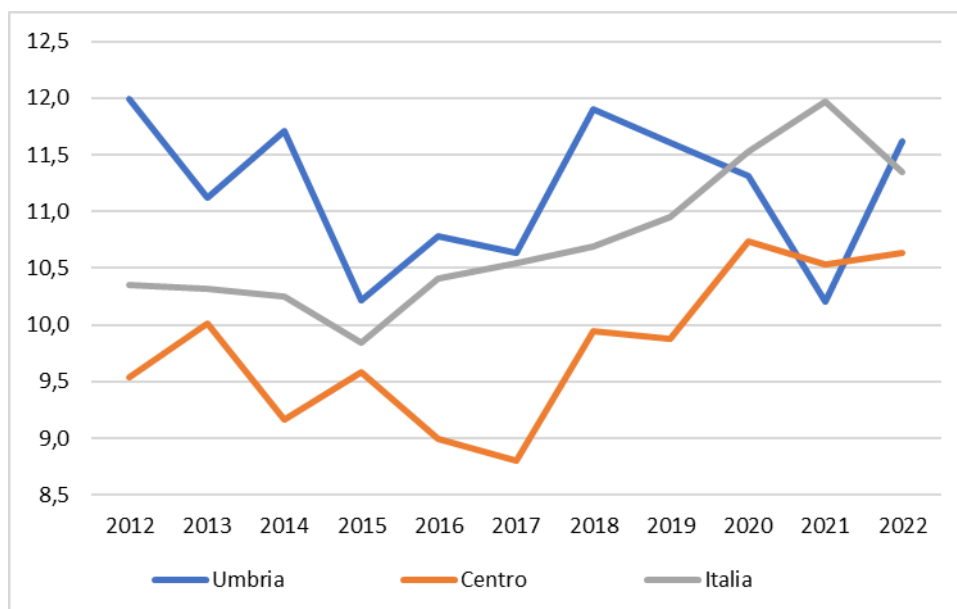


Stili di vita e prevenzione

Il presente rapporto si basa sui dati del database di indicatori sul sistema sanitario e sulla salute in Italia. Il database è strutturato in modo tale da poter essere interrogato dal software “Health For All” (HFA) fornito dall’Organizzazione mondiale della sanità e adattato alle esigenze nazionali. Di seguito sono rappresentate graficamente - per l’Umbria, il Centro e l’Italia - le serie storiche, dal 2012 al 2022, di alcuni indicatori rilevanti relativi agli stili di vita e alla prevenzione. Nel caso del tasso di mammografia “mai fatta” per la fascia di età 45-74 anni, il grafico si riferisce al solo anno 2019.

In Umbria, tra il 2012 e il 2022, la percentuale delle persone obese di 18 anni e più ha un andamento irregolare; nel 2012 si registra il valore massimo (12%), abbondantemente superiore a quello della ripartizione Centro e a quello medio italiano (10,4%). Tra il 2012 e il 2022, in Umbria, l’indicatore assume valori più elevati di quelli nazionali e ancor più di quelli del Centro, a eccezione degli anni 2020 e 2021. Tra il 2019 e il 2021, infatti, in Umbria, si registra una forte flessione portando la percentuale al minimo nel 2021 (10,2%). Tra il 2021 e il 2022, invece, si osserva un netto incremento. Si noti, inoltre in Umbria, il picco del 2018 con la percentuale di obesi pari all’11,9%. In Italia, tra il 2015 e il 2021, si assiste a una costante crescita (dal 9,8%, minimo, al 12%, massimo).

Grafico 1 – Persone obese ⁽¹⁾ di 18 anni e più. Umbria, Centro, Italia. Anni 2012-2022, (valori percentuali).



