

FATTORI DI RISCHIO PER LA SALUTE LEGATI AGLI STILI DI VITA: ABITUDINE AL FUMO, ECCESSO DI PESO, SEDENTARIETÀ, CONSUMO DI ALCOL.

Adamo D., Bologna E., Gargiulo L., Iannucci L., Orsini S., A.Tinto
Istat-Dipartimento delle statistiche economiche e sociali

Il rischio di insorgenza della maggior parte delle patologie cronicodegenerative, che rappresentano la prima causa di morte dei paesi sviluppati, si può contrastare attraverso stili di vita salutari da adottare in tutto il corso della vita, già fin dalla prima infanzia.

Grazie alle informazioni raccolte in oltre 20 anni dalle Indagini Multiscopo sui principali fattori di rischio per la salute (abitudine al fumo, eccesso di peso e sedentarietà, consumo a rischio di alcol) è possibile fornire una panoramica delle principali tendenze di tali fenomeni, individuando i segmenti di popolazione maggiormente esposti, spesso più svantaggiati anche dal punto di vista socio-economico. Sono state considerate nell'analisi le indagini multiscopo "Aspetti della vita quotidiana" (annuale) e "Condizioni di salute e ricorso ai servizi sanitari" (quinquennale).

Inoltre, grazie al potenziale informativo riferito all'intero grappolo familiare, specifico delle indagini multiscopo, è possibile analizzare la "familiarità" dei comportamenti a rischio, mettendo a confronto i comportamenti non salutari dei genitori e quelli dei figli.

Secondo l'Organizzazione mondiale della Sanità (OMS) il fumo causa in un anno oltre 6 milioni di decessi nel mondo. Il livello di rischio per la salute può essere condizionato dagli anni di esposizione al fumo e dalla quantità di sigarette fumate al giorno. Esistono nette differenze di genere e socio-economiche nell'evoluzione della diffusione di tale fenomeno, come si rileva nell'analisi della cosiddetta "epidemia del fumo" (Lopez AD, et al.). Le disuguaglianze di esposizione al fumo nell'intero arco della vita vanno ad incrementare le disuguaglianze nello stato di salute.

Con riferimento alla diffusione dell'obesità, ormai riconosciuta dall'OMS come una vera e propria malattia, i dati Istat, disponibili a partire dal 1990, ci permettono di studiare l'evoluzione del fenomeno tra gli adulti. Ma l'eccesso ponderale che suscita maggiore attenzione anche nel confronto con gli altri paesi europei è quello relativo ai minori, che interessa una quota rilevante dei nostri bambini e adolescenti: in Italia nel biennio 2011-2012 è pari al 26,9% tra i 6-17 anni (30,1% nei maschi e 23,6% nelle femmine). E' forte la relazione con l'eccesso ponderale dei genitori: la prevalenza quasi raddoppia se entrambi i genitori sono in sovrappeso o obesi.

La lotta alla sedentarietà promossa anche nell'ultimo decennio, sulla base di raccomandazioni dell'OMS, non ha ancora prodotto nel nostro paese effetti confortanti; resta elevata (39,6% nel 2012) la quota di persone che non svolgono alcuna attività fisico-motoria nel tempo libero, e anche in lieve aumento nel 2013, con percentuali che sfiorano il 60% tra le donne del Meridione.

Il consumo di alcol nel nostro Paese è tradizionalmente di tipo "moderato", basato essenzialmente sulla consuetudine a bere vino durante i pasti. Tuttavia, negli ultimi anni si stanno diffondendo comportamenti di consumo rischiosi per le implicazioni che possono avere sullo stato di salute (consumo giornaliero non moderato, binge drinking). Comportamenti a rischio più frequenti si osservano tra i giovani di 18-24 anni (il 23% maschi e l'8,6% femmine), tra gli adolescenti di 11-17 anni e tra gli ultrasessantacinquenni (il 38,6% uomini e l'8,9% delle donne).