In 10 anni scesi numero fumatori, consumatori alcol e persone sedentarie. Aumentati invece gli italiani in sovrappeso, quasi uno su due. I numeri Istat sui Fattori di rischio per la salute

Fotografia dell’Istituto di Statistica su abitudine al fumo, eccesso di peso, sedentarietà e consumo di alcol. Fumo più diffuso tra i giovani, problemi di sovrappeso per il 54% degli uomini. Più sedentarie le donne mentre i comportamenti a rischio per la salute spesso si trasmettono dai genitori ai figli. IL RAPPORTO

Fumo, eccesso di peso, sedentarietà e consumo di alcol sono i 4 principali fattori di rischio per la salute e il nostro Paese su tutti gli indicatori presenta

Nel 2015, il 19,6% della popolazione di 14 anni e più dichiara di essere fumatore (circa 10 milioni 300 mila persone), il 22,8% di aver fumato in passato e il 56,3% di non aver mai fumato.

Elevate le differenze di genere: dichiara di fumare il 15,0% di donne di 14 anni e più contro il 24,6% degli uomini della stessa età.

Tra il 2001 e il 2015 la percentuale di fumatori scