



Attività fisica e salute in Europa: agire

Sonja Kahlmeier

Istituto di Medicina Sociale e Preventiva, Università Zurigo

Consulente per l'Organizzazione Mondiale della Sanità OMS

Ufficio Regionale Europeo, Centro Ambiente e Salute

***Corso di formazione per le reti
intraregionali, Bologna, Italia***

8-9 Marzo 2010

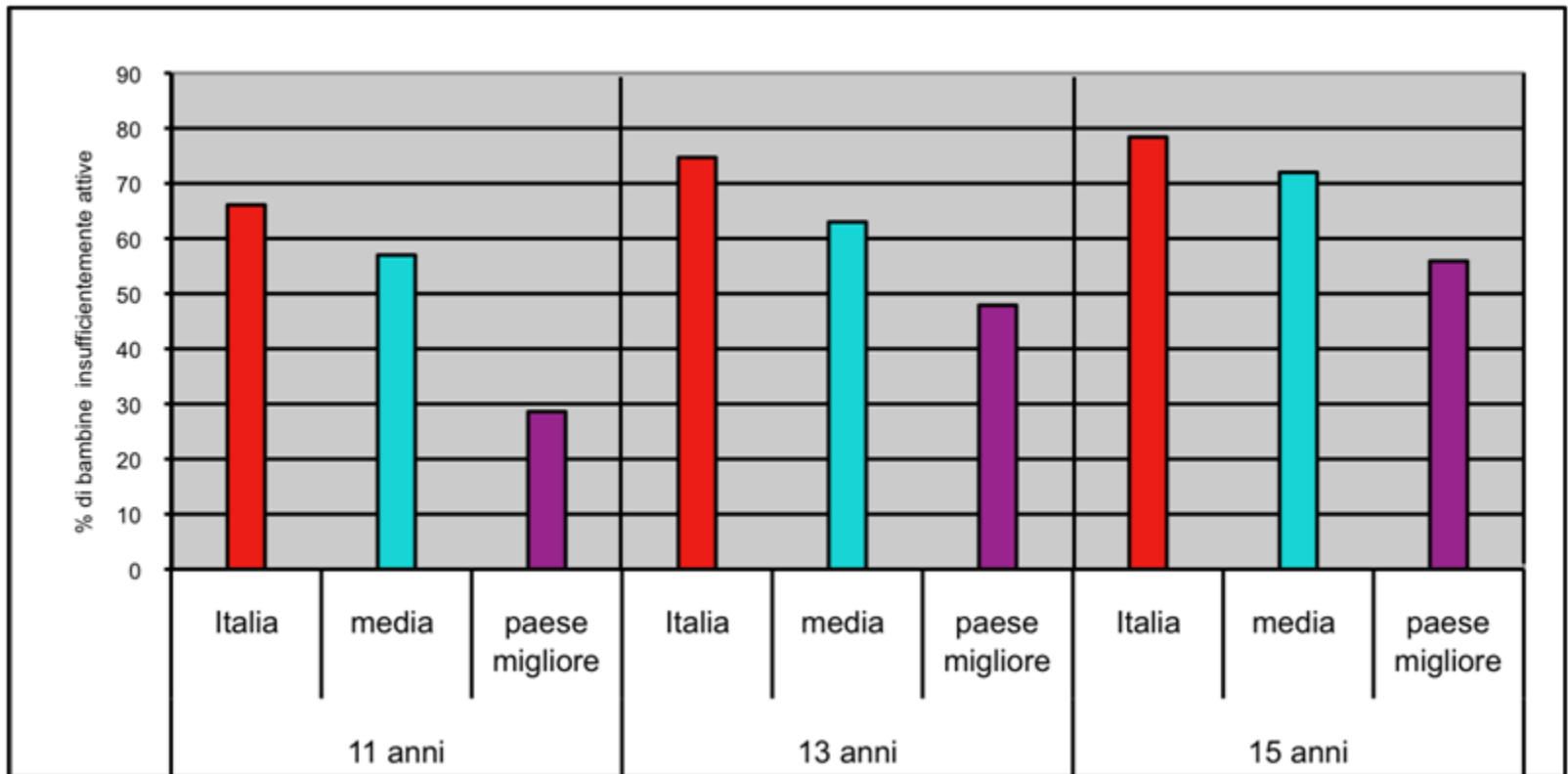


1 – PERCHE AGIRE: L' EPIDEMIA DELL'INATTIVITÀ IN EUROPA E IN ITALIA



Fra 11 e 15 anni, ca. 70 % delle **bambine** italiane è insufficientemente attivo

