Ufficio Stampa della Provincia autonoma di Trento
Piazza Dante 15, 38122 Trento
Tel. 0461 494614 - Fax 0461 494615
uff.stampa@provincia.tn.it

COMUNICATO n. 798 del 05/04/2014

L'Osservatorio per la salute, in collaborazione con l'Azienda sanitaria, diffonde i dati relativi al Trentino

IL 6 APRILE È LA GIORNATA MONDIALE DELL'ATTIVITÀ FISICA

La maggior parte della popolazione adulta trentina può essere definita attiva o parzialmente attiva (rispettivamente si tratta del 40% e del 43%) mentre il 17% è completamente sedentario. Questo significa che oltre 60.000 persone tra i 18 e i 69 anni non praticano nessun tipo di attività fisica. Ad esse vanno aggiunti circa 10.000 anziani che, sebbene in grado di praticare attività fisica, sono sedentari. L'attività fisica invece favorisce il rafforzamento osseo, migliora le funzioni cognitive, provoca perdita di peso, riduce la mortalità per tante malattie. In occasione del 6 aprile 2014, Giornata mondiale dell'attività fisica, l'Osservatorio per la salute del Dipartimento salute e solidarietà sociale della Provincia autonoma di Trento, in collaborazione con l'Azienda provinciale per i servizi sanitari, diffonde alcuni dati sull'attività fisica praticata in Trentino-

In Trentino le persone attive corrispondono dunque al 40%, mentre nel resto d'Italia sono il 33%, le persone parzialmente attive sono il 43%, mentre in Italia la media è del 36%, i sedentari in provincia sono il 17%, contro una media nazionale del 31%. La sedentarietà poi cresce all'aumentare dell'età, è più diffusa nelle donne, nelle persone con basso libello di istruzione, con maggiori difficoltà economiche e negli stranieri. La maggioranza dei bambini trentini giova all'aperto e circa la metà pratica attività sportiva strutturata, tuttavia solo il 27% dei bambini pratica l'ora di attività fisica raccomandata per almeno 5 giorni alla settimana, in Italia la media è del 16%.
In conclusione si può affermare che, rispetto al resto d'Italia, in trentino il livello di attività fisica praticata è maggiore a tutte le età. Tuttavia anche in Trentino molte persone potrebbero guadagnare in salute e benessere generale muovendosi un po' di più.

In allegato una scheda informativa sull'attività fisica in Trentino -

()