



1996 – 2026



Al servizio degli Enti Locali



HAPPYAGEING



Convegno

Alleanze per la Salute pubblica.

Informare per stare bene e restare attivi.

*“FVG IN MOVIMENTO.10mila passi di Salute”2019 – 2026
risultati e proposte*

Lunedì 25 maggio 2026

Salute, stili di vita e Comunità attive

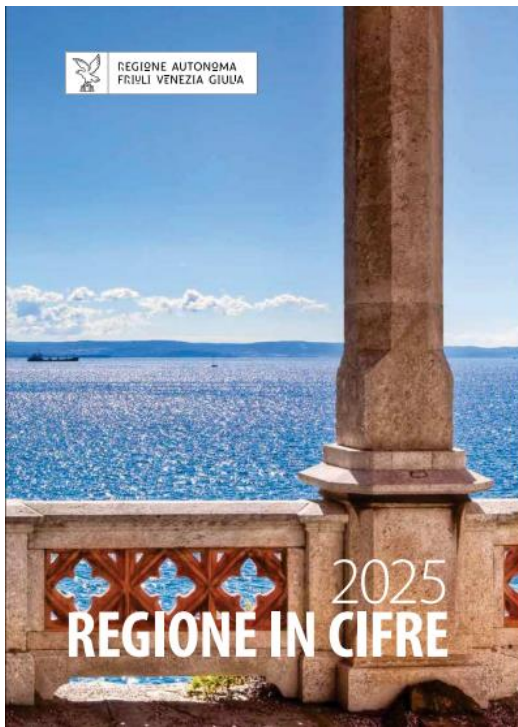
dott. Andrea Iob

Dipartimento di Prevenzione



ASU FC
Azienda sanitaria
universitaria
Friuli Centrale

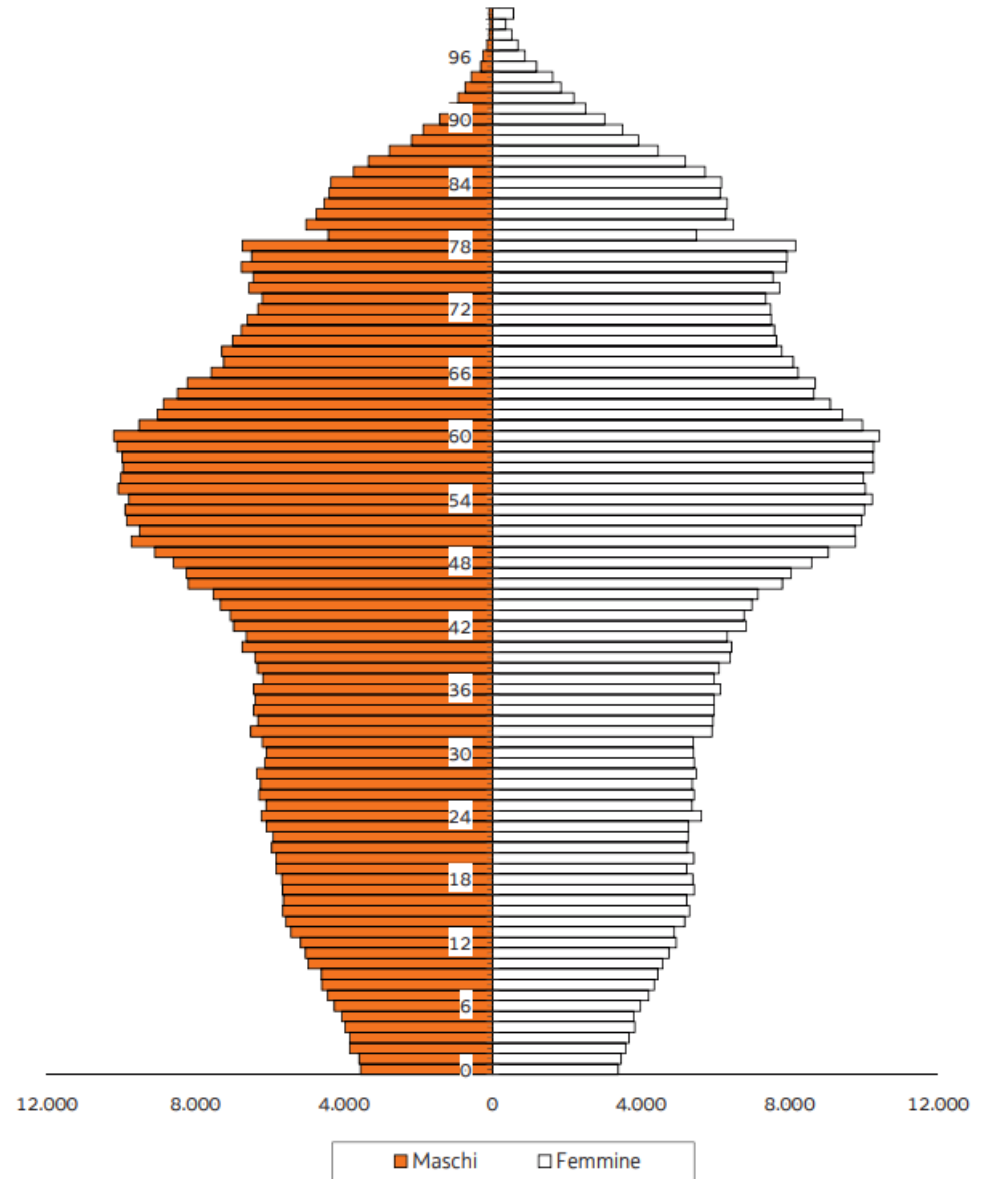




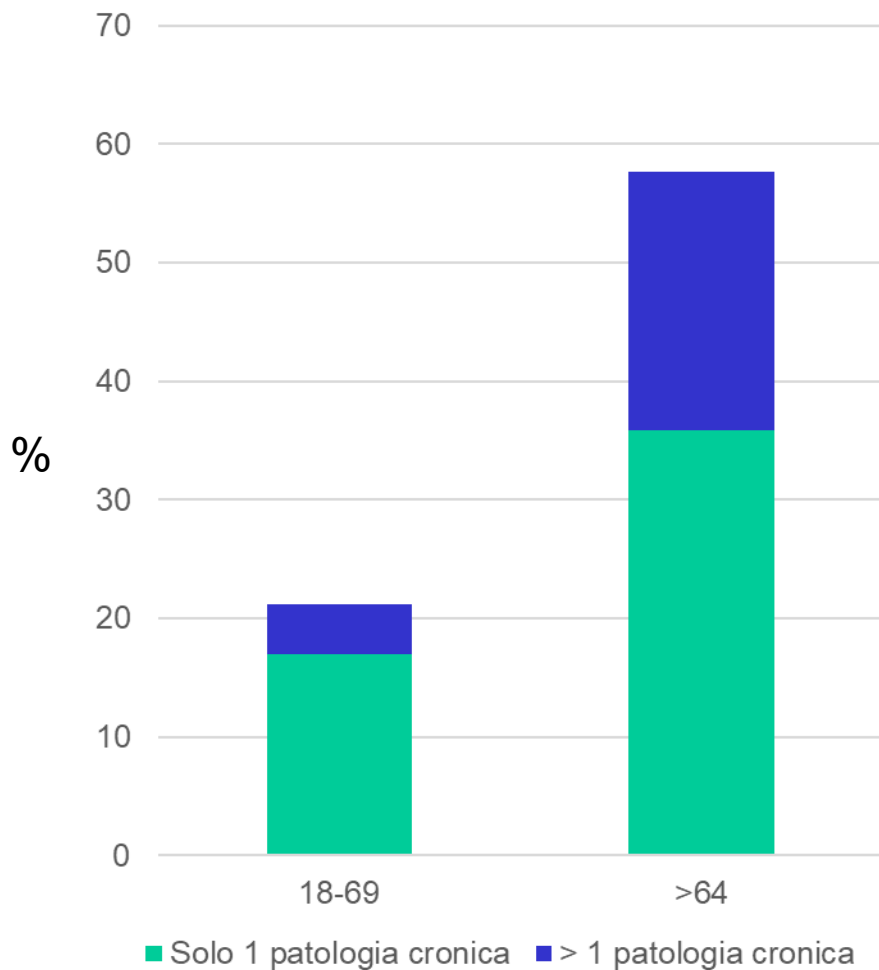
Graf. 19.1 - FVG PIRAMIDE DELLE ETÀ DELLA POPOLAZIONE RESIDENTE - Situazione al 31.12.2024

FVG PIRAMIDE DELLE ETÀ DELLA POPOLAZIONE RESIDENTE - Situazione al 31.12.2024

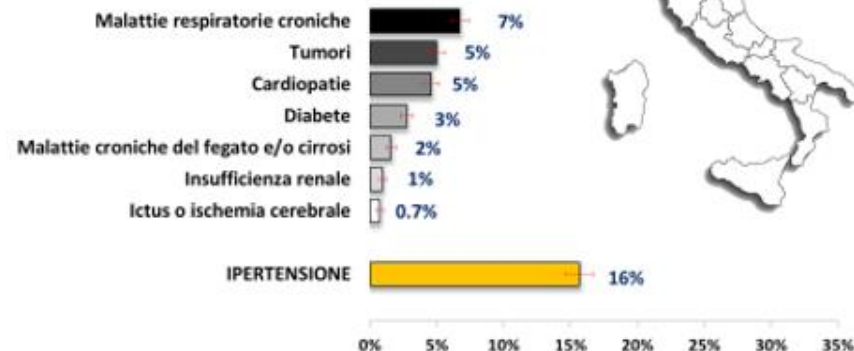
**SPERANZA di VITA alla NASCITA
in FVG:**
Maschi: 81,6
Femmine: 86



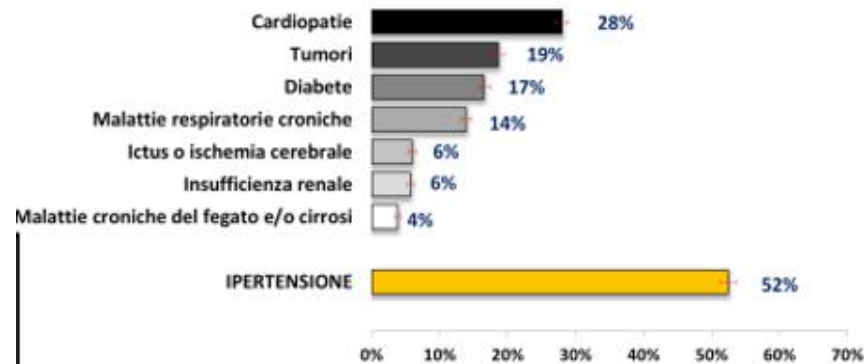
Presenza di patologie croniche riferite dalla popolazione FVG