% delle bambine non raggiungendo la raccomandazione minima sull'attività fisica

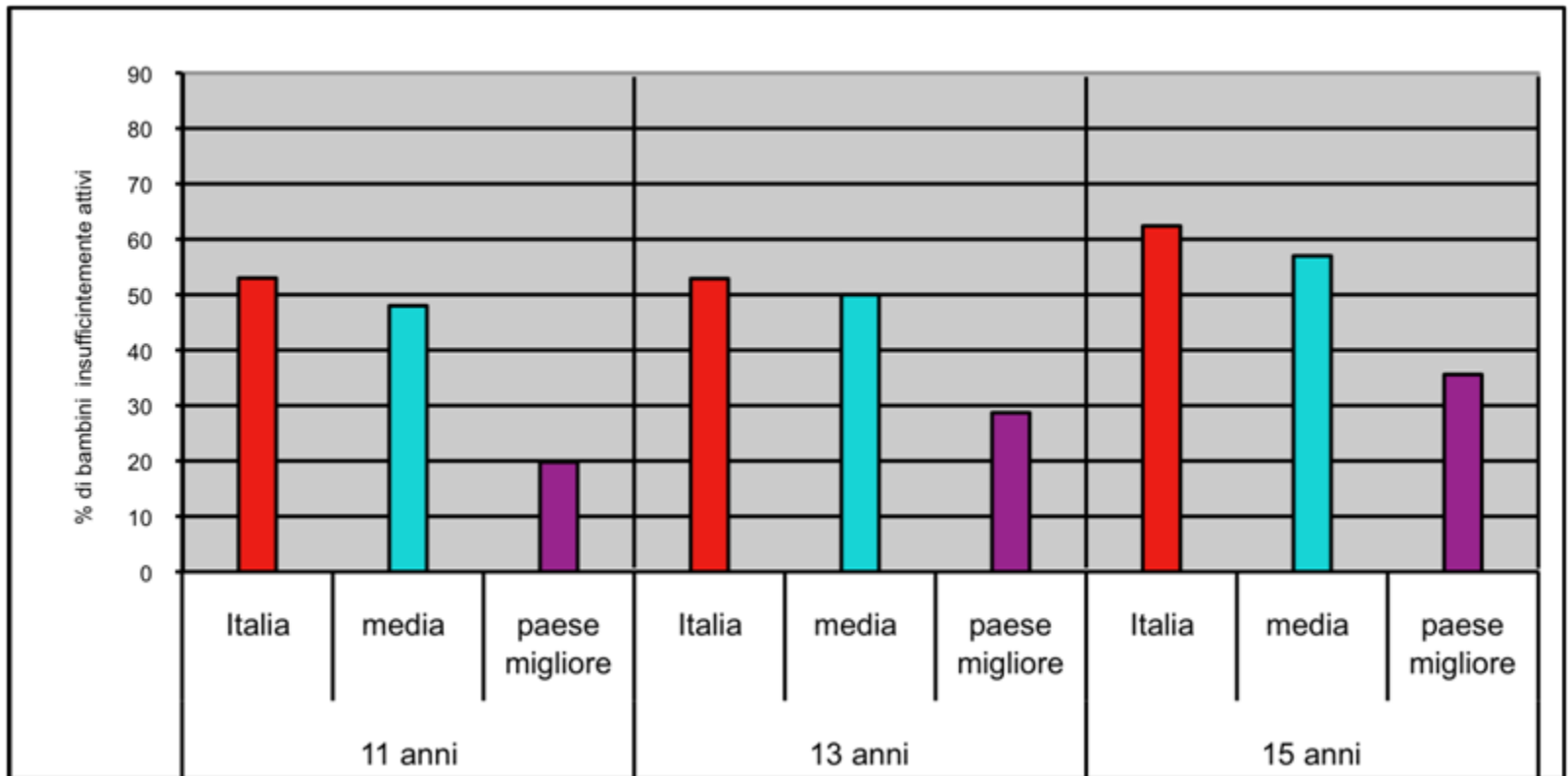


Fonte: Unpublished data from the HBSC study 2005/2006, courtesy Rebecca Smith, University of Edinburgh



