



## PRIMO PIANO



**SALUTE.** STILI DI VITA TRA VIZI E CATTIVE ABITUDINI

# Sempre più sedentari e fuori forma fisica Romagnoli a rischio

La radiografia dell'Ausl sulla popolazione: poca attività motoria, fumo bambini e giovani sovrappeso. L'azienda corre i ripari per ridurre i rischi

### RAVENNA CHIARA BISSI

In Romagna una persona su due tra i 18 e i 69 anni non fa sufficiente attività fisica, una persona su quattro fuma; una persona su cinque sviluppa una patologia cronica; più di una persona su tre è in eccesso di peso. Tra gli 8-9 anni il 26% dei bambini è in sovrappeso oppure obeso e così accade a un giovane su tre tra i 25 e i 34 anni. Tendenze in crescita negli ultimi anni sulle quali il dipartimento di Sanità pubblica dell'Ausl Romagna cerca di intervenire per promuovere sani stili di vita e nuovi comportamenti tra i cittadini. La priorità descritta ieri in un incontro con la stampa è quella di ridurre gli elementi di rischio in una popolazione che invecchia sempre più.

### Il rischio

Oltre il 50% delle cause di morte sono il risultato dei fattori come il fumo di sigaretta, la sedentarietà, le abitudini alimentari scorrette, l'elevato consumo di alcol; e ancora l'elevato colesterolo nel sangue e il sovrappeso. In prima linea durante la pandemia, in allerta su nuovi fronti come la proliferazione della Dengue, il dipartimento di Sanità pubblica dell'Ausl Romagna si muove in collaborazione con il Dipartimento Cure Primarie, i Distretti e alcuni servizi specialistici, per attivare iniziative rivolte alla popolazione a partire dalle Case di comunità. In collaborazione con il Terzo settore, con i Comuni promuove iniziative di formazione rivolte ai cittadini, alle scuole, agli insegnanti e agli operatori sanitari. «Proponiamo strategie

### LE INIZIATIVE IN PROGRAMMA PER RISOLVERE LE CRITICITÀ

Sessanta incontri di gruppo, giornate dedicate al movimento e prese in carico di bambini e giovani oltre a gruppi di cammino



I dirigenti Ausl che hanno presentato ieri i dati sulla popolazione romagnola

per modificare gli stili di vita e ridurre i fattori di rischio – spiega Raffaella Angelini, direttrice del Dipartimento di Sanità pubblica – abbiamo dati preoccupanti sui bambini che possono determinare effetti in termini di patologie tra 30 anni. La nostra è una battaglia che bisogna portare avanti con tutte le forze».

### Incontri

Sessanta incontri di gruppo, giornate dedicate al movimento, numerose prese in carico di bambini e giovani, 61 gruppi di cammino, 30 laboratori di cucina

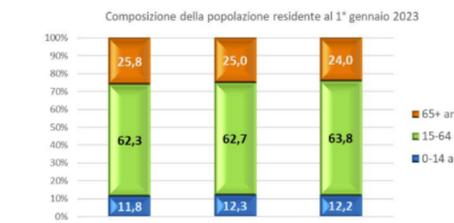
na salutare sono alcune delle iniziative in corso, mentre le azioni, spiega Giulia Silvestrini, responsabile dipartimentale Sorveglianza malattie e fattori di rischio, si concentrano sul contrasto alla sedentarietà, al fumo; sulla sana alimentazione e sulla prevenzione delle cadute nell'anziano. Dal sistema di sorveglianza Passi in uso alle aziende sanitarie emerge che in Romagna gli uomini fanno attività fisica più delle donne 60% contro 48%, a Ravenna 62% contro 43 e Forlì – Cesena 63% contro 46; a Rimini proporzione

invertita con le donne al 56% e gli uomini al 52%; prediligono la bici i riminesi, mentre sono le donne romagnole a camminare, specie le ravennati 43,5%. Il responsabile della Medicina dello Sport, Giuseppe Attisani spiega che occorrono dai 150 ai 300 minuti alla settimana per un'adeguata attività fisica. Sul capitolo fumo di sigaretta emerge che 2,5 persone su 10 fuma tra i 18 e i 69 anni, in prevalenza uomini, con bassa scolarità e con difficoltà economiche; il 29% a Ravenna, 29 Forlì – Cesena, il 30% a Rimini. Gli uomini

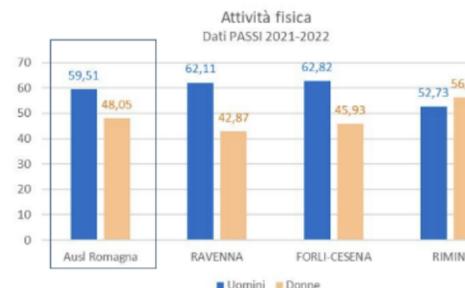


### Popolazione Ausl Romagna e indicatori demografici

	0-14 anni	15-64 anni	65+ anni	Totale
RAVENNA	46000	242277	100425	388702
FORLÌ-CESENA	48.263	246.650	98.321	393234
RIMINI	41.606	217.981	81.850	341437
Ausl Romagna	1.35869	706908	280596	1.123373



Circa 1 persona su 2 non fa attività fisica adeguata!