(1) La classificazione della popolazione in base al peso è fatta utilizzando l'indice di massa corporea (Bmi), considerato il più rappresentativo della presenza di grasso corporeo in eccesso. Il Bmi si calcola secondo la formula seguente:

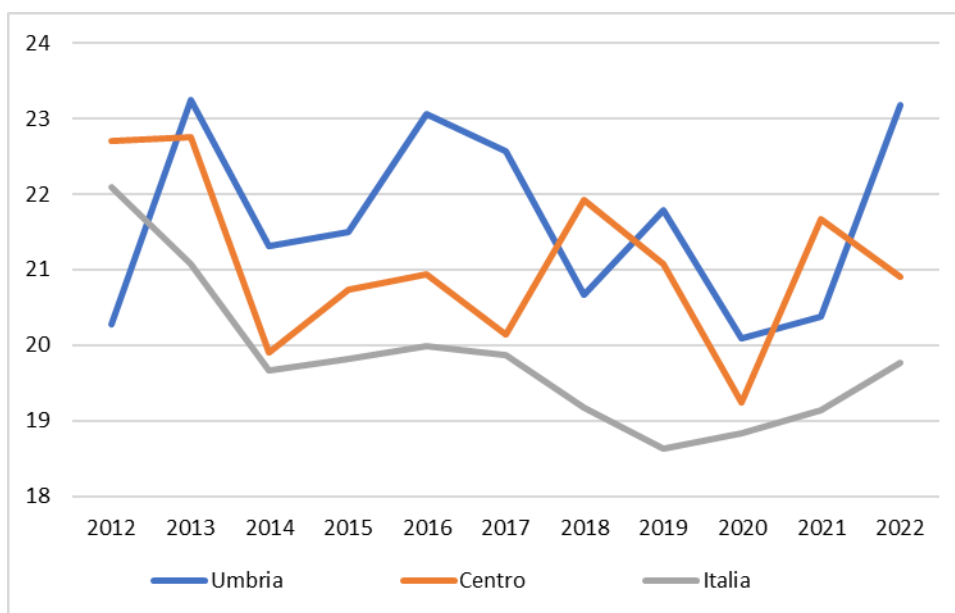
$Bmi = \text{peso (in kg)} / \text{quadrato dell'altezza (in metri)}$

- <18,5 sottopeso
- 18,5 – 24,9 normopeso
- 25 – 29,9 sovrappeso
- >30 obesità.

Fonte: Istat, database "Health for All"

Come nel caso dei dati sugli obesi, l'andamento della curva umbra relativa ai fumatori di 15 anni e più è molto irregolare: si noti il picco del 2013 (23,2%), quello del 2016 (23,1%) e quello del 2022 (23,2%), raggiunto a seguito di un incremento molto rilevante tra il 2021 e il 2022 (+2,8%). La curva umbra, tra il 2012 e il 2022, fa registrare valori maggiori di quelli nazionali, a eccezione del 2012. Nel 2022, in Umbria, la percentuale di fumatori di 15 anni e più è superiore a quella italiana di ben 3,4 punti percentuali (23,2% contro 19,8%).

Grafico 2 – Fumatori di 15 anni e più. Umbria, Centro e Italia. Anni 2012-2022 (valori percentuali).

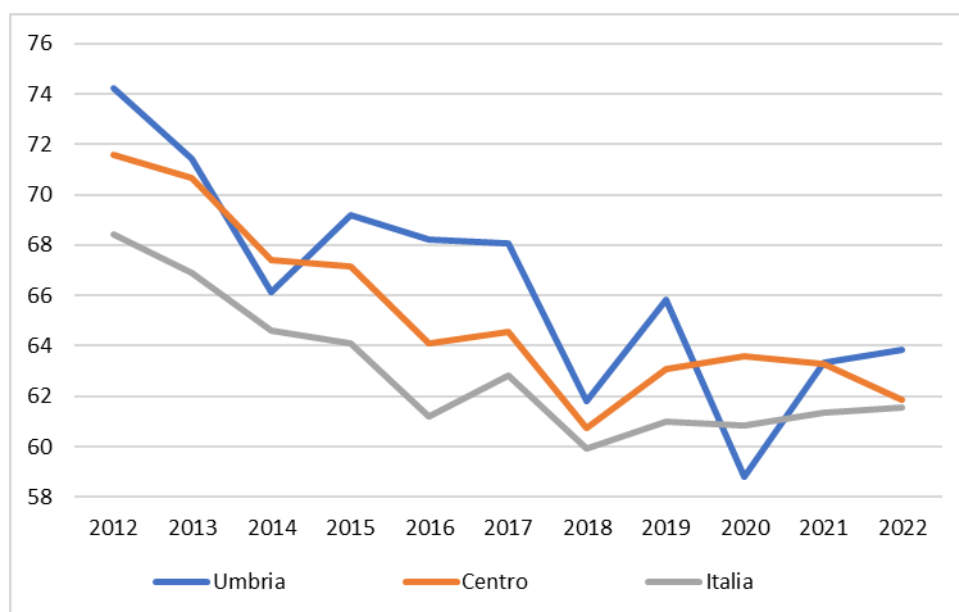


Fonte: Istat, database "Health for All"

Tra il 2012 e il 2022, le curve del Centro e dell'Italia, che descrivono la percentuale di persone di 3 anni e più che consumano carne bovina qualche volta la settimana, evidenziano un chiaro andamento decrescente, a meno di saltuari incrementi. Nel 2012, nei tre ambiti territoriali, si registrano i massimi valori: Umbria 74,2%, Centro

71,6%, Italia 68,4%, nel 2022 i valori sono sensibilmente diminuiti: Umbria 63,8%, Centro 61,9% e Italia 61,6%. Tra il 2012 e il 2022, il consumo nazionale di carne bovina rimane costantemente inferiore a quello dell'Umbria, ad eccezione del 2020. Tra il 2019 e il 2020, in Umbria, infatti, si osserva un netto decremento dell'indicatore (da 65,8% a 58,8%, minimo). La ripartizione Centro e l'Italia, invece, toccano il minimo nel 2018 (60,8% e 59,9% rispettivamente).

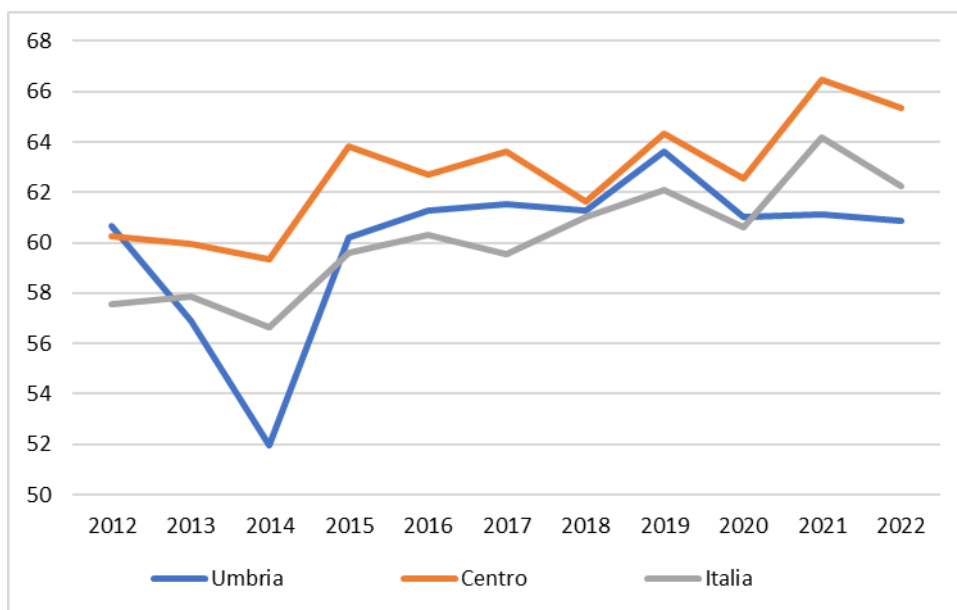
Grafico 3 – Persone di 3 anni e più che consumano carni bovine qualche volta la settimana. Umbria, Centro e Italia. Anni 2012-2022, (valori percentuali).



Fonte: Istat, database "Health for All"

Nella ripartizione Centro e in Italia, tra il 2012 e il 2022, si osserva una tendenza crescente nella percentuale di persone di 3 anni e più che consumano pesce qualche volta la settimana – a meno di saltuari decrementi - a differenza del consumo di carne bovina che, come visto, subisce una flessione. Tale trend è da ricondurre a una maggiore consapevolezza dei benefici per la salute di un regime alimentare più ricco di pesce e meno di carne. La spezzata umbra vede un decremento molto netto nel consumo di pesce tra il 2012 e il 2014: la percentuale passa dal 60,7% al 51,9% (minimo). Tra il 2014 e il 2015 si registra una ripresa molto consistente che riporta l'indicatore quasi ai livelli del 2012. Da questo anno la percentuale di consumo di pesce, in Umbria, è abbastanza stabile, si noti il picco del 2019 (63,6%, massimo). Nel Centro e in Italia, invece, il massimo è raggiunto nel 2021 (66,5% e 64,2% rispettivamente).

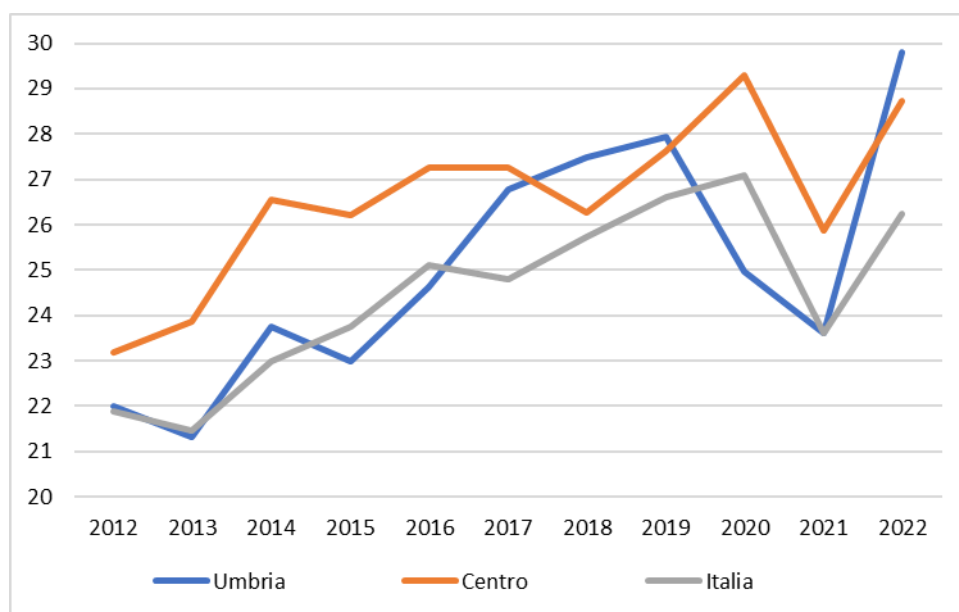
Grafico 4 – Persone di 3 anni e più che consumano pesce qualche volta la settimana. Umbria, Centro e Italia. Anni 2012-2022, (valori percentuali).



Fonte: Istat, database "Health for All"

In Umbria e nella ripartizione Centro, tra il 2012 e il 2017, si riscontra un trend crescente della percentuale di persone che praticano sport in modo continuativo, a meno di episodiche flessioni (in Umbria si passa dal 22% del 2012 al 26,8% del 2017, al Centro dal 23,2% al 27,3%). Questi dati mostrano che ormai c'è consapevolezza dell'importanza dello sport per la salute. In Umbria l'incremento dell'indicatore prosegue fino al 2019 (27,9%), anno dopo il quale si riscontra una netta flessione fino al 2021 (23,6%). Nel 2022 c'è una ripresa molto netta che porta l'indicatore al suo massimo (29,8%), superando i valori del Centro e dell'Italia. Al Centro e in Italia, tra il 2020 e il 2021, si assiste a un decremento molto consistente, riconducibile alla diffusione della pandemia: dal 29,3% nel 2020 al Centro si passa al 25,9% nel 2021, mentre in Italia dal 27,1% si arriva al 23,6%. Come in Umbria, nel Centro e in Italia, nel 2022, c'è un buon recupero della pratica sportiva.

Grafico 5 – Persone di 3 anni e più che praticano sport in modo continuativo ⁽²⁾. Umbria, Centro e Italia. Anni 2012-2022, (valori percentuali).