Fra 11 e 15 anni, ca. 50-60 % dei **bambini** italiani è insufficientemente attivo

% dei bambini non raggiungendo la raccomandazione minima sull'attività fisica



Fonte: Unpublished data from the HBSC study 2005/2006, courtesy Rebecca Smith, University of Edinburgh



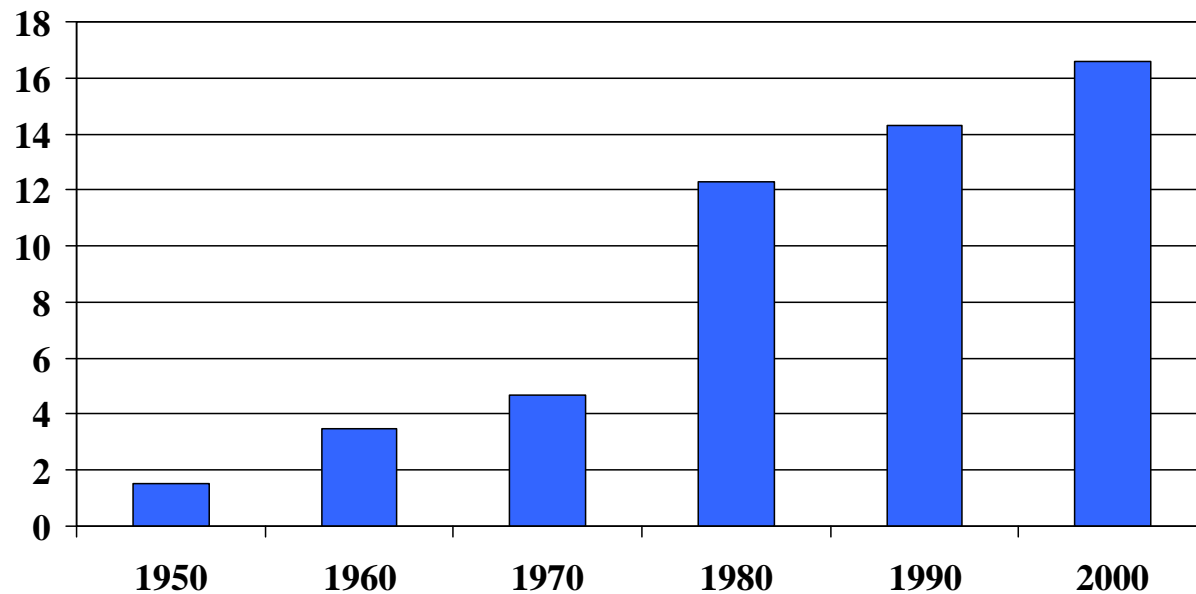
Effetti di salute: p.es. trend del obesità nel tempo in Italia

Prevalenza dell'obesità in età scolare: studio comparativo
di due popolazioni a 20 anni di distanza

1977= 9.6%, 1999=20.2
pari a +0.48/anno (tot.2.1)

