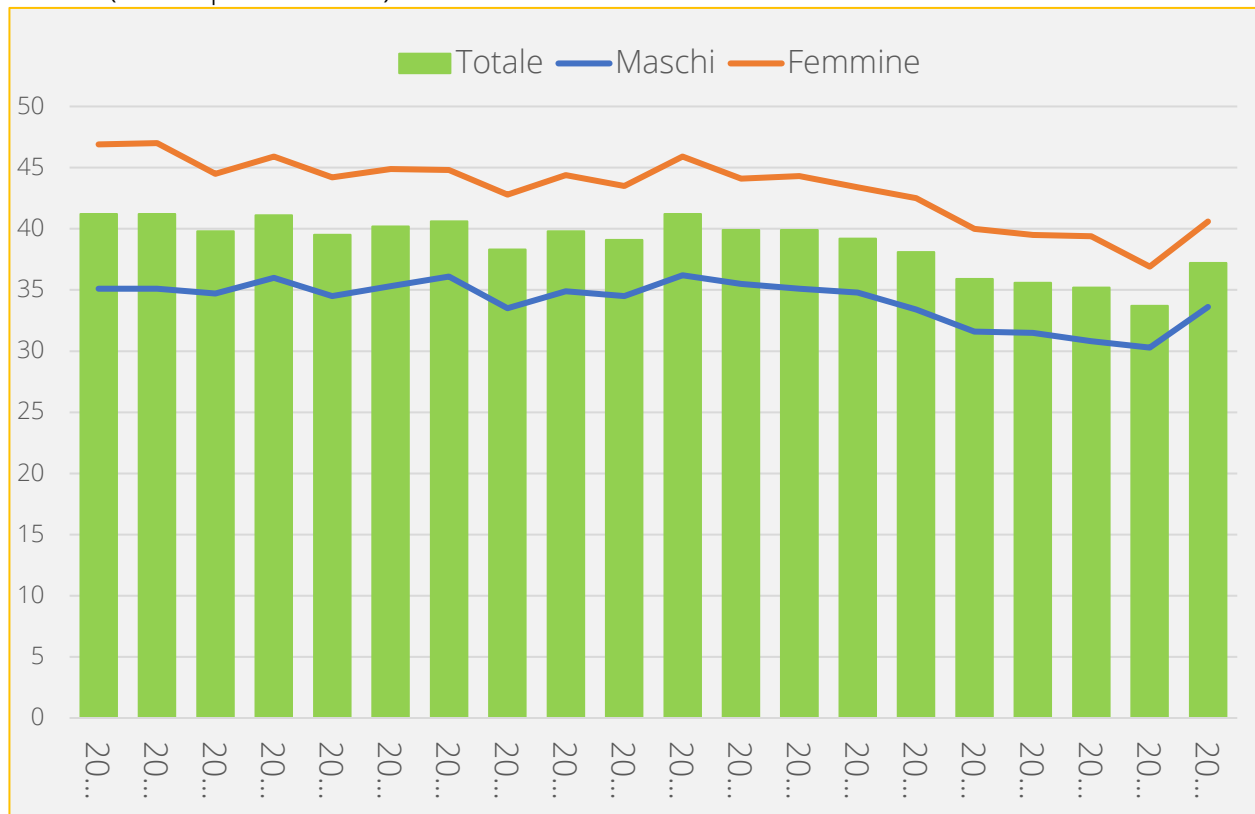
Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

- Flessione dell'eccesso di peso dal 2010 al biennio 2017-2018 e successiva stabilità (fino al 2019).
- Di nuovo in crescita a partire dal biennio 2020-2021 mantenendosi costante anche nel biennio 2021-2022.

# Sport, attività fisica e sedentarietà



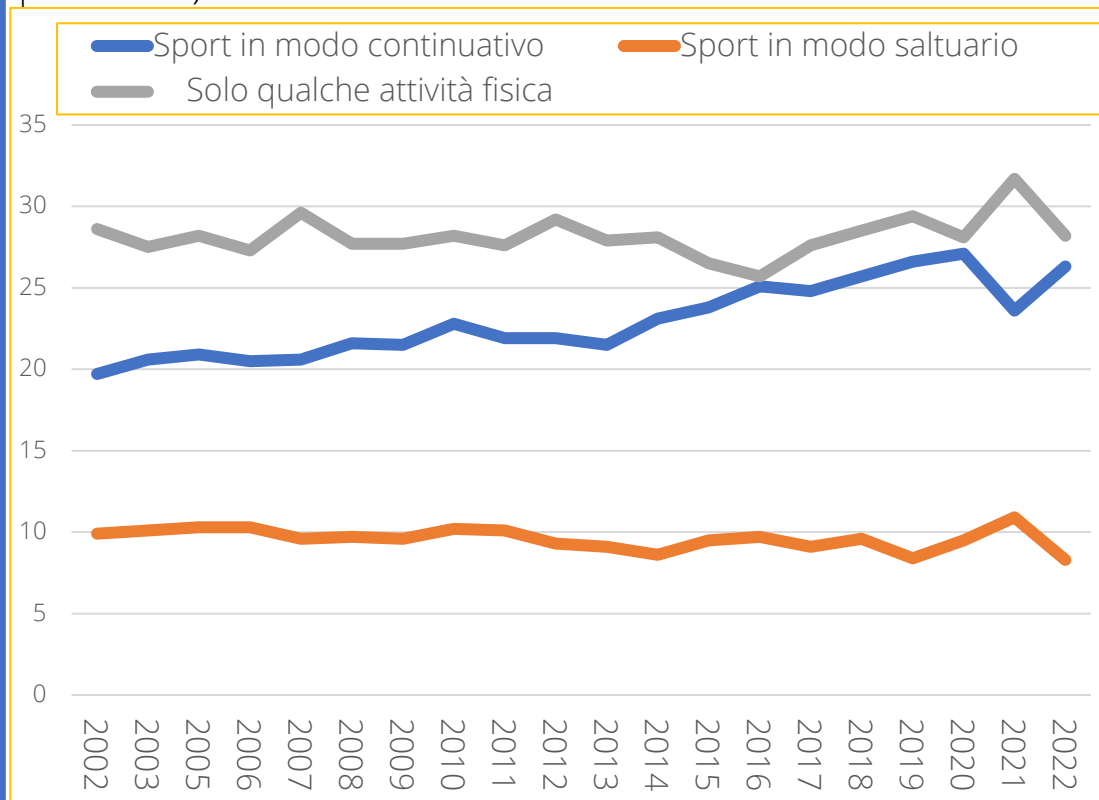
**Persone di 3 anni e più che non praticano né sport né attività fisica – Anni 2002 – 2022 (valori percentuali)**



Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

- Nel 2022 si interrompe il trend in diminuzione della sedentarietà registrato a partire dal 2016.
- Negli anni della pandemia cresce la pratica di attività fisica, si riduce la pratica sportiva.

**Sportivi in modo continuativo o saltuario - Anni 2002-2022 (valori percentuali)**

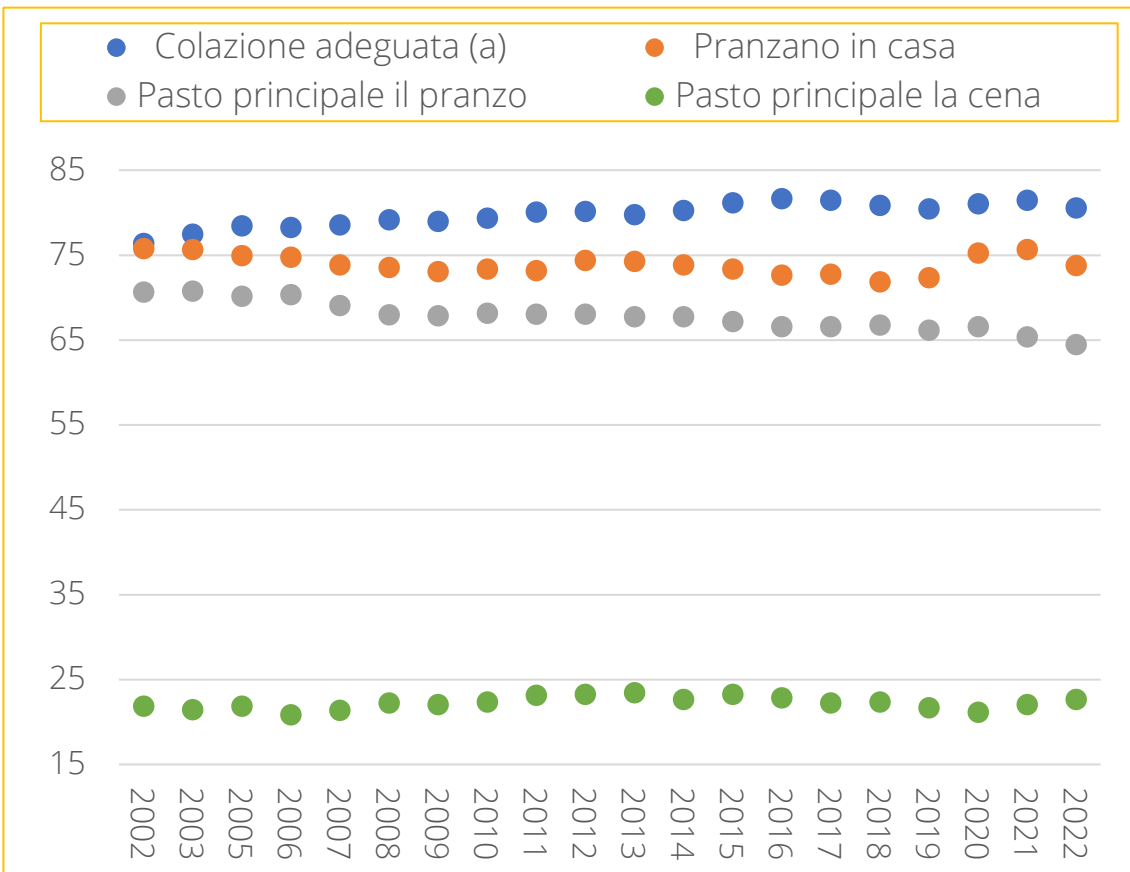


Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

Tra il 2021 e 2022, aumenta sia la quota di chi pratica sport continuativo, che la sedentarietà. Quest'ultima aveva registrato tendenza alla riduzione dal 2017, che si interrompe nel 2022.

# Stili e abitudini alimentari

**Persone di 3 anni e più per alcuni indicatori relativi alle abitudini alimentari – Anni 2002- 2022 (valori percentuali)**

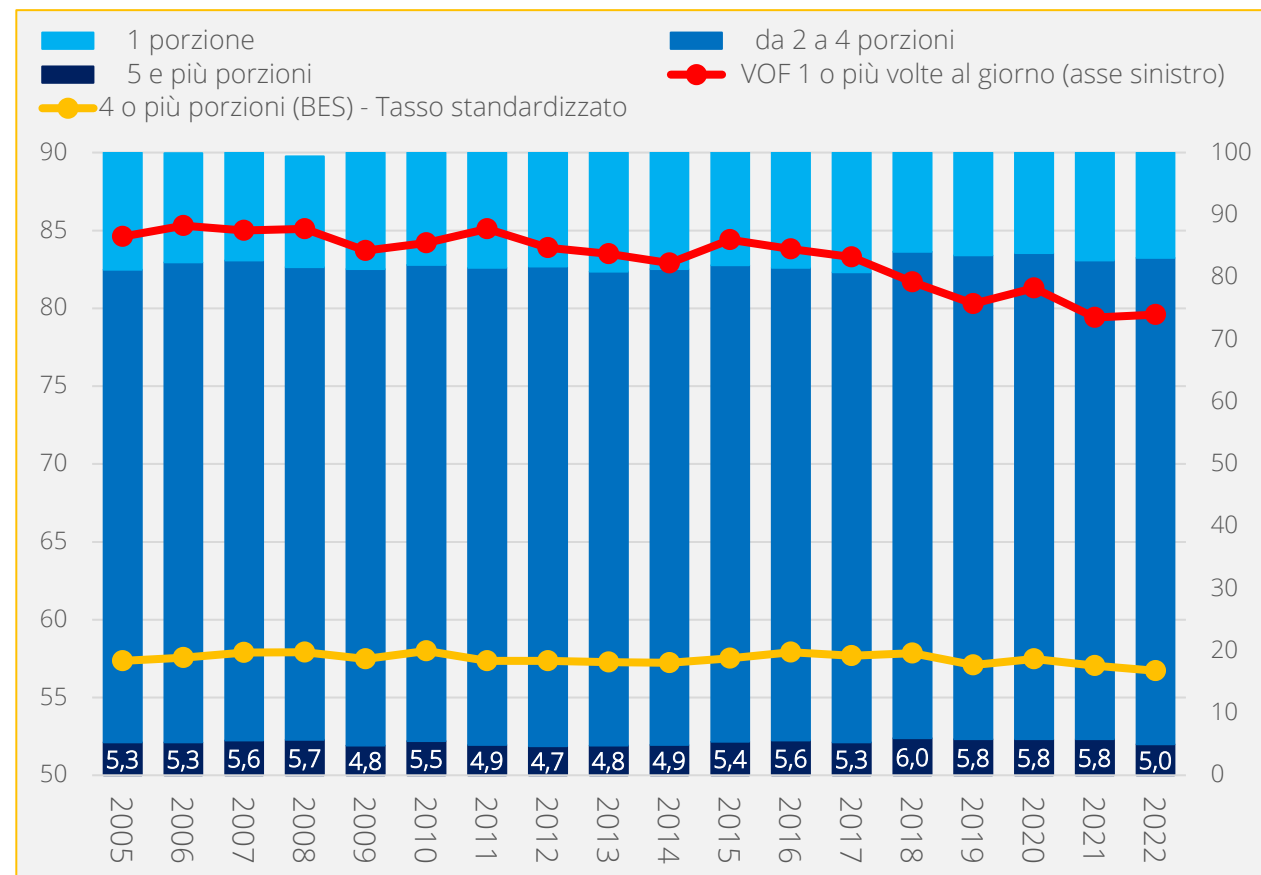


Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

(a) Per colazione adeguata si intende una colazione in cui non si assumono solo thè o caffè, ma si beve il latte e/o si mangia qualcosa.

Molto diffusa l'abitudine a fare una "colazione adeguata" (80,6%), anche se cresce nel tempo la tendenza a saltare la prima colazione, soprattutto tra gli adolescenti.

**Persone di 3 anni e più che consumano VOF almeno una volta al giorno (tassi per 100 persone – Asse sinistro) e Porzioni di VOF consumate quotidianamente (tassi per 100 consumatori giornalieri – Asse destro) – Anni 2005 - 2022**

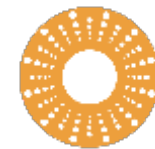


Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

Decresce nel tempo il consumo quotidiano di VOF;

Si mantiene basso nel tempo il consumo giornaliero delle 5 o più porzioni di VOF raccomandate (mai superiore al 6%);

In media vengono consumate giornalmente circa 2,5 porzioni di frutta e/o verdura, pari alla metà della quantità raccomandata.

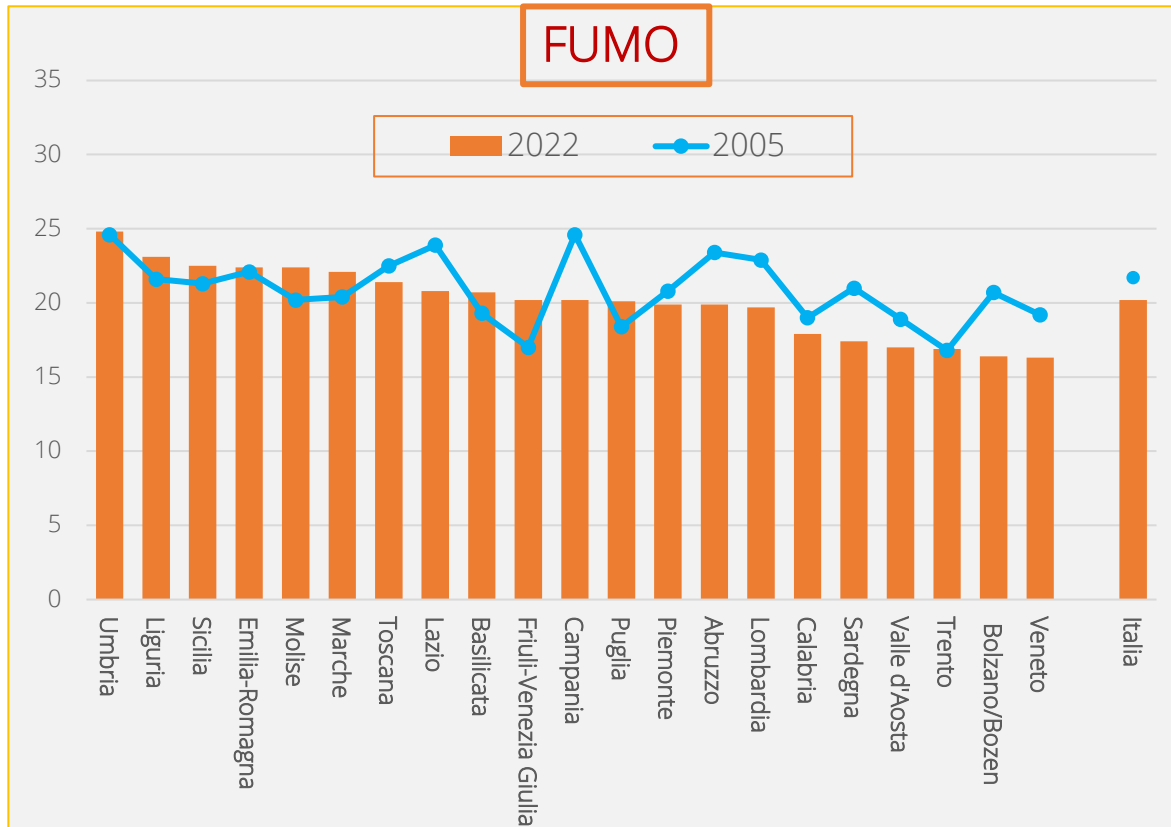


# GEOGRAFIE E STILI DI VITA

# Fumo e Alcol: tendenze sul territorio



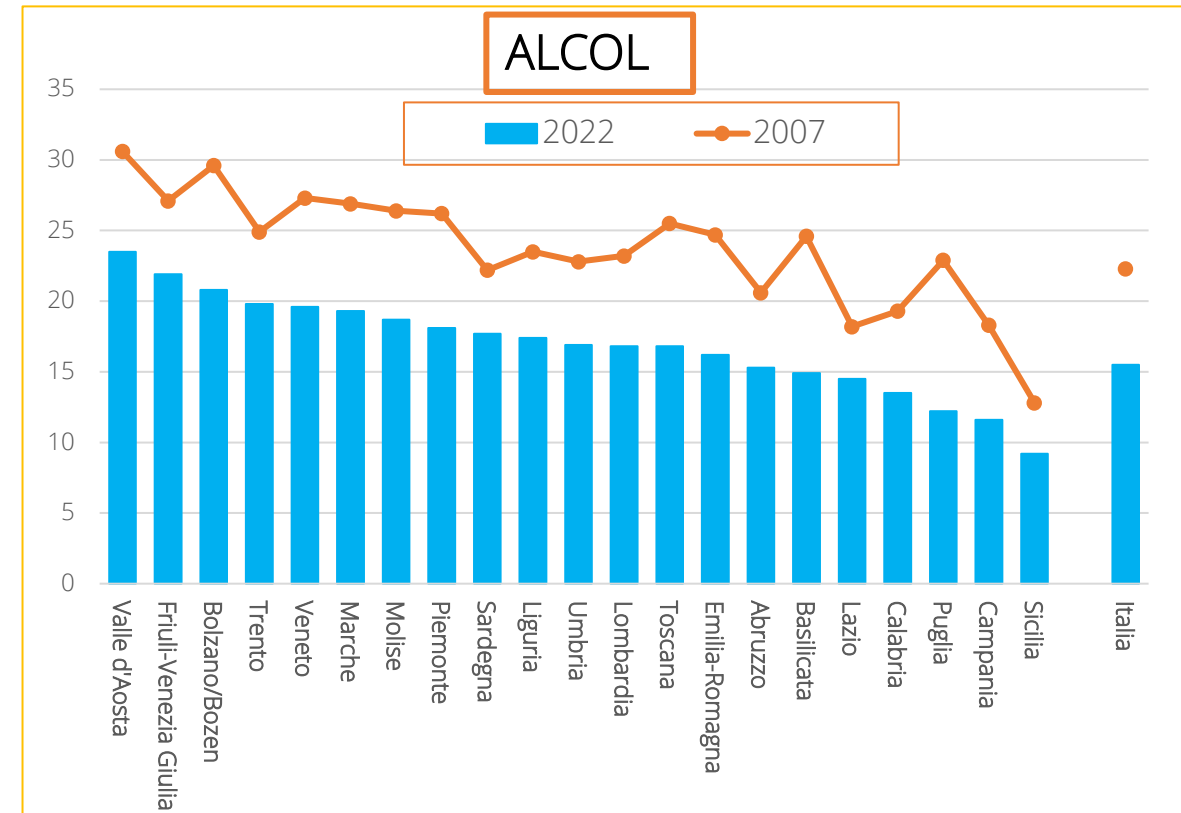
Graduatoria delle regioni rispetto all'abitudine al fumo delle persone di 14 anni e più. Anni 2005 e 2022 (tassi standardizzati)



Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

Quote più elevate di fumatori nelle regioni del Centro, seguono le regioni del Mezzogiorno e del Nord.  
Nel tempo: variegata la situazione sul territorio, in alcuni casi crescita, in altri riduzione.

Graduatoria delle regioni rispetto ad almeno un comportamento a rischio nel consumo di bevande alcoliche delle persone di 14 anni e più. Anni 2007 e 2022 (tassi standardizzati)



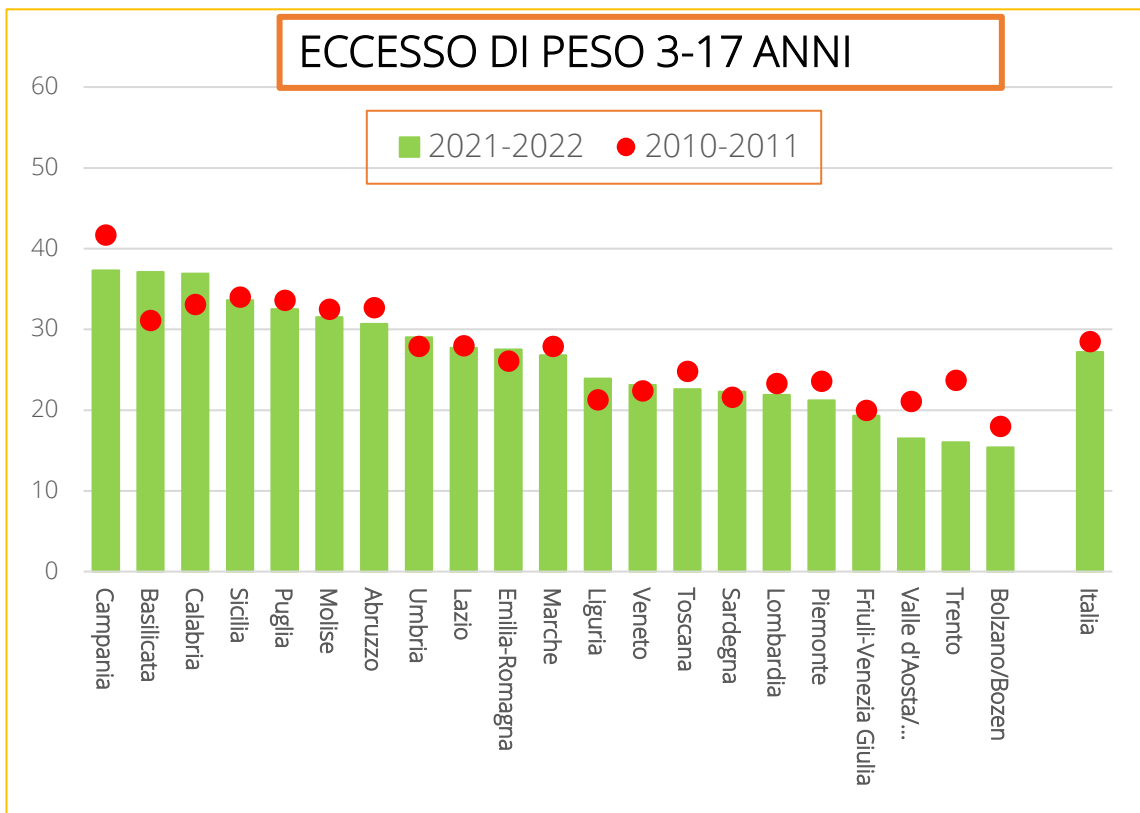
Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

Consumo di alcol maggiormente diffuso al Nord rispetto al Centro e al Mezzogiorno, con qualche eccezione (Molise, Marche).  
Nel tempo si osservano riduzioni in tutte le regioni.

# Forti divari tra le regioni per l'eccesso di peso di bambini e adulti



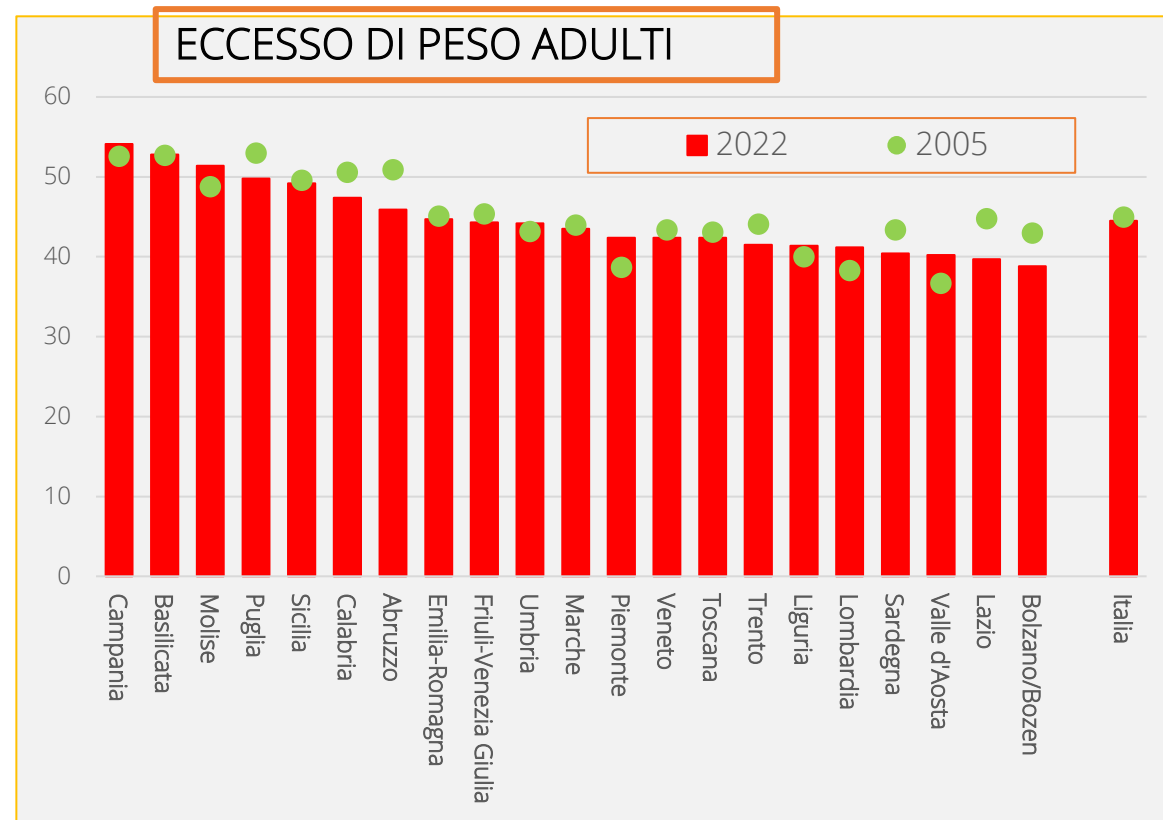
Graduatoria delle regioni rispetto all'eccesso di peso dei bambini e ragazzi di 3-17 anni. Media 2010-2011 e 2021-2022 (valori percentuali)



Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

La geografia dell'eccesso di peso nei minori conferma il noto gradiente Nord-Sud. Si passa dal 15,4% della P.A. di Bolzano al 37,3% della Campania. Distanza territoriali analoghe nel confronto con dieci anni prima.

Graduatoria delle regioni rispetto all'eccesso di peso delle persone di 18 anni e più. Anni 2005 e 2022 (tassi standardizzati)



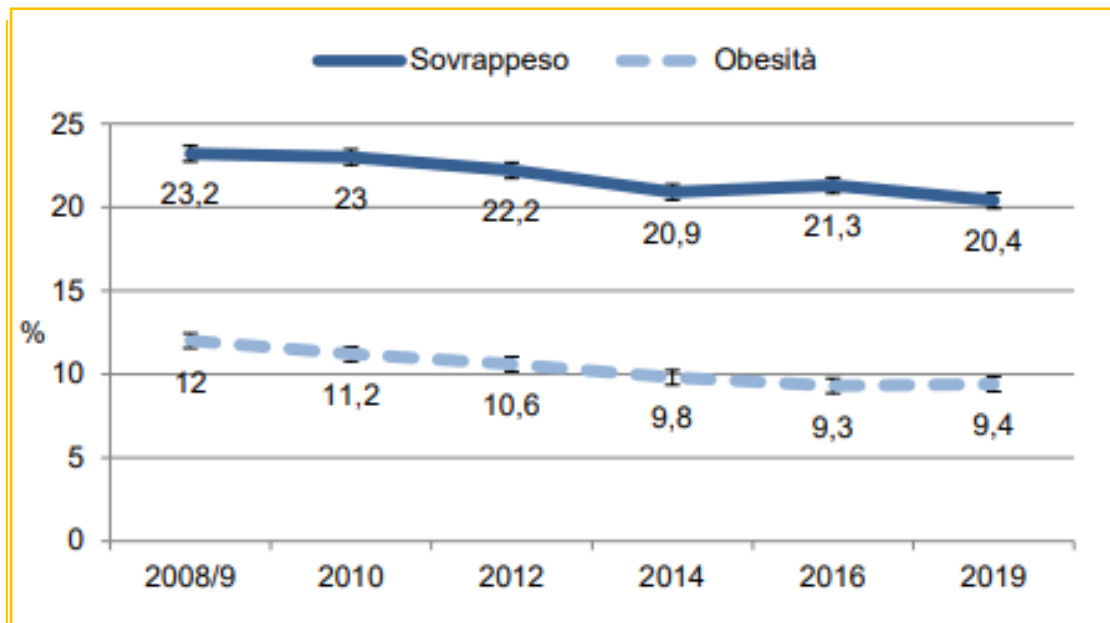
Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

Anche per gli adulti si conferma il noto gradiente geografico con valori più alti della media nazionale nel Mezzogiorno e più bassi al Centro-Nord.

# Eccesso di peso tra i minori: Okkio alla salute



Prevalenze (%) di sovrappeso e obesità tra i bambini di 8-9 anni.  
OKkio alla SALUTE, Italia 2008/9-2019

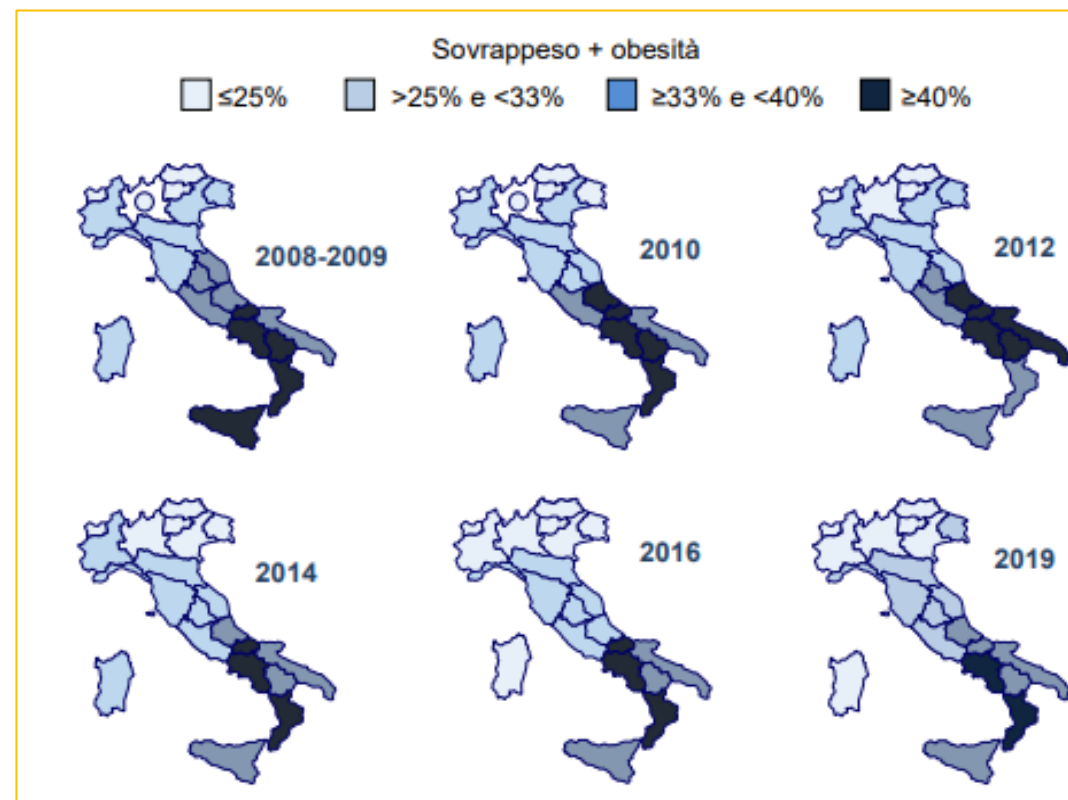


Fonte: Iss, OKkio alla salute

Il sistema di sorveglianza OKkio alla SALUTE è promosso dal Ministero della Salute, coordinato dall'Istituto Superiore di Sanità (ISS) e condotto in collaborazione con il Ministero dell'Istruzione e le Regioni.

Attraverso questo sistema di sorveglianza l'Italia partecipa alla raccolta dati Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI) della Regione Europea dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS). Sono state condotte 7 raccolte dati: nel 2008, 2010, 2012, 2014, 2016, 2019 e 2023 (in corso di pubblicazione).

