



piano REGIONALE di  
PREVENZIONE DEL  
FRIULI venezia giulia  
2021 - 2025

Udine 20 giugno 2022

Luana Sandrin

Direzione centrale salute politiche sociali e disabilità



# IL PIANO PREVENZIONE

## Macrobiettivi

1. Malattie croniche non trasmissibili
2. Dipendenze da sostanze e comportamenti
3. Incidenti stradali e domestici
4. Infortuni e incidenti sul lavoro, malattie professionali
5. Ambiente, salute e clima
6. Malattie infettive prioritarie





## La demografia in FVG



- Popolazione residente: 1.206.216 ↓
- Numero di nati (2020) 7434 ↓
- Natalità (nati vivi/pop media)\*1000: donne italiane 6,2 donne straniere 11,6
- Speranza di vita alla nascita (in anni) maschi 81,3 femmine 85,8
- Indice di vecchiaia (pop65+/pop0-14)% 231,2 ↑ nel 2012 era 190
- La differenza tra aspettativa di vita e aspettativa di vita sana (circa 13 anni per le donne e 10 per gli uomini) evidenzia come le persone nella nostra regione **vivano più a lungo ma passino anche più anni in cattiva salute, con malattie e disabilità.**



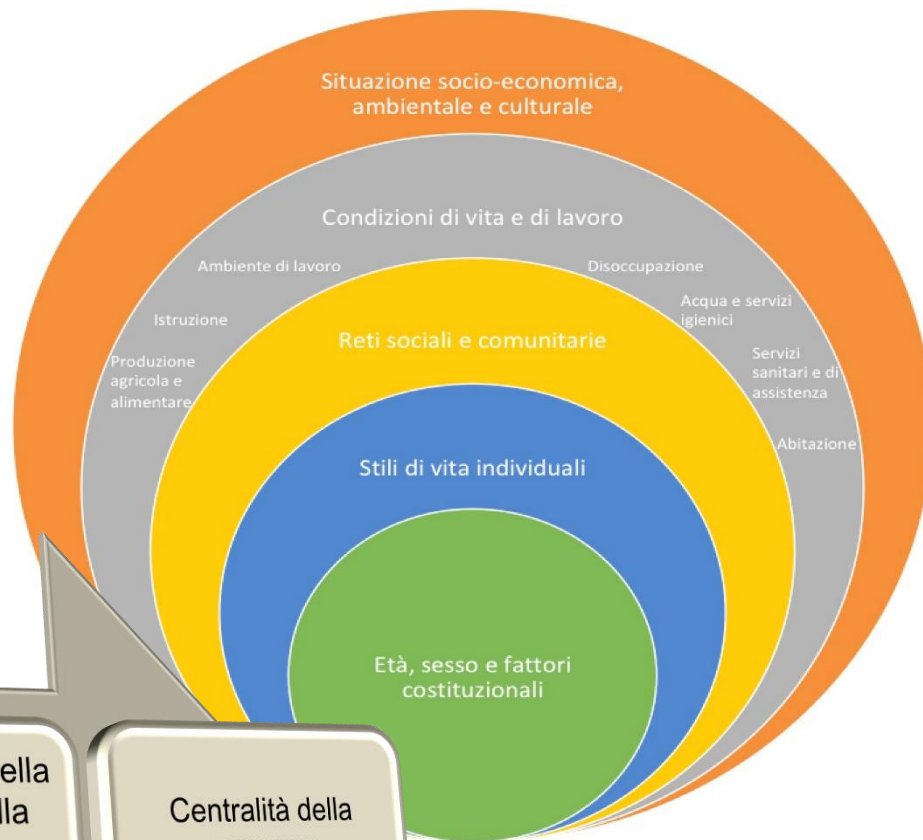
# Concetti chiave

Approccio one health



Agenda 2030

Salute in tutte le politiche



agire  
sui determinanti di  
salute  
sull'equità e contrasto  
disuguaglianze

il ruolo cruciale della  
promozione della  
salute e della  
prevenzione

Centralità della  
persona





# La sedentarietà

- *in Italia la sedentarietà è responsabile del 14,6% di tutti i decessi e costa al sistema sanitario 1,6 miliardi di euro*
- Secondo i dati dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, l'inattività fisica è il quarto fattore di rischio di mortalità a livello globale: circa 3,2 milioni di persone muoiono ogni anno perché non abbastanza attive.
- È causa principale di tumori della mammella e del colon (23%), del diabete (27%) e malattie cardiache ischemiche (30%)



## Vita attiva

[home](#) / [vita attiva](#)

### Il progetto

I nostri comportamenti e le scelte di vita, quali le abitudini alimentari, praticare il movimento e fare attività fisica, il consumo di alcol, l'abitudine al fumo, vanno a incidere sulla salute e il benessere delle singole persone. Ognuno può scegliere di stare bene con piccole azioni quotidiane.



Gruppi di cammino



Attività all'aperto



Attività al chiuso



FVG in movimento



## Gli effetti dell'attività fisica sulla salute degli adulti

↑ **Evidenza forte**

↑ **Evidenza media**

- ↑ Attesa di vita
- ↑ Fitness cardiorespiratoria
- ↑ Fitness muscolare
- ↑ Controllo del peso corporeo
- ↑ Mantenimento di una composizione corporea sana
- ↑ Salute delle ossa
- ↑ Qualità del sonno
- ↑ Qualità della vita in relazione alla salute

- ↓ Malattie alle coronarie
- ↓ Ipertensione
- ↓ Infarto
- ↓ Diabete tipo II
- ↓ Sindrome metabolica
- ↓ Cancro al colon
- ↓ Cancro al seno
- ↓ Depressione

### Nei più anziani

- ↓ *Rischio di cadute*
- ↑ *Salute funzionale / indipendenza*
- ↑ *Funzioni cognitive*

# Perché muoversi?



# MESSAGGI CHIAVE

(Organizzazione mondiale della salute)

Fare un po' di attività fisica è meglio di niente

Aumentare la quantità di attività fisica  
permette di avere ulteriori benefici per la  
salute

Qualsiasi tipo di movimento conta





# PP02 Comunità attive



Il Programma mira a promuovere l'adozione consapevole di uno stile di vita sano e attivo in tutte le età per contribuire al controllo delle MCNT e ridurre le complicanze

Inattività fisica e sedentarietà contribuiscono al carico di malattie croniche ed impediscono un invecchiamento in buona salute, con un impatto maggiore nelle aree e nei gruppi di popolazione più svantaggiati.

Attività ed esercizio fisico non solo contribuiscono in ogni età a migliorare la qualità della vita, ma influiscono positivamente sulla salute, sul benessere e sull'adozione di altri stili di vita salutari, anche attraverso processi di inclusione ed aggregazione nella società.

**Promuovere l'attività fisica è un'azione di sanità pubblica prioritaria**

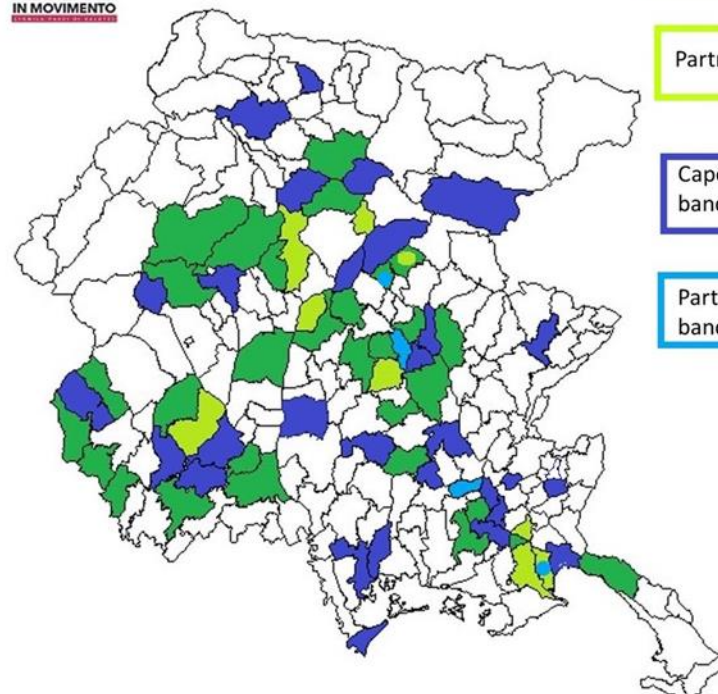
Necessita di **strategie integrate** che tengano conto del peso dei **determinanti economici e politici** di settori quali la pianificazione urbanistica e dei trasporti, l'istruzione, l'economia, lo sport e la cultura e coinvolgano, quindi, il più ampio numero di stakeholder, riconoscendo **identità e ruoli**



# FVG in Movimento 10mila passi di Salute



Progetto promosso,  
sostenuto dalla Direzione  
centrale salute e realizzato  
da Federsanità ANCI FVG  
insieme ad ANCI FVG ai  
Comuni, al SSR e alle  
Associazioni locali  
70 Comuni hanno  
partecipato al progetto con  
59 percorsi in tutta la  
Regione



Capofila primo bando

Partner primo bando

Capofila secondo bando

Partner secondo bando