Petri A, Bona G. Ospedale e Territorio 2000; 2:120-124

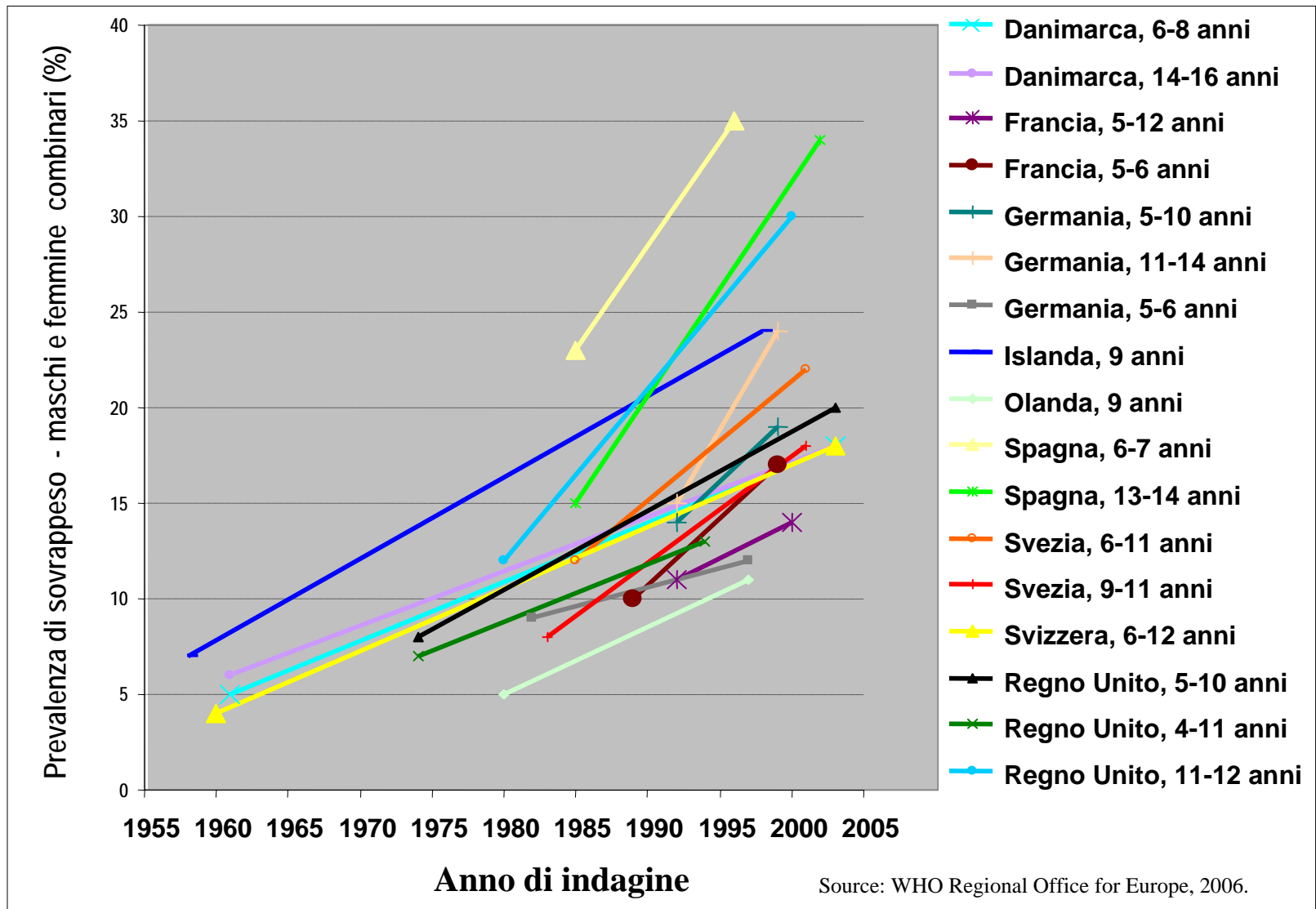
Andamento del sovrappeso nei bambini italiani



Fonte: Catassi (modificato da Giussani)