Prevalenze (%) di sovrappeso e obesità tra i bambini di 8-9 anni per Regione, confronto a partire dai dati di OKkio alla SALUTE del 2008-2009



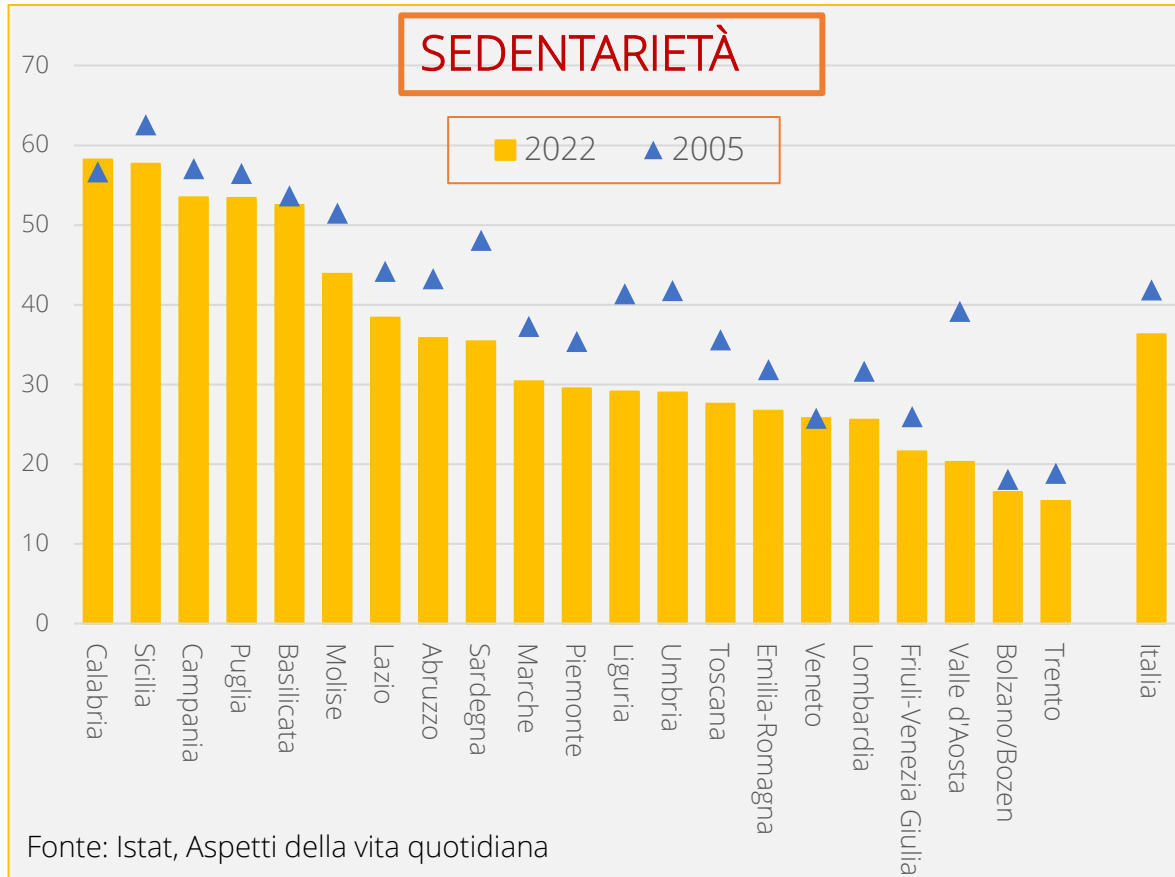
Fonte: Iss, OKkio alla salute

Si mantiene forte nel tempo il gradiente Nord-Mezzogiorno.

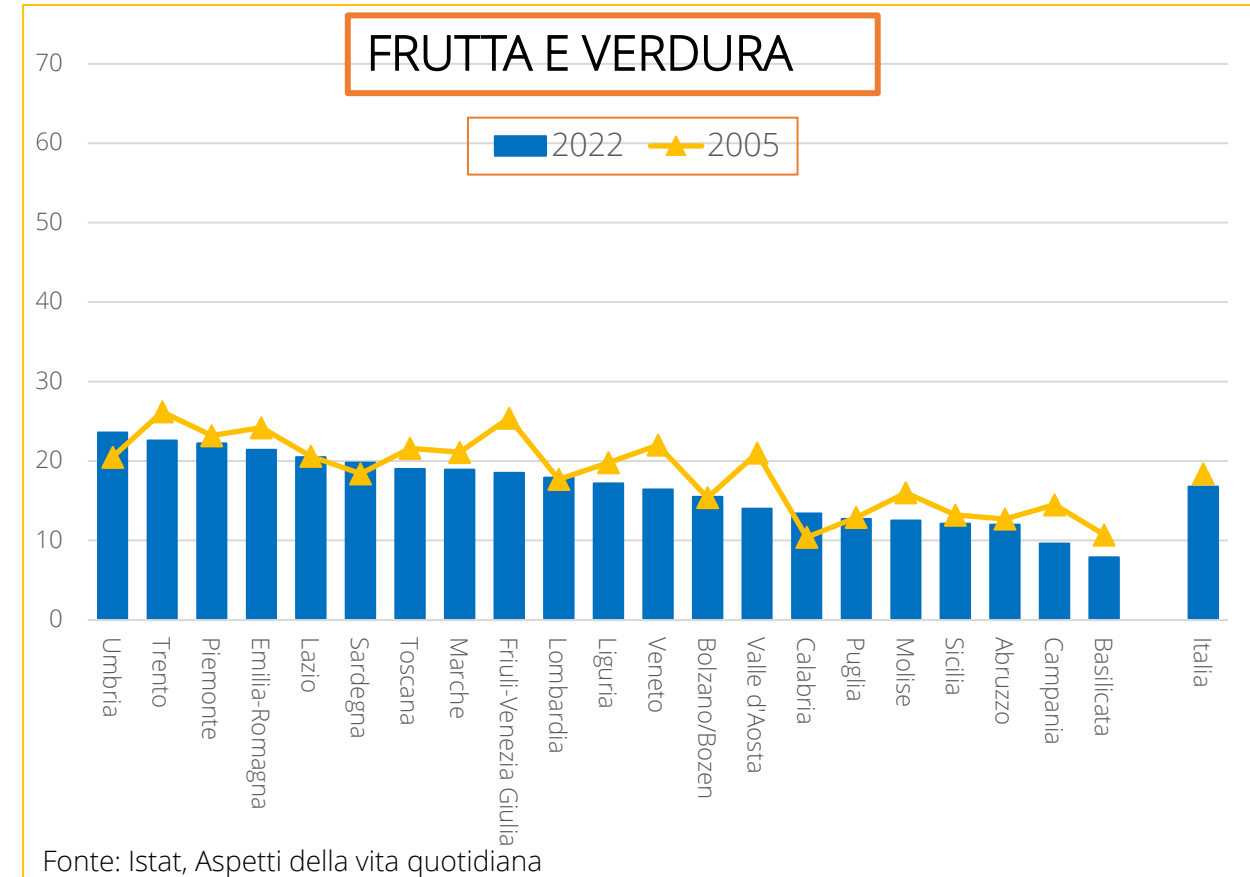
# Forti divari tra le regioni anche per sedentarietà e abitudini alimentari



Graduatoria delle regioni rispetto alla **sedentarietà** delle persone di 14 anni e più. Anni 2005 e 2022 (tassi standardizzati)



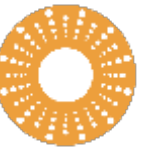
Graduatoria delle regioni rispetto al **consumo di 4 o più porzioni di frutta e/o verdura al giorno** delle persone di 14 anni e più. Anni 2005 e 2022 (tassi standardizzati)



Nel Mezzogiorno si rilevano i valori più alti di sedentarietà congiuntamente ad un minor consumo giornaliero di frutta e verdura.

Nel tempo, non si riducono i divari territoriali e per la sedentarietà il gap si acuisce perché al Nord la quota di sedentari si riduce in misura maggiore rispetto al Mezzogiorno.





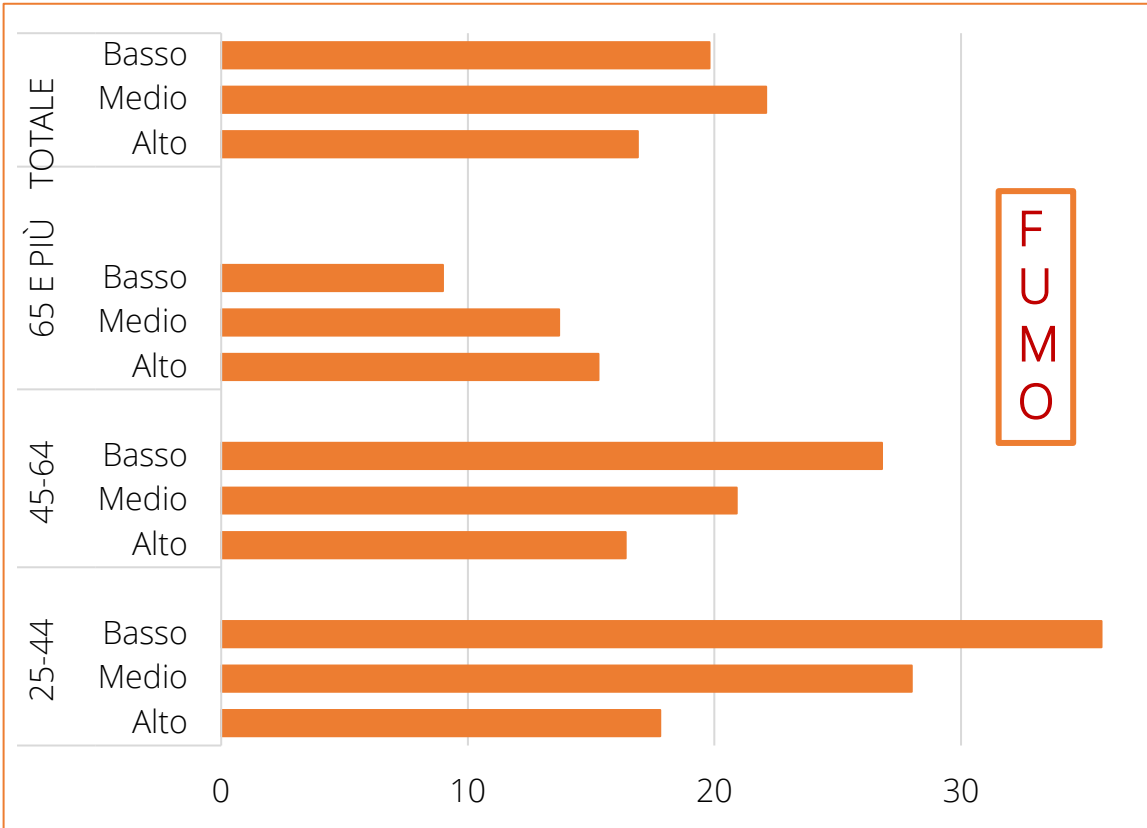
## STILI DI VITA E DISEGUAGLIANZE SOCIALI (a)

(a) Si utilizza il grado di istruzione come proxy della condizione socio-economica.