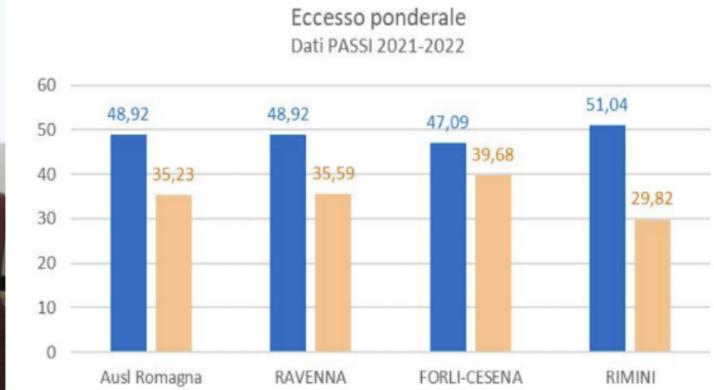
Sopra alcune tabelle che rendono l'idea dell'invecchiamento della popolazione: in arancione la percentuale di anziani nelle tre province romagnole. Sotto i dati sull'attività fisica: in blu la percentuale di uomini che non hanno un'attività regolare e adeguata



Jogging e camminate, tra le attività fisica incoraggiate

**CAUSE DI MORTE** ECCO LE PRINCIPALI  
Oltre il 50% delle cause di morte sono il risultato dei fattori come fumo, sedentarietà, alcol e alimentazione

**SPORT, UNA BUONA PRATICA** MINIMO 150 MINUTI  
Servirebbero dai 150 ai 300 minuti alla settimana per un'adeguata attività fisica



I dati sull'eccessivo accumulo di grassi corporei dovuti spesso a una cattiva alimentazione, in blu la percentuale di uomini che hanno un surplus, si nota che quasi un uomo su due non rispetta i valori di normalità, situazione leggermente migliore per le donne

# Una terra che invecchia Dati preoccupanti: gli anziani sono il doppio dei bambini

L'innalzamento costante dell'età media della popolazione fa in modo che crescano anche le malattie croniche

### RAVENNA CHIARA BISSI

«Ogni 200 anziani in Romagna contiamo 100 bambini, siamo di fronte a un problema demografico e socio economico in presenza di un costante aumento delle malattie croniche nella popolazione».

Un quadro quello delineato dalla direttrice del dipartimento di Salute pubblica dell'Ausl Romagna Raffaella Angelini che lascia pochi dubbi sulla necessità di promuovere sani stili di vita e offrire interventi di supporto al cambiamento dei comportamenti individuali specie quando si parla di attività fisica e sedentarietà, fumo di sigaretta, e corretta alimentazione. Senza contare, ovviamente, che il trend demografico sconta anche dinamiche sociali non legate solo alla salute dei cittadini.

«Mantenere una buona salute nell'arco della vita significa lavorare perché il passaggio alla fase della di-

sabilità arrivi più tardi possibile. La Sanità pubblica può essere lievito per iniziative di gruppo, aperte e gratuite alla cittadinanza e per attività di formazione per gli operatori e per le scuole, capaci di produrre cambiamenti duraturi negli stili di vita, dall'alimentazione all'attività fisica».

### RAVENNA PROVINCIA CON PIÙ ANZIANI

Il 22% degli uomini ravennati manifesta una malattia cronica prima dei 69 anni, vanno meglio i forlivesi e i cesenati e i riminesi (17% e 16%), le donne si fermano al 18,7%.

### IL DIABETE PREOCCUPA

Per le diagnosi di diabete in Romagna appaiono per il 5,7 negli uomini e per il 4,1 nelle donne, più fortunate a Rimini (2,5%) meno a Forlì Cesena (5,1%) e a Ravenna (4,6%).

I dati  
In Romagna ci sono al momento circa 40 anziani ogni 100 adulti (dai 15 ai 64 anni), al primo gennaio 2023 su un totale di 1.123.373 di abitanti gli ultra 65enni erano 280.596.

### Ravenna la più anziana

I più anziani sono i ravennati su 388.702 gli ultra 65enni sono 100.425, segue Forlì – Cesena 98.321 e Rimini 81.859. Solo il 12,3% dei forlivesi e cesenati ha dagli 0 ai 14 anni, percentuale che scende all'11,8 a Ravenna che vanta il 25,8% di ultra 65enni. Il 22% degli uomini ravennati manifesta una malattia cronica prima dei 69 anni, vanno meglio i forlivesi e i cesenati e i riminesi (17% e 16%), le donne si fermano al 18,7%.

Ma a ben guardare sono gli uomini riminesi a soffrire di malattie cardio – cerebrovascolari (7,5%), mentre a Ravenna patiscono malattie respiratorie il 9,8% contro il 5,8% di Forlì e Cesena. Quanto alle diagnosi di diabete in Romagna appaiono per il 5,7 negli uomini e per il 4,1 nelle donne, più fortunate a Rimini (2,5%) meno a Forlì Cesena (5,1%) e a Ravenna (4,6%).