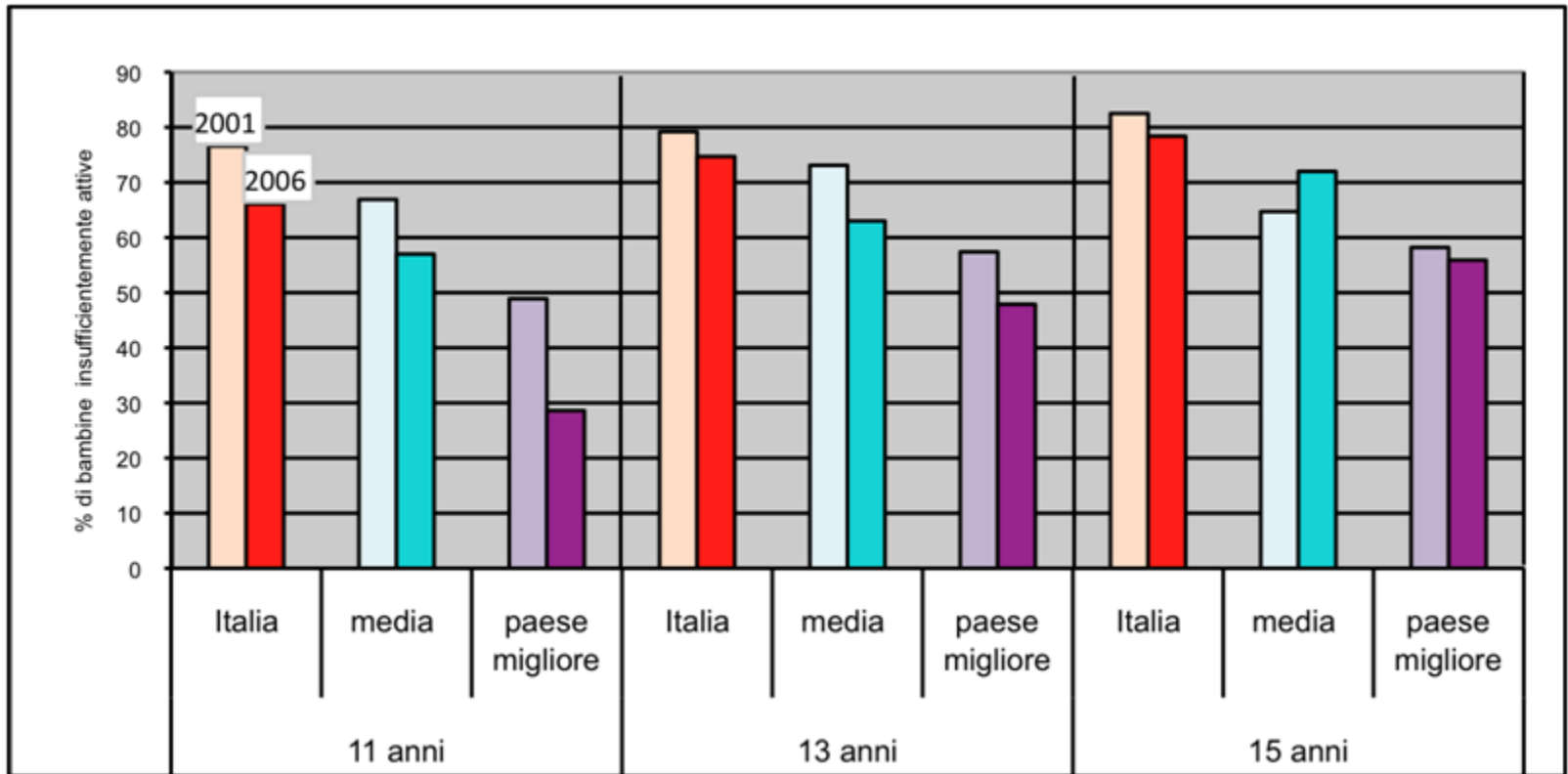
Crescita tendenziale del sovrappeso tra i bambini di età scolare, regione Europea OMS





... ma forse primi segni di un rallentamento del trend negativo?

Sviluppo di bambine non raggiungendo le raccomandazioni minimi di attività fisica (HBSC)



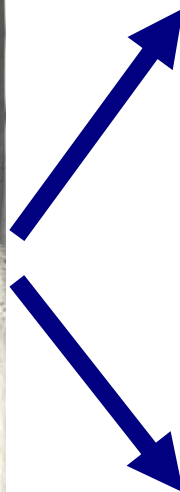
Fonti: Currie C. et al (eds.) 2004. Young People's Health in Context: international report from the HBSC 2001/02 survey, OMS / Unpublished data from the HBSC study 2005/2006, courtesy Rebecca Smith, University of Edinburgh



Reversing the trend ?



