



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA



FVG in MOVIMENTO

10mila passi di salute

Luana Sandrin

luana.sandrin@regione.fvg.it



Direzione centrale salute integrazione sociosanitaria e disabilità



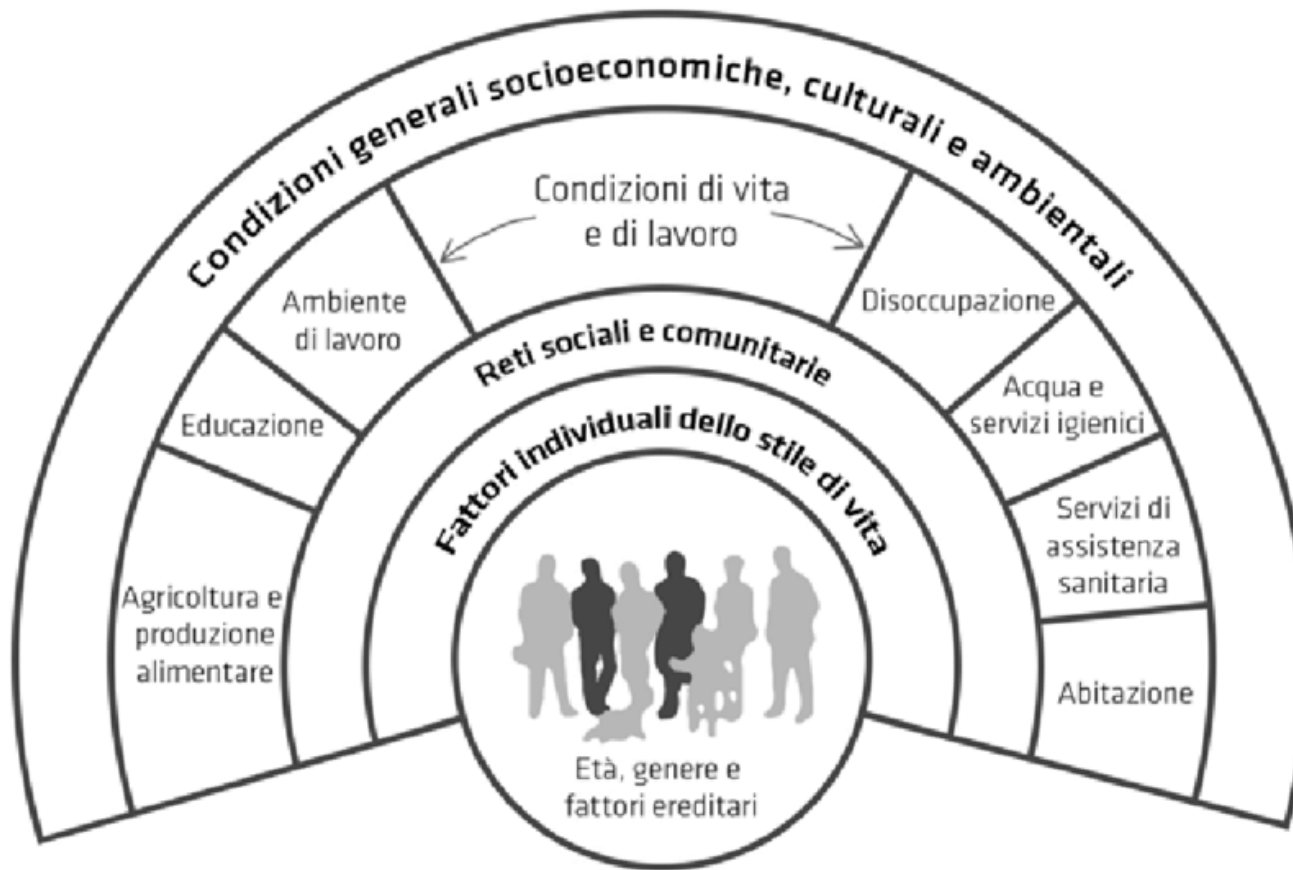
The most recent mortality statistics by cause of death are available for 2015 when there were 5.21 million deaths in the EU-28. The four leading causes of death were: diseases of the circulatory system (1.9 million deaths); cancer (1.3 million); diseases of the respiratory system (442 thousand); and external causes of morbidity and mortality (238 thousand), the latter includes, among others, intentional self-harm, falls and transport accidents

Many factors determine mortality patterns, for example, age, sex, living/working conditions and the surrounding environment. Each individual may also influence their chances of leading a long and healthy life by adapting their lifestyle choices concerning, for example, exercise, diet, alcohol consumption, smoking or driving behaviour.