# Differenze socioculturali nell'abitudine al fumo e nel consumo di alcol



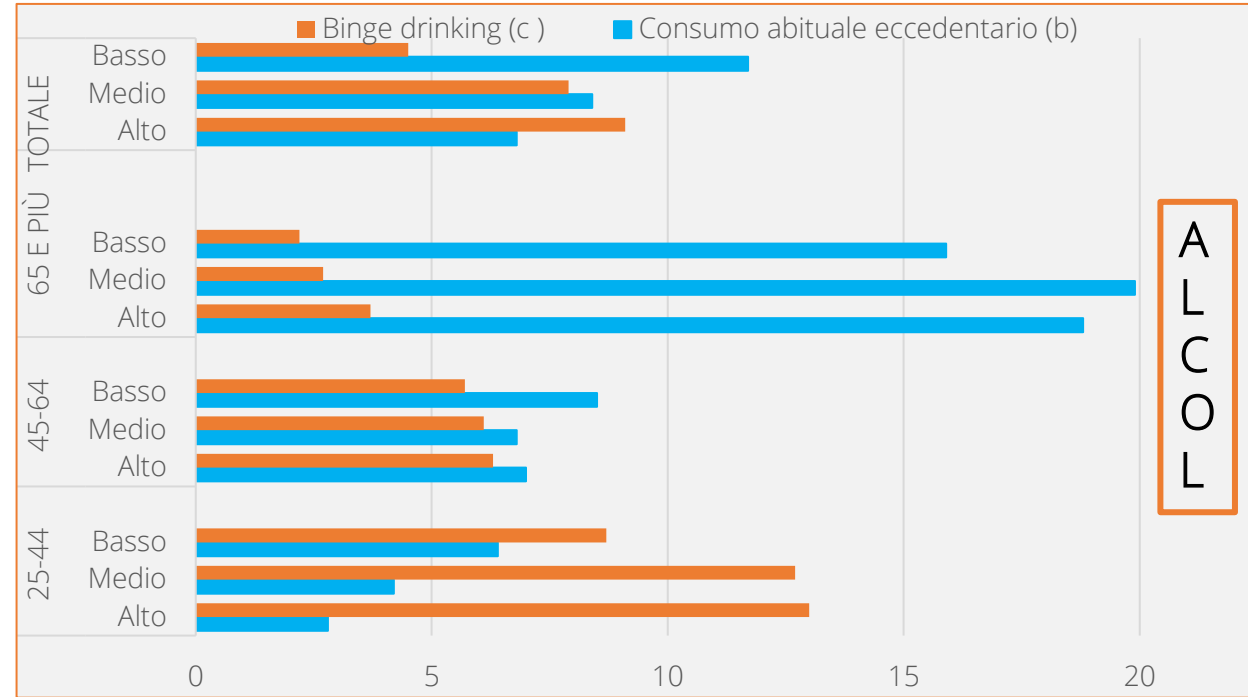
Persone di 25 anni e più che **dichiarano di fumare attualmente** per classe di età e titolo di studio - Anno 2022



Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

**Per il fumo comportamenti differenziati per fasce di età:**  
Tra le persone di 25-64 anni la quota di fumatori cresce al diminuire del titolo di studio e, viceversa, tra gli ultra64enni le prevalenze sono più alte tra chi possiede titoli di studio più elevati.

Persone di 25 anni e più con **almeno un comportamento a rischio nel consumo di bevande alcoliche** per classe di età e titolo di studio - Anno 2022



Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

(b) Si tratta del consumo che eccede: 2 unità alcoliche al giorno per l'uomo; 1 unità alcolica al giorno per la donna; 1 unità alcolica al giorno per gli anziani di 65 anni e più; il consumo di almeno una bevanda alcolica nell'anno per i giovani al di sotto dei 18 anni. (c) Consumo di 6 o più bicchieri di bevande alcoliche in un'unica occasione.

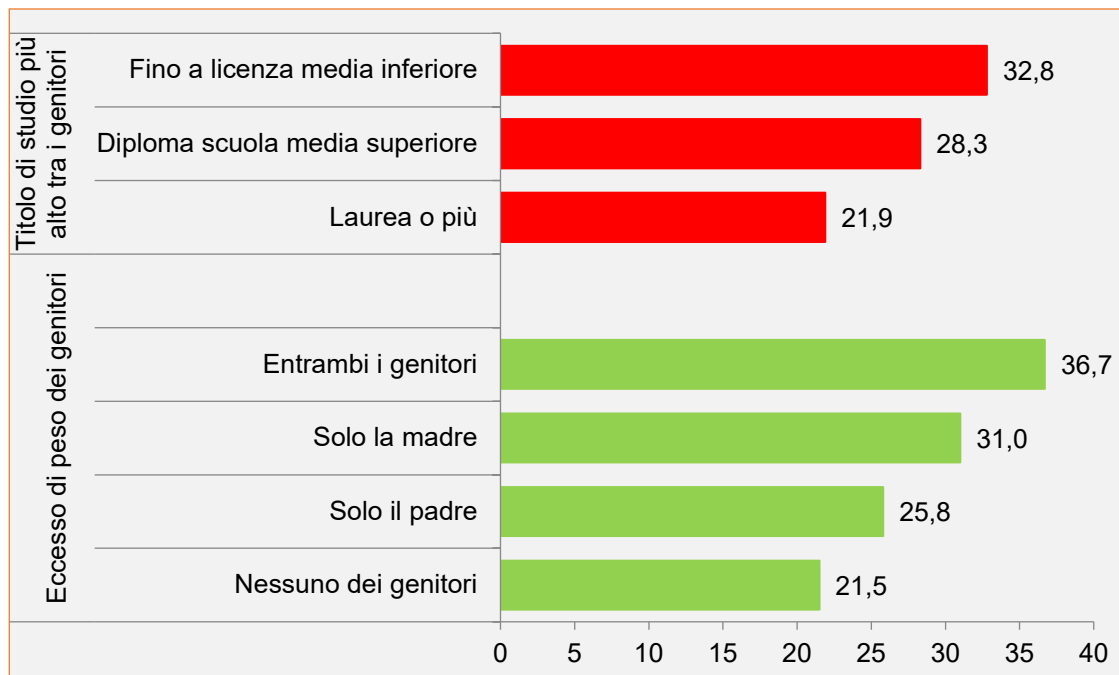
**Comportamenti differenziati per tipo di consumo e per età:**

	Binge drinking	Consumo eccedentario
25-64 anni:	Quote + elevate tra titoli di studio alti	Quote + elevate tra titoli di studio bassi
65 anni e +:	Quote sempre + elevate tra titoli di studio più alti	

# Forti le disuguaglianze sociali nell'eccesso di peso



**Bambini e ragazzi di 3-17 anni in eccesso di peso per sesso, titolo di studio più alto dei genitori ed eccesso di peso dei genitori\*. Media 2021-2022 (tassi per 100 persone)**



Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana \*Si considerano solo i bambini e ragazzi che vivono con almeno un genitore