1950



2010



2 – STRATEGIE E STRUMENTI PER AGIRE



Strategie dell'OMS Europe

- La Carta Europea sulla Prevenzione dell'Obesità
- Passi verso la salute: linee guida europee per la promozione dell'attività fisica per la salute
- 2° Piano d'Azione sulle politiche degli alimenti e la nutrizione
- Strategie intersettoriali:
 - La rete Europea per la promozione dell'attività fisica che migliora la salute (HEPA Europe) (2005)
 - Il Piano di azione europeo per la salute e l'ambiente dei bambini (CEHAPE) (2004)
 - Il programma Pan-europeo su Salute, Ambiente e Trasporto (THE PEP) (2002)



Creare condizioni che rendano possibile l'attività fisica è una responsabilità sociale

Le linee di azione dovrebbero:

- Focalizzarsi sull'attività fisica nella sua accezione più ampia
- Essere multi-settoriali
- Privilegiare interventi a livello di popolazione e su larga scala
- Migliorare le condizioni ambientali per l'attività fisica
- Aumentare le possibilità di accesso all'attività fisica
- Essere coerenti attraverso diversi livelli e settori





Il ruolo del sistema sanitario



- Integrare l'attività fisica nella prevenzione primaria
- Documentare e disseminare interventi efficaci e risultati della ricerca
- Dimostrare i benefici economici di investire nell'attività fisica
- Creare sinergia con altre linee di policy
- Creare consapevolezza e favorire lo scambio di esperienze
- Dare il "buon esempio"



Sviluppi di politiche nei Paesi Membri

- Questionario OMS spedito nel maggio 2007 a 53 Stati Membri
- Sviluppo o aggiornamento di politiche nazionali
 - Nuove politiche
 - **Italia “Guadagnare salute”**
 - Croazia “Piano di Azione per la prevenzione e il trattamento dell’obesità 2007-2011”
 - Norvegia “Piano d’azione per la nutrizione 2007-2011”
 - Portogallo “Piattaforma Nazionale contro l’Obesità”
 - Aggiornamenti: Estonia, Finlandia, Germania, Svizzera, Svezia, Russia
 - 7 prevedono di iniziare una revisione
- Aumento delle risorse (budget): 3 paesi
- Introduzione di processi intersettoriali: Croazia, Italia, Ungheria, Malta
- Ripetizione del sondaggio in 2009



Un catalogo on-line di documenti sull'attività fisica

Health Enhancing Physical Activity (HEPA) - Microsoft Internet Explorer

File Edit View Favorites Tools Help

Back Forward Stop Refresh Home Search Favorites

Address <http://applications.euro.who.int/Default.aspx?TabID=25987> Go Links

World Health Organization
Regional Office for Europe

Country information Health topics Media centre Data and publications About WHO Programmes and projects

Home Country-based view Regional view

Country-based view

Display documents for a given country. You can further refine your selection by specifying document type, scope and sector from the drop-down lists below.

Country Hungary

Document type Policy

Scope All

Sector All

Title	Johan Bela' - National Programme for the Decade of Health
Year of Publication	2003
Document Type	Policy
Scope	National
Sector	Public Health
Links	English
Summary	This document, issued by the Hungarian Ministry of Health in 2003, updates and expands the public health programme "For a Healthy Nation". The overall goal of the national programme is to give all Hungarian citizens the opportunity to live as healthy as possible. This was translated in the goal to increase life expectancy at birth by three years for both genders within ten years. Physical activity is identified as the most effective way of preventing numerous diseases associated to "civilization", such as cardio-vascular diseases, some tumours, obesity, the most common form of diabetes, etc. The overall programme goal for physical activity is to promote an active lifestyle in the whole population. The programme specified strategic directions for implementation, lists expected outcomes of the

Done Internet



- Più di 450 documenti disponibili
- Informazioni sullo sviluppo di strategie nazionali sull'attività fisica di 35 paesi Europei
 - 28 paesi hanno sviluppato almeno un documento politico nazionale, di qui:
 - 26 hanno almeno un documento su attività fisica e (promozione di) salute
 - 13 su attività e sport
 - 10 su attività fisica e trasporto (bici, andare a piedi)
 - 6 su attività fisica e ambiente / sviluppo urbano
 - In total 102 documenti politici disponibile (incl. documenti regionali da 3 paesi federali)
 - Pubblicazione sui contenuti di 27 documenti nazionali (*Daugbjerg, Kahlmeier et al., Journal of Physical Activity and Health, 2009, 6: 805-817*)



Progetto HEPA Europe: analisi di casi studi di strategie nazionali sull'attività fisica

- Università di Loughborough e Università di Zurigo a cura dell'OMS Europa
- Progetto:
 - Identificazione di fattori chiave per le strategie nazionali
 - Sviluppo di uno strumento di casi studi
 - Pilot testing con 5 paesi Europei (Olanda, Finlandia, Portogallo, Svizzera, Inghilterra)
 - Finalizzazione dello strumento
 - Applicazione in ca. 10-15 paesi
 - Analisi e lezioni chiavi, pubblicazione (fine 2010)





Progetto OMS – DG Sanco

Monitorare i progressi sul miglioramento della nutrizione, dell'attività fisica e della prevenzione dell'obesità

- 2008-2010
- Sviluppo di un database / di un **sistema di informazione** e di reporting su:
 - Nutrizione/dieta
 - **Attività fisica**
 - Obesità
- Monitoraggio del raggiungimento degli impegni chiave:
 - Carta sulla lotta all'obesità
 - Secondo piano di azione su cibo e nutrizione
 - CE Libro Bianco su Nutrizione, Sovrappeso e Obesità
- Attraverso altri basi date e questionari ai Stati Membri EU (Feb & Sett. 2009) e non-EU (Ott. 2009)



Elementi del database


- Disponibilità di cibi, consumo individuale
- Stato nutrizionale / sovrappeso
- **Dati su livelli di attività fisica**
- **Documenti sulle politiche nazionali**
- Indicatori di attuazione delle politiche
- Norme obbligatorie e volontarie, linee guida, codici di comportamento
- **Casi di studio sulle buone pratiche**
- Indicatori sul raggiungimento degli obiettivi del 2 Piano di Azione sul Cibo e la Nutrizione, della Carta sull'obesità e del Libro Bianco della CE a livello nazionale e sub-nazionale



Fonti per azioni (1)

The Community Guide Home Page

GUIDE TO
COMMUNITY
Preventive Services - **The Community Guide**
What works to promote health




Community Guide Topics

- Adolescent Health
- Alcohol
- Asthma
- Birth Defects
- Cancer
- Diabetes
- HIV/AIDS, STIs and Pregnancy
- Mental Health
- Motor Vehicle
- Nutrition
- Obesity
- Oral Health
- Physical Activity**
- Campaigns and informational approaches
- Behavioral and social approaches
- Environmental and policy approaches
- Supporting materials
- Social Environment
- Tobacco
- Vaccines
- Violence
- Worksite

[Community Guide Topics](#)

Promoting Physical Activity



- Studies show that regular physical activity can cut the risk for developing depression, diabetes, heart disease, high blood pressure, obesity, stroke, and certain kinds of cancer.
- Less than half of U.S. adults get the amount of physical activity that [CDC](#) recommends.

Following are the recommendations for:

- [Children](#)
- [Adults](#)
- [Older adults](#)

Text size: [S](#) [M](#) [L](#) [XL](#)

[Email page](#)

[Print page](#)

[Bookmark and share](#)

The Guide to Clinical Preventive Services

Together, the Community Guide and the Clinical Guide provide evidence-based recommendations across the prevention spectrum.

[More »](#)

Contact Us:

Community Guide Branch
National Center for Health Marketing (NCHM)
Centers for Disease Control and Prevention
1600 Clifton Road NE
Mailstop E-69
Atlanta, GA 30333

[Community Guide](#)



Fonti per azioni (2)

**INTERVENTIONS ON DIET
AND PHYSICAL
ACTIVITY: WHAT WORKS**




Fonti per azioni (4)

Skip Navigation | Vision impaired | Login | Links | Glossary | Contact | Site map | Site help

NHS
National Institute for
Health and Clinical Excellence

Home | Our guidance | Using guidance | Get involved | News & Events | About NICE

Full site search
Advanced search

 Providing national guidance on promoting good health and preventing and treating ill health

Welcome to the National Institute for Health and Clinical Excellence

NICE is an independent organisation responsible for providing national guidance on promoting good health and preventing and treating ill health.

[Read more about NICE](#)

Using guidance

NICE helps health professionals implement our guidance by providing tools such as cost templates, audit criteria and slide sets.

- Implementation tools
- Commissioning guides - including tool tutorials
- Optimal practice review: recommendation reminders

Get involved

- Become a lay member of the development group looking at the management of stable angina


Latest guidance

- Critical illness rehabilitation
- Management of long-term sickness and incapacity for work
- Schizophrenia (update)
- Deep dermal injection of non-absorbable gel polymer for HIV-related facial lipotrophy

[See all latest guidance](#)

In focus: NICE helps combat long-term sickness absence and incapacity for work

An estimated 175 million working days are lost in Britain due to sickness absence each year, at a cost of almost £100 billion to the economy, including the health service – greater than the annual budget for the NHS.



[Read the full article...](#)

Search NICE guidance



Want to know what NICE recommends?

[Advanced guidance search](#)

[Help using search](#)

Subscribe

NICE guidance e-alerts e-newsletter and Into practice RSS feed (what's this?)

get **textHELP** 
Browsealoud 



HEPA “checklist” di azioni – work in progress

Coordinating functions		
Overall leadership & coordination		Documentation and dissemination
Information about availability of facilities		Advocacy and exchange of information
Activity-friendly environments		Structured activities
Create and improve urban structures		Education on PA in school
Create and improve park and play areas		School-based physical education
Create and improve active transport infrastructure		Extracurricular school activities
Create and improve worksite infrastructure		Sport club offers
Create and improve school infrastructure		Youth clubs
Link to infrastructure in other interventions		Course offers (walking, nordic walking, etc.)
"Point of decision" prompts		Comprehensive worksite approaches
Informational outreach		Counselling and support
Campaigns and events		Primary care interventions (adults and children)
Mass media campaigns		Comprehensive worksite approaches
Community-wide campaigns and events		Non-family social support
Workplace campaigns and events		Tailored health behaviour change
School campaigns and events		Financial incentives
Walking and cycling to work and school		Worksite mobility management
Access to facilities, infrastructure and offers		Mobility pricing

Brian Martin, IFSPM Zurigo / HEPA Europe, November 2009

Fonti: Physical Activity and Health. Evidence for Action WHO 2006; Steps for Health WHO 2007 (citing US CDC Community Guidelines); HEPA base document Switzerland 2007; HPM base document Switzerland 2008



HEPA Europe meetings annuali



24-25 Novembre 2010:

2nd HEPA Europe Conferenza Internazionale
Health-enhancing physical activity in the 21st century:
Environmental and social influences and approaches

26 Novembre 2010:

6° Meeting annuale HEPA Europe
Olomouc, Repubblica Ceca,
Università di Palacky

<http://mandh2010.upol.cz>

www.euro.who.int/hepa



Conclusioni

- Importanza dell'attività fisica riconosciuta
- Di più in più paesi hanno sviluppato strategie politiche
- Azioni sul campo esistono ma devono:
 - crescere
 - diventare più sistematici e strategici
 - essere valutati e documentati !!!
- Creare una massa critica con supporto necessario politico e finanziario



Materiali / maggiori informazioni

- ▶ **HEPA Europe** www.euro.who.int/hepa
- ▶ **Attività fisica OMS Euro**
www.euro.who.int/physicalactivity
- ▶ **Obesity / Nutrition**
www.euro.who.int/obesity
www.euro.who.int/nutrition
- ▶ **WHO headquarters**
www.who.int/dietphysicalactivity
- ▶ **Move for Health Day**
www.euro.who.int/moveforhealth
- ▶ **Healthy Cities and urban governance**
www.euro.who.int/healthy-cities
- ▶ **La promozione dell'attività fisica negli studi medici di base – progetto svizzero**
www.hepa.ch/gf/hepa/khm