I fattori determinanti la salute





In Friuli Venezia Giulia

- Il 23% dei bambini 6-10 anni è sovrappeso/obeso
- Il 40,8% degli adulti è in sovrappeso/obeso
- solo il 36,5% delle persone tra i 18 e 65 anni è fisicamente attivo



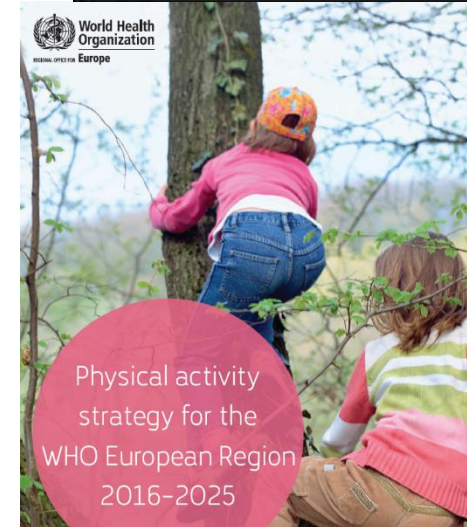
Perché fare attività fisica

- Riduce lo stress
- Aumenta la probabilità di vivere più a lungo
- Riduce il rischio di avere un tumore al seno e al colon
- Riduce il rischio di sviluppare l'Alzheimer
- Aiuta ad avere forza muscolare e maggiore mobilità
- Aiuta a mantenere il peso forma
- Migliora l'attenzione e lo studio dei ragazzi





- “Global action plan for prevention and control of non communicable disease 2013–2020” (WHO)
- «Global action plan on physical activity 2018-2030: more active people for healthier world» (WHO)
- La Strategia della Regione Europea OMS per l’attività fisica 2016-2025
- "Guadagnare Salute: rendere facili le scelte salutari"
Ministero della Salute
- Il Piano Nazionale prevenzione
- Il Piano Regionale della prevenzione





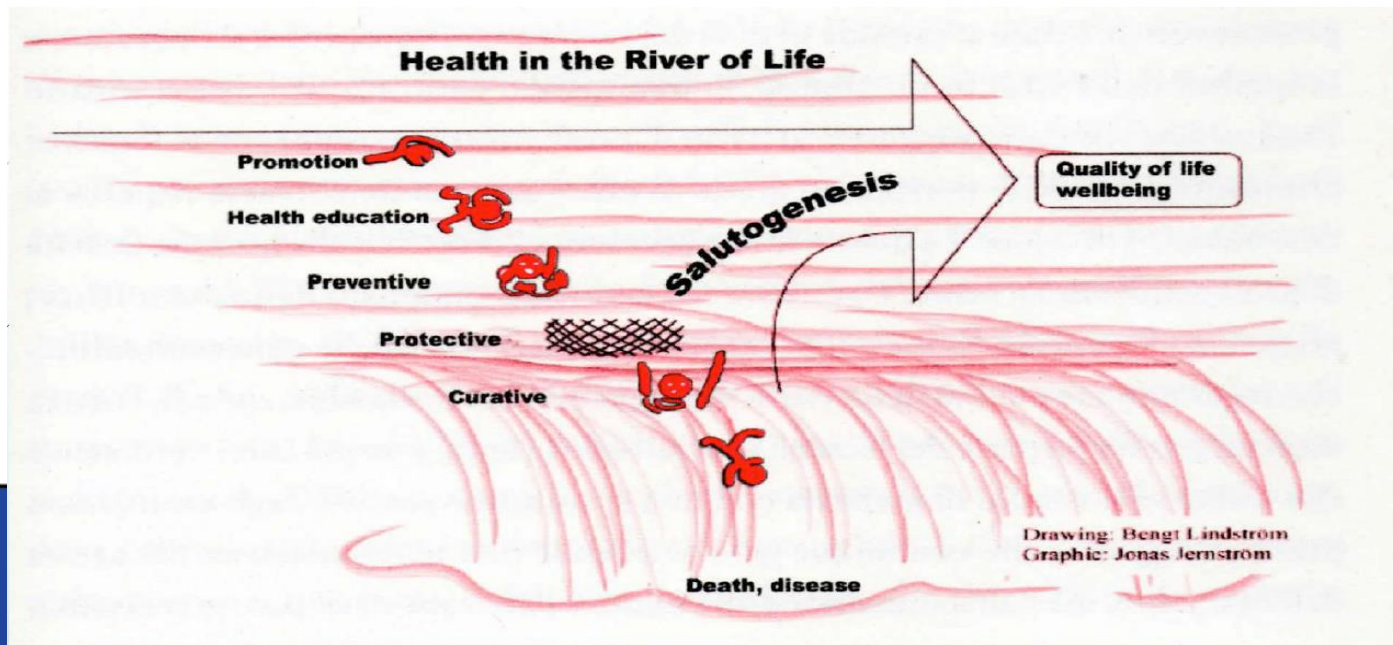
Promozione della salute Carta di Ottawa

- *Il processo che permette alle persone di esercitare un maggior controllo sulla propria salute e di migliorarla*
- *Salute come risorsa*
- *La salute è creata e vissuta dalle persone negli ambienti di vita quotidiana (dove si studia, si lavora, si gioca)*



Salutogenesi

- Le persone sono più o meno sane e più o meno malate.
- La salute intesa come un continuum che attraversa anche esperienze di malattie.
- In qualsiasi punto del continuum una persona si trovi, dovrebbe poter disporre sempre di risorse e opportunità per spostarsi verso il polo della salute.
- Cambiare la domanda : da «Quali sono le cause della malattia, e come si possono prevenire?»
- a «**Quali sono le fonti della salute, come si crea, e come può essere rinforzata?**»





4 azioni per promuovere salute

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





PHYSICAL ACTIVITY HAS MULTIPLE HEALTH, SOCIAL AND ECONOMIC BENEFITS

AND CAN CONTRIBUTE TO ACHIEVING THE 2030
SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS (SDGs).

Policy action on physical activity is interconnected with 13 SDGs

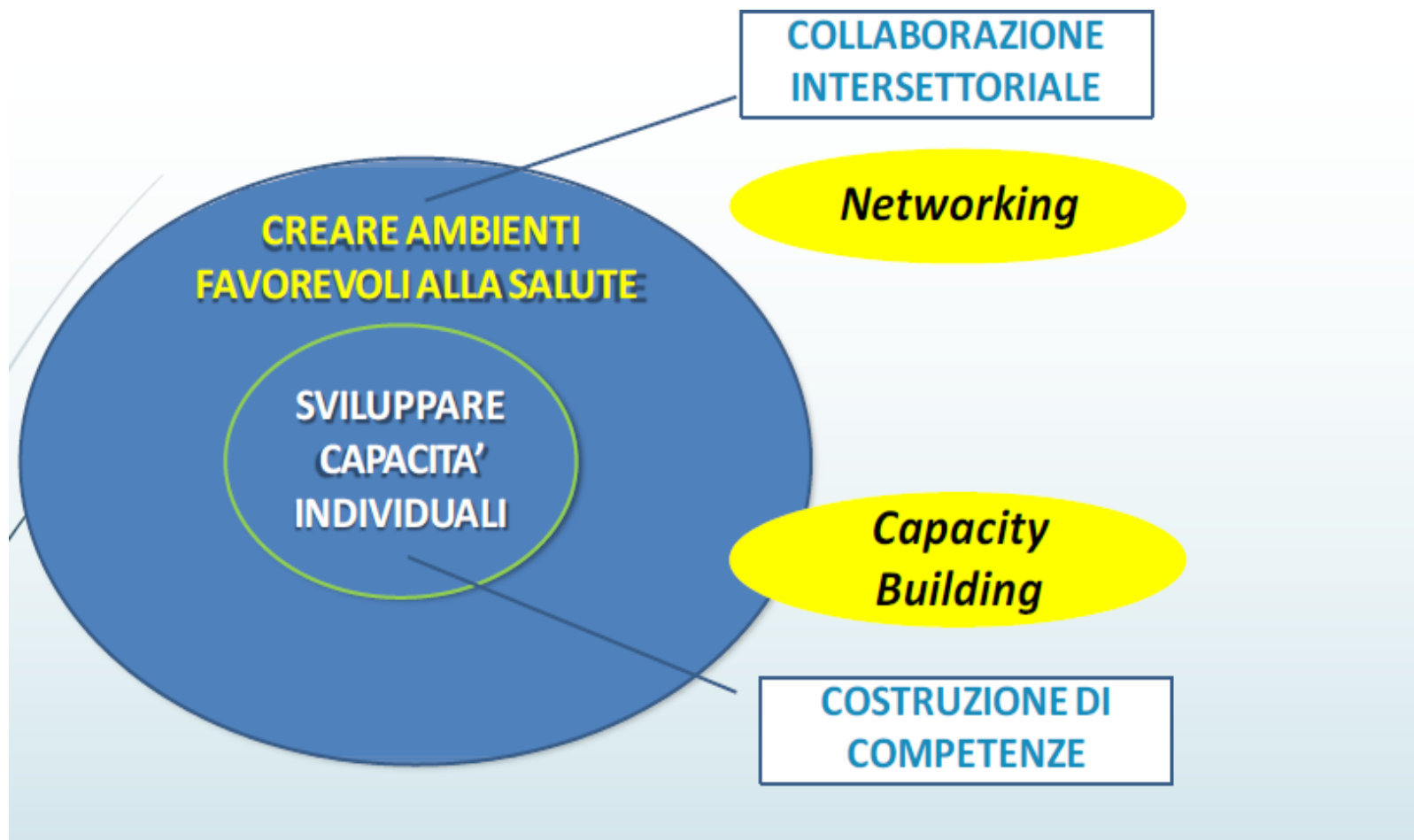


Working in partnership and investing in policy actions to promote walking, cycling, sport, active recreation and play can promote community well-being and quality of life for all.



PROMOZIONE DELLA SALUTE







REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA



FRIULI VENEZIA GIULIA
IN MOVIMENTO

[10 MILA PASSI DI SALUTE]

Grazie