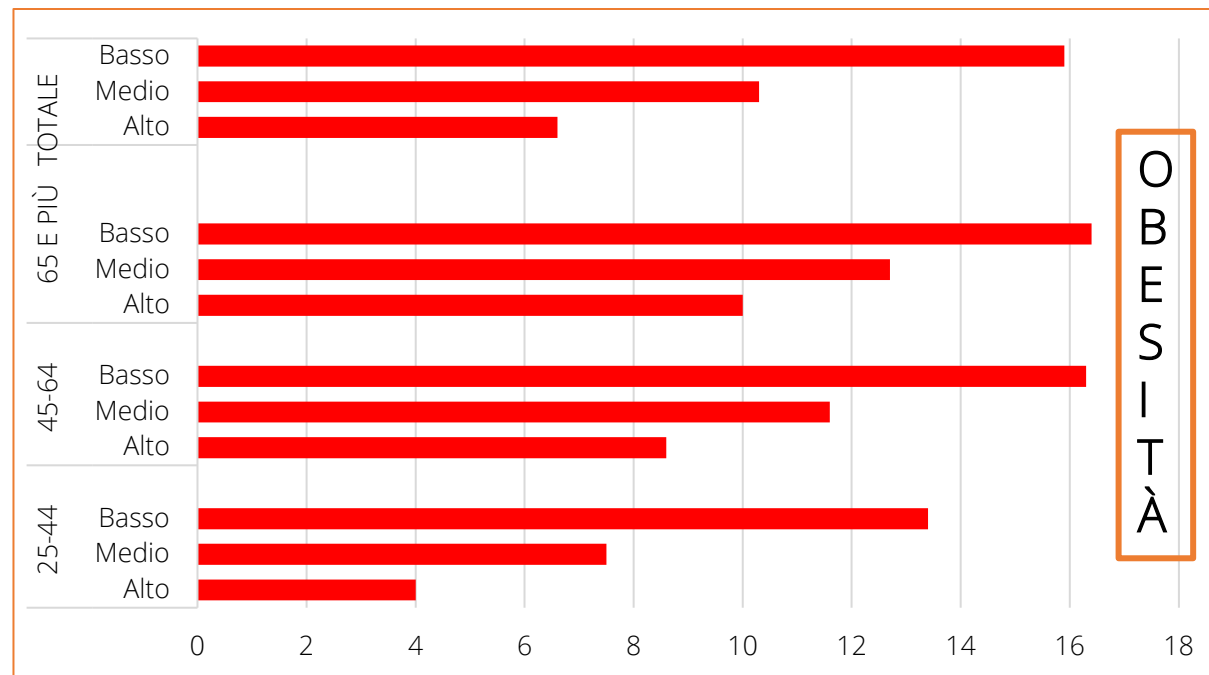
## Eccesso ponderale dei minori più diffuso quando:

entrambi i genitori si trovano in questa stessa condizione (36,7% vs 21,5% nessuno dei genitori)

vivono in famiglie che dichiarano risorse economiche scarse o insufficienti (30,4% vs 25,7%)

i genitori posseggono titoli di studio bassi (32,8% vs 21,9% almeno un genitore laureato)

**Persone di 25 anni e più in condizione di **obesità** per classe di età e titolo di studio - Anno 2022**



Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

**Obesità tra gli adulti:** livelli più bassi tra chi ha un titolo di studio elevato rispetto a chi è meno istruito, anche controllando per età, ma tra gli over64 la distanza è meno marcata.

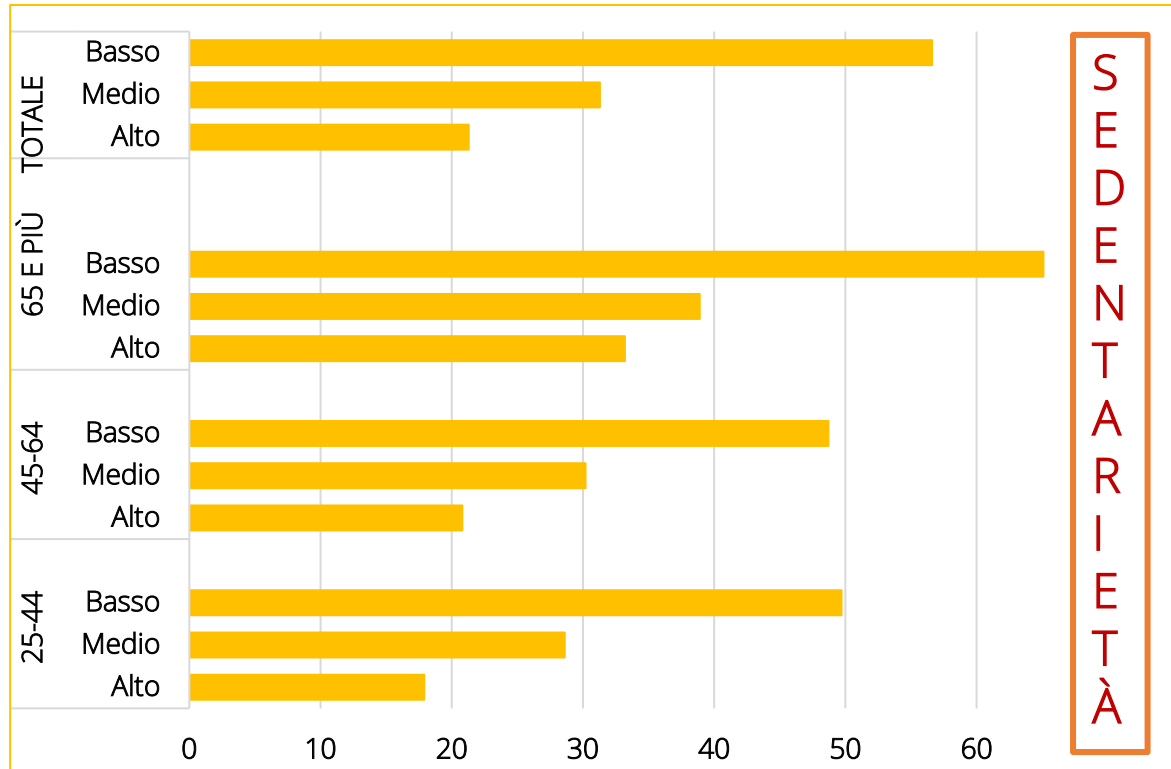
Disuguaglianze sociali sono ancora più elevate tra le donne.

Negli ultimi 20 anni le disuguaglianze sociali sono in crescita: l'obesità aumenta maggiormente tra le persone con basso livello di istruzione.

# Forti disuguaglianze sociali anche per sedentarietà e abitudini alimentari



Persone di 25 anni e più **sedentarie** per classe di età e titolo di studio - Anno 2022

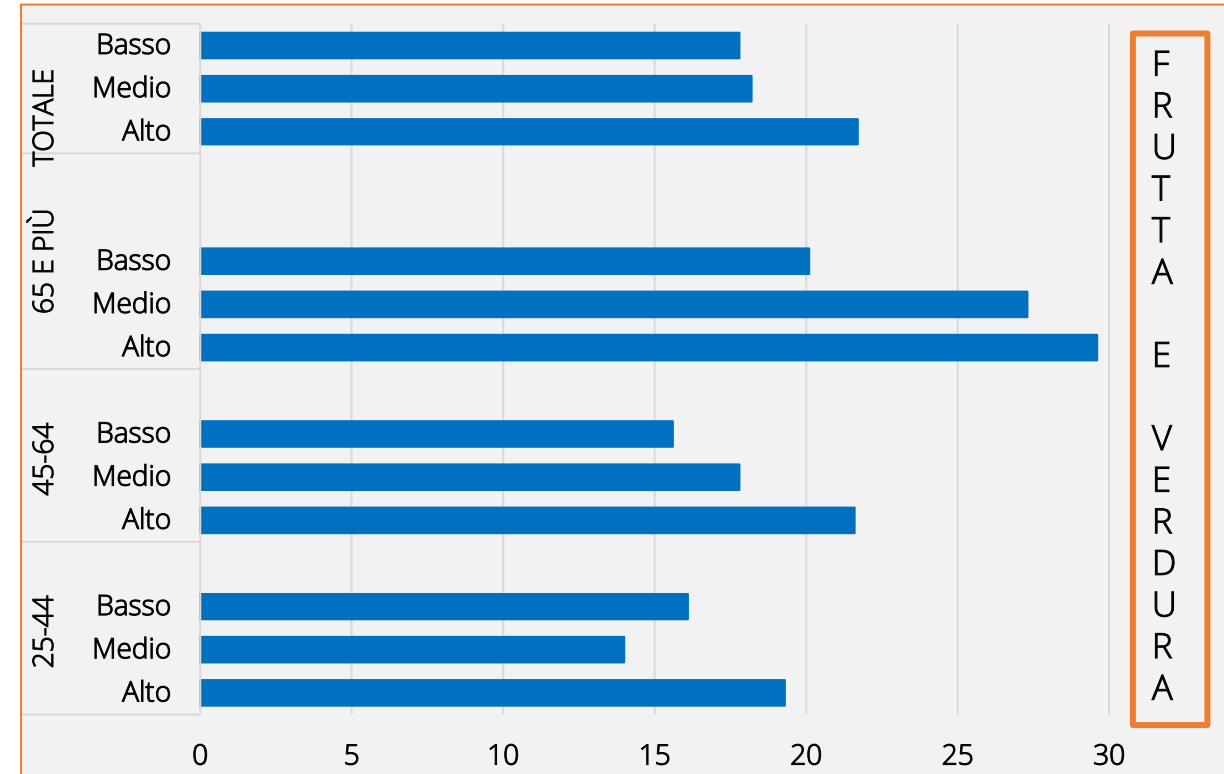


Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

**Sedentarietà:** differenze marcate rispetto al titolo di studio a tutte le età (in particolare tra le persone di 25-44 anni) con prevalenze doppie rispetto a quelle dei più istruiti (49,7% vs 17,9%).

Le disuguaglianze sociali si sono accentuate negli anni, poiché la sedentarietà si è ridotta maggiormente tra le persone con titolo di studio alto.

Persone di 25 anni e più che consumano **4 o più porzioni di frutta e verdura al giorno** per classe di età e titolo di studio - Anno 2022



Fonte: Istat, Aspetti della vita quotidiana

**Consumo di frutta e verdura:** la quota di quanti consumano 4 o più porzioni al giorno è più bassa tra i meno istruiti rispetto a quella di coloro che hanno un titolo di studio elevato;

Lo svantaggio legato al titolo di studio aumenta con l'età.

Le disuguaglianze sociali si mantengono costanti nel tempo in tutte le classi di età.

# L'importanza degli screening per la diagnosi precoce



Gli screening per la diagnosi precoce dei tumori, eseguiti con regolarità, possono rivelare tempestivamente neoplasie in uno stadio poco avanzato, che opportunamente trattate, anche grazie ai progressi delle cure, possono prolungare i livelli di sopravvivenza.

Nel caso dei 3 screening consolidati (mammografia, screening cervicale e coloretale), che in Italia sono ricompresi tra i Livelli Essenziali di Assistenza (LEA) stabiliti dal DPCM del 12 gennaio 2017, l'obiettivo generale è quello di assicurare l'offerta di screening ad almeno il 90% dei cittadini aventi diritto in tutti i Paesi membri entro il 2025.

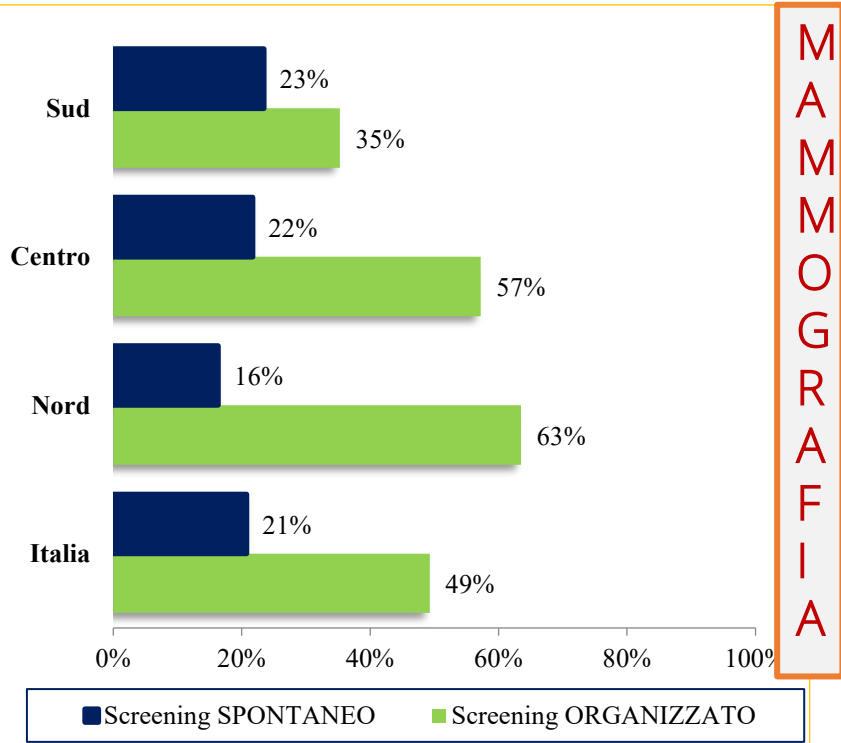
Nel 2020 e 2021, l'emergenza sanitaria per la gestione della pandemia da COVID-19 ha, tuttavia, lasciato il segno e si è tradotta, da una parte, in un ritardo e in una conseguente sostanziale riduzione dell'offerta dei programmi di screening organizzati da parte delle ASL e, dall'altra, in una riduzione di adesione da parte della popolazione.

I dati dell'ultimo Rapporto Aiom (dicembre 2023) evidenziano una rilevante riduzione di adesione agli screening. Nel 2022, infatti, a livello nazionale si è registrata una riduzione del 3% della copertura degli screening mammografico (43%) e coloretale (27%), che nel 2021 erano tornati ai livelli prepandemici. È drastica la diminuzione al Nord, dove l'adesione alla mammografia è passata dal 63% nel 2021 al 54% nel 2022 e allo screening coloretale, in discesa dal 45% al 38%.

# L'adesione ai programmi di screening organizzato

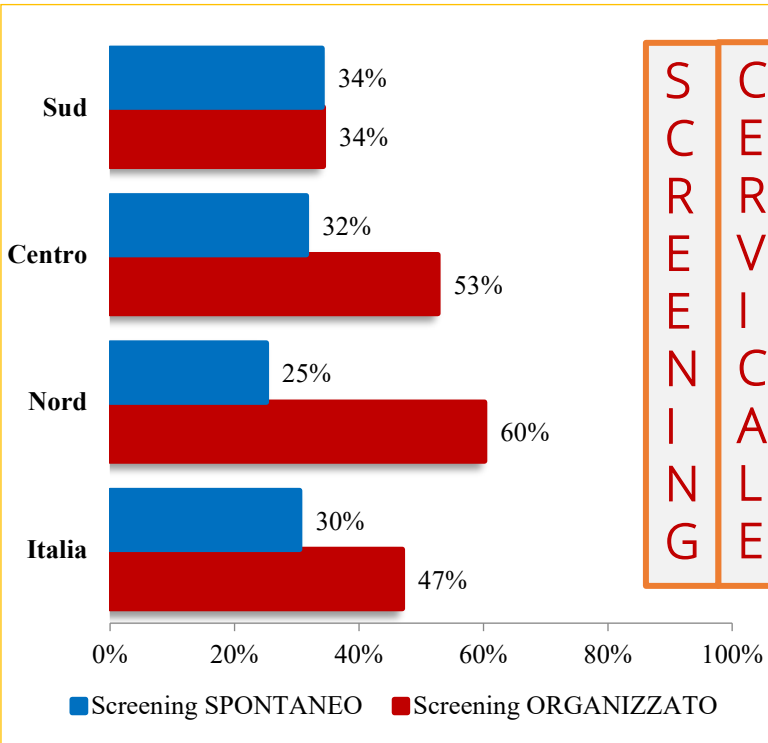


Donne di 50-69 anni che si sono sottoposte a mammografia preventiva, nei tempi raccomandati, dentro e fuori i programmi di screening organizzati, per macroarea di residenza - 2020-2021 (dato medio annuale)



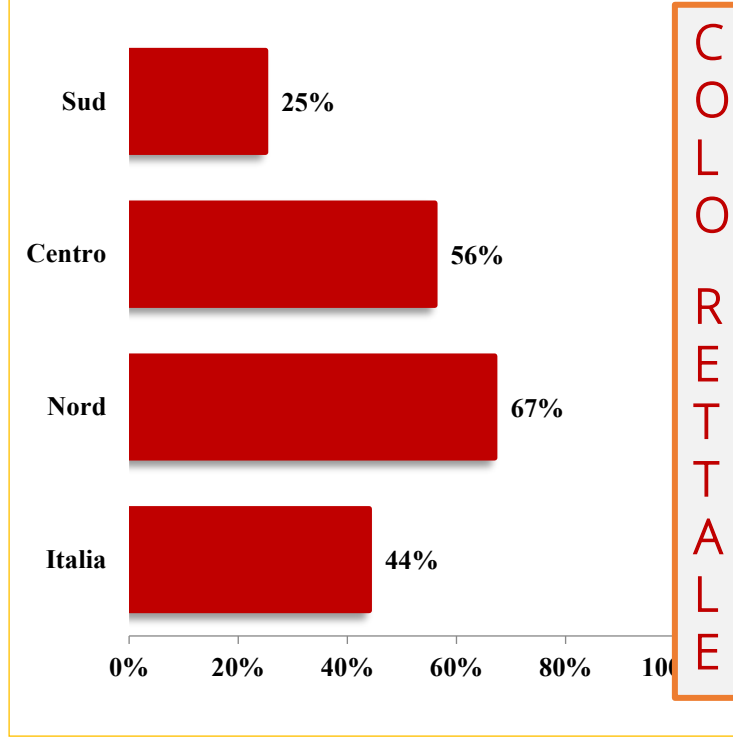
Fonte: Iss, Passi

Donne di 25-64 anni che si sono sottoposte a screening cervicale a scopo preventivo, nei tempi raccomandati, dentro e fuori i programmi di screening organizzati, per macroarea di residenza - 2020-2021 (dato medio annuale)



Fonte: Iss, Passi

Persone di 50-69 anni che si sono sottoposte a screening per il tumore del colon-retto a scopo preventivo, su iniziativa spontanea o nell'ambito di programmi di screening organizzati, per macroarea - 2020-2021 (dato medio annuale)



Fonte: Iss, Passi

La Sorveglianza Passi dell'Istituto superiore di Sanità è stata avviata nel 2006 con l'obiettivo di effettuare un monitoraggio a 360 gradi sullo stato di salute della popolazione adulta italiana.

PASSI è un sistema di sorveglianza continuo che raccoglie ogni anno informazioni su un campione di oltre 35.000 persone, rappresentativo per genere ed età della popolazione residente di età 18-69 anni.

Il sistema "PASSI" rileva informazioni sulla copertura degli screening dentro i programmi organizzati dalle ASL oppure su iniziativa personale.



# Grazie!!

EMANUELA BOLOGNA | [emanuela.bologna@istat.it](mailto:emanuela.bologna@istat.it)