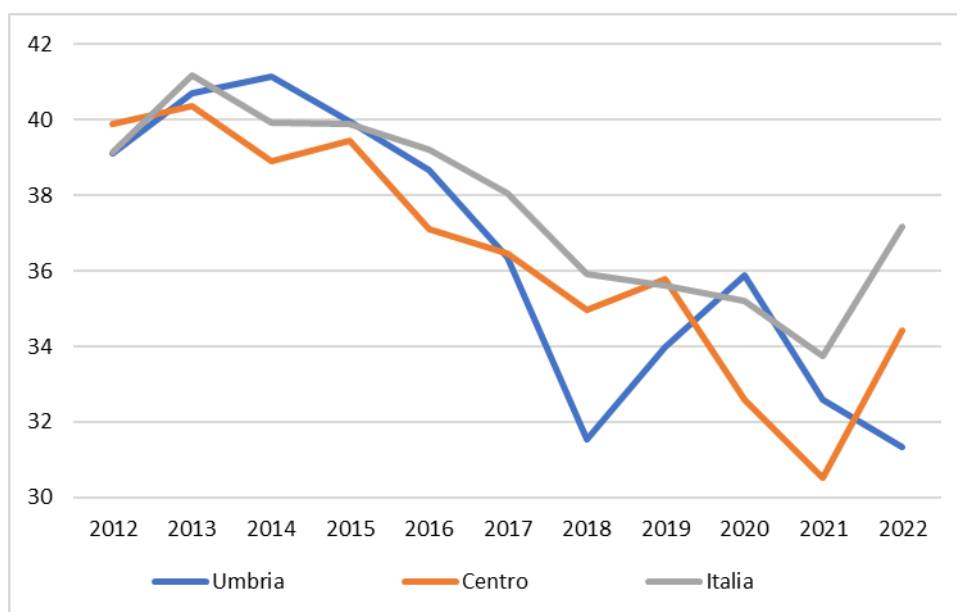


(2) La descrizione della frequenza e della regolarità dell'attività sportiva praticata in termini di continuità o saltuarietà è fatta sulla base dell'autopercezione e della valutazione delle stesse persone intervistate.

Fonte: Istat, database "Health for All"

In Umbria, tra il 2014 e il 2018, si registra un notevole decremento della percentuale di persone di 3 anni e più che non praticano né sport né attività fisica: si passa dal 41,1% al 31,6%. In Italia la decrescita è anticipata di un anno (2013) e si protrae fino al 2021: si passa dal 41,2% del 2013 (massimo) al 33,7% del 2021, minimo. In Italia e al Centro, nel 2022, si registra un considerevole aumento; in Umbria, invece, prosegue la flessione registrata anche tra il 2020 e il 2021.

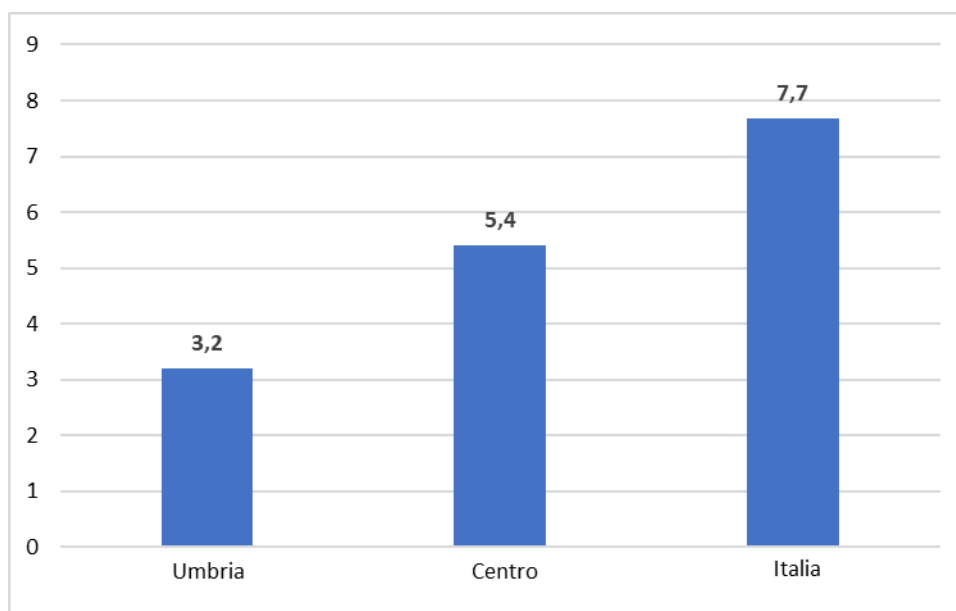
Grafico 6 – Persone di 3 anni e più che non praticano né sport né attività fisica. Umbria, Centro e Italia. Anni 2012-2022, (valori percentuali).



Fonte: Istat, database “Health for All”

In Umbria, nel 2019, appena il 3,2% delle donne di 45-74 anni non ha mai fatto la mammografia, in Italia la percentuale è molto più elevata (7,7%), mentre nella ripartizione Centro è pari al 5,4%.

Grafico 7 – Tasso di mammografia mai fatta (45-74 anni) ⁽³⁾. Umbria, Centro e Italia. Anno 2019, (valori percentuali).

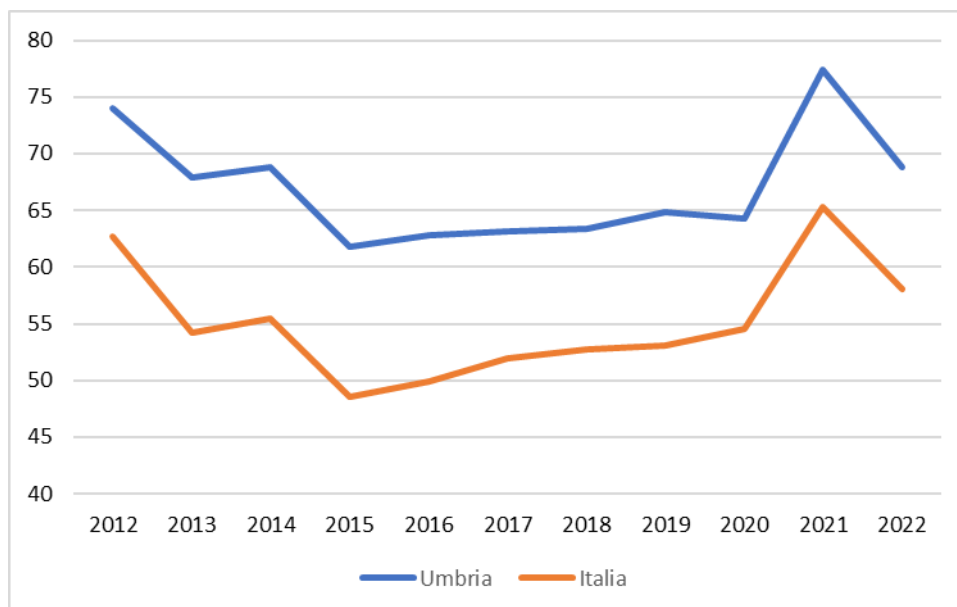


(3) Donne di età 45-74 anni che non hanno mai effettuato una mammografia per 100 donne tra 45 e 74 anni.

Fonte: Istat, database “Health for All”

In Umbria e in Italia, tra il 2012 e il 2015, si registra una netta flessione del tasso di copertura vaccinale antinfluenzale nella fascia di età 65 anni e più: si passa dal 74% del 2012 in Umbria al 61,8% nel 2015, in Italia dal 62,7% al 48,6%. L'indicatore, in Umbria, tra il 2012 e il 2022, è considerevolmente più elevato di quello medio nazionale. Il livello massimo dell'indicatore, nei due ambiti territoriali, è raggiunto nel 2021: Umbria 77,4%, Italia 65,3%, probabilmente sospinto dal vaccino anti Covid-19. Nel 2022 si osserva invece una netta flessione dell'indicatore. Il differenziale maggiore tra l'Umbria e l'Italia si registra nel 2013, +13,7% il vantaggio umbro (67,9% contro 54,2%).

Grafico 8 - Tasso di copertura vaccinale antinfluenzale 65 anni e più ⁽⁴⁾. Umbria, Centro e Italia. Anni 2012-2022, (valori percentuali).



(4) Persone di 65 anni e più che hanno effettuato la vaccinazione antinfluenzale per 100 persone di 65 anni e più.

Fonte: Istat, database "Health for All"

<https://www.istat.it/it/archivio/14562>