18-64 anni



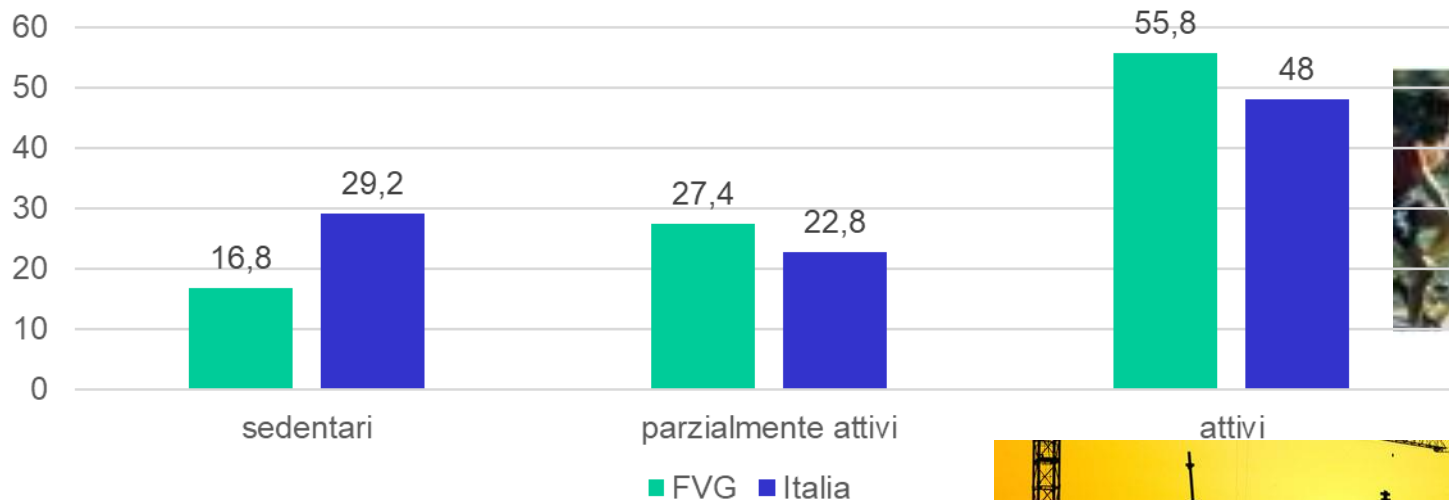
65 anni ed oltre



Le patologie indagate sono le seguenti: Cardiopatie (Infarto del miocardio, ischemia cardiaca o malattia delle coronarie o Altre malattie del cuore), Ictus o ischemia cerebrale, Tumori (comprese leucemie e linfomi), Malattie respiratorie croniche (Bronchite cronica, enfisema, insufficienza respiratoria, asma bronchiale), Diabete, Malattie croniche del fegato e/o cirrosi, Insufficienza renale

Il supporto dei dati alle politiche sanitarie

Prevalenza attività fisica e sedentarietà in FVG PASSI 2019



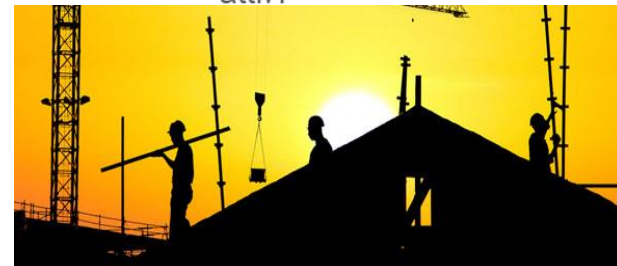
Attivi: fa lavoro pesante o adesione alle linee guida:

- 150 min. di attività fisica moderata alla settimana
- o 75 min. di attività fisica intensa alla settimana
- o combinazioni equivalenti delle 2 modalità

Parzialmente attivi: non fa un lavoro pesante ma fa qualche attività fisica nel tempo libero senza adesione alle linee guida.

Sedentario: non fa lavoro pesante né alcuna attività fisica

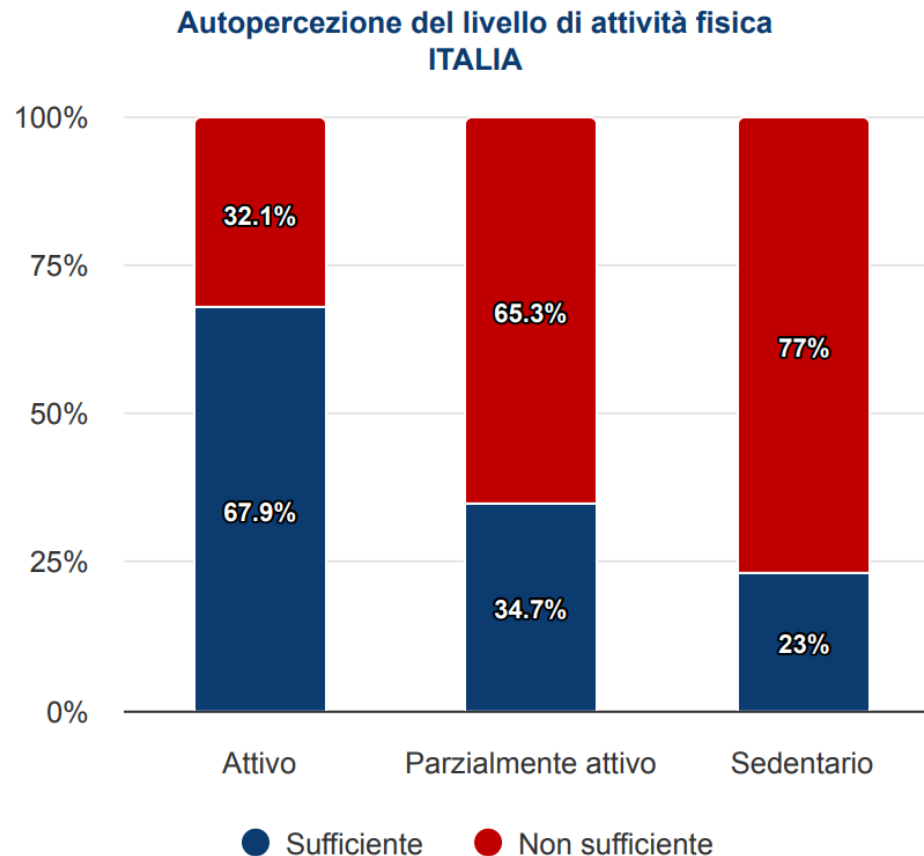
Raccomandazioni OMS 2020



La percezione della propria attività fisica

Tra le persone attive, il 32% ha giudicato la propria attività fisica non sufficiente.

Il 35% delle persone parzialmente attive ed il 23% dei sedentari ha percepito il proprio livello di attività fisica come sufficiente.





La promozione della salute è il processo che consente alle persone e alle comunità di esercitare un maggiore controllo (empowerment) sulla propria salute e di migliorarla.

- Costruire politiche pubbliche rivolte alla tutela della salute
- Rafforzare l'azione della comunità locali
- Sviluppare le capacità del singolo
- Creare ambienti favorevoli
- Riorientare i servizi sanitari



non è legata soltanto al settore sanitario, ma deve essere presente in tutte le politiche

Piano nazionale/ regionale della prevenzione





Piano nazionale/regionale della prevenzione

Programmi Predefiniti

- PP01 Scuole che promuovono Salute
- PP02 Comunità attive
- PP03 Luoghi di lavoro che promuovono salute
- PP04 Dipendenze
- PP05 Sicurezza negli ambienti di vita
- PP06 Piano mirato di prevenzione
- PP07 Prevenzione in edilizia e agricoltura
- PP08 Prevenzione del rischio cancerogeno professionale, delle patologie professionali dell'apparato muscolo-scheletrico e del rischio stress correlato al lavoro
- PP09 Ambiente, clima e salute
- PP10 Misure per il contrasto dell'Antimicrobico-Resistenza

Programmi liberi

- PL11 Gli screening oncologici
- PL12 Alimentazione salute e sostenibilità
- PL13 Screening cardiovascolare e prescrizione dell'attività fisica
- PL14 Investire in salute nei primi 1000 giorni
- PL15 Miglioramento della sorveglianza e prevenzione delle malattie infettive
- PL16 Programma regionale di odontoiatria pubblica



Creare comunità attive

Aziende Sanitarie, Comuni, Farmacie, Scuola, Enti privati, Associazioni culturali, sportive e di volontariato, devono coordinarsi e condividere le azioni verso un unico obiettivo.

8 INVESTIMENTI CHE FUNZIONANO PER PROMUOVERE L'ATTIVITÀ FISICA



1. PROGRAMMI RIVOLTI ALL'INTERA COMUNITÀ SCOLASTICA



2. SPOSTAMENTI ATTIVI



3. PIANIFICAZIONE URBANISTICA ATTIVA



4. SISTEMA SANITARIO



5. COMUNICAZIONE E MASS MEDIA



6. SPORT E TEMPO LIBERO PER TUTTI



7. LUOGHI DI LAVORO



8. PROGRAMMI COMUNITARI



AZIONI previste in FVG:

- Spostamenti attivi casa-scuola: Pedibus
- Piano ciclabilità
- Palestre della Salute (Attività Fisica Adattata – Esercizio Fisico Strutturato)
- FVG in movimento:
 - Percorsi 10.000 passi
 - Gruppi di cammino
- Workplace Health Promotion
- Bike to work



Formazione dei Medici di Medicina Generale

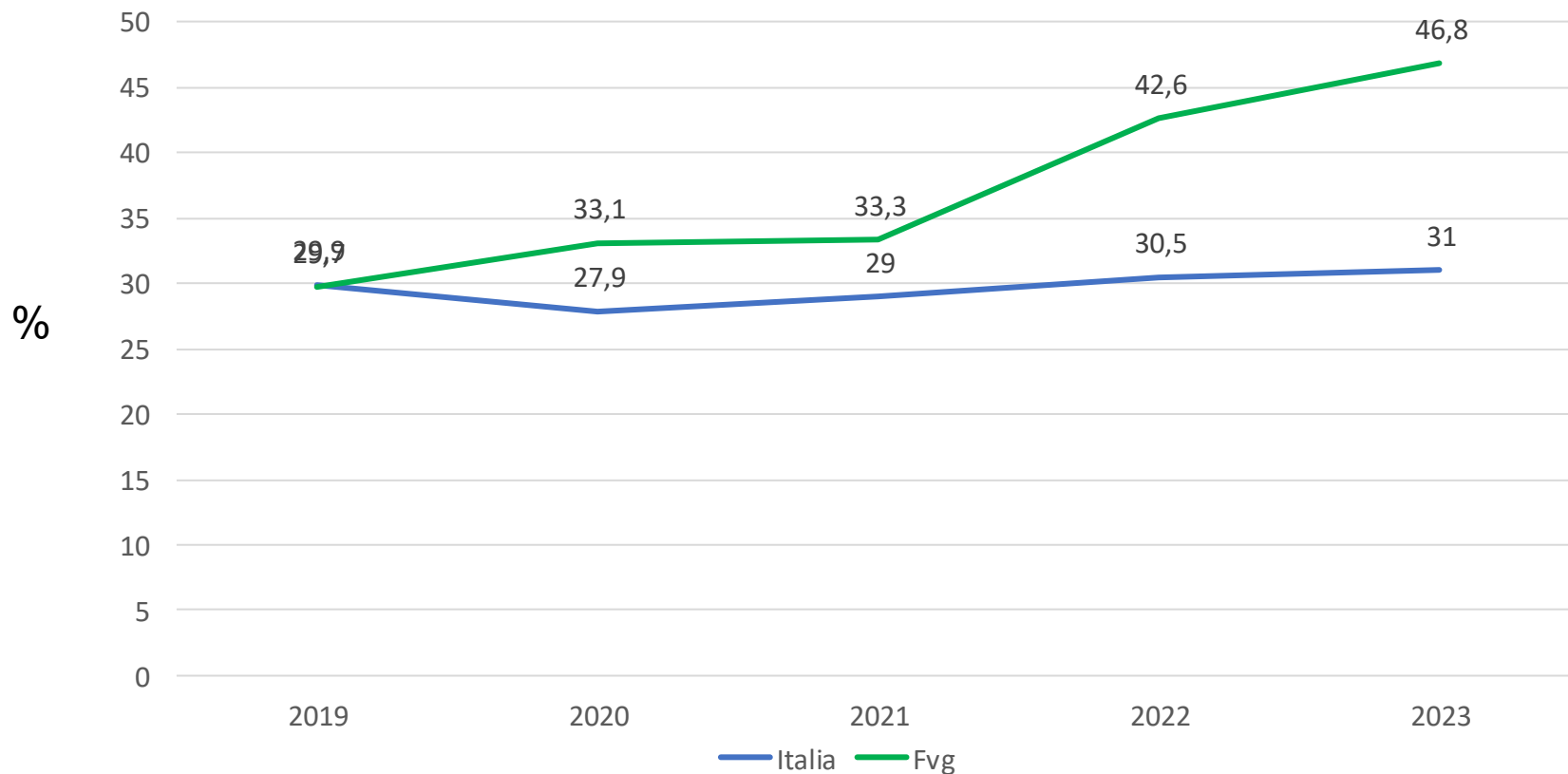
Quanti di voi
consigliano ai
propri assistiti
di praticare
attività fisica?



L'attenzione degli operatori sanitari PASSI 2019-2023



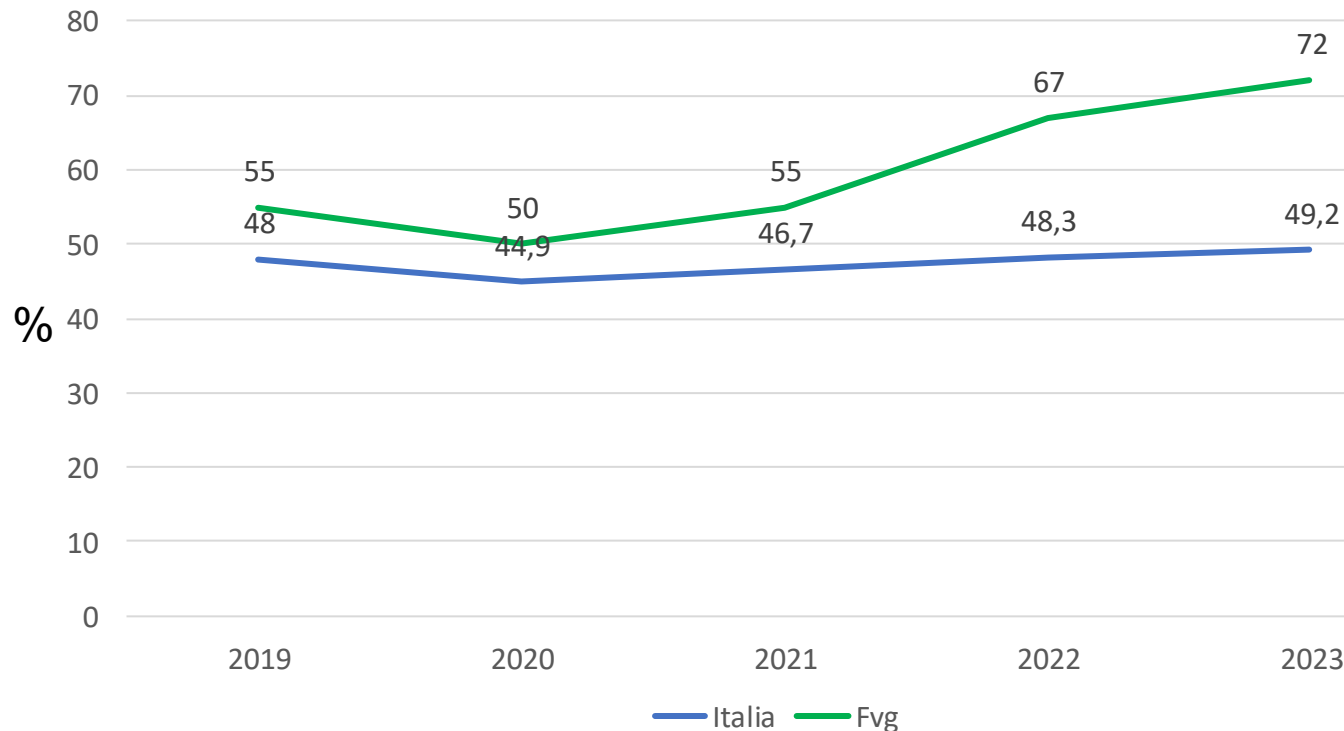
Persone con patologie croniche o eccesso ponderale
consigliate dal medico di fare più attività fisica



Attività fisica negli adulti in FVG

Prevalenza di soggetti ATTIVI in Friuli Venezia Giulia

PASSI 2019-2023



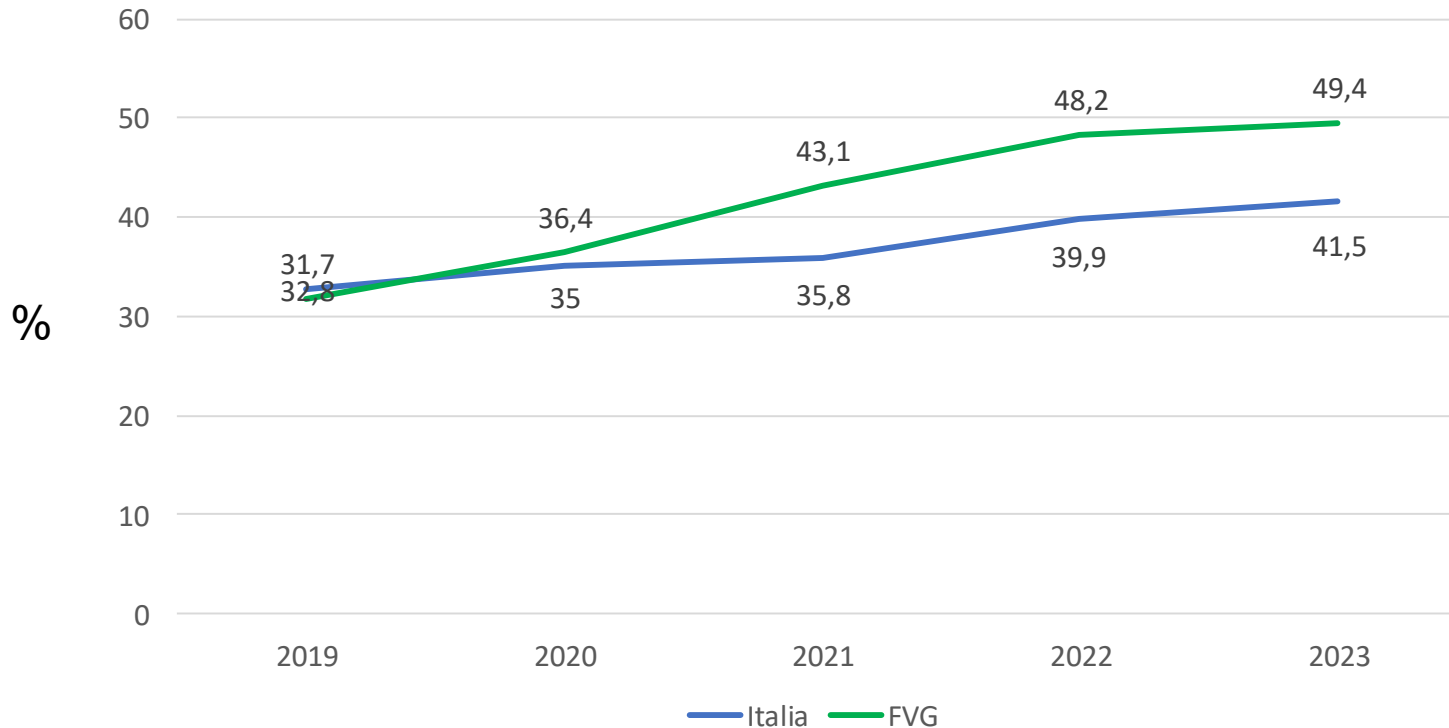
Attivo: chi fa lavoro pesante o aderisce alle linee guida:

- 150 min. di attività fisica moderata alla settimana o
- 75 min. di attività fisica intensa alla settimana o
- combinazioni equivalenti delle 2 modalità
(Raccomandazioni OMS 2020)

Attività fisica negli anziani in FVG

Prevalenza di soggetti ATTIVI in Friuli Venezia Giulia


PASSI d'Argento 2019-2023



Anziano attivo: chi fa almeno:

- 150 min. di attività fisica moderata alla settimana o 75 min. di attività fisica intensa
- attività orientate all'equilibrio per la prevenzione delle cadute

(Raccomandazioni OMS 2020)



Grazie per l'attenzione!

promozione.salute@asufc.sanita.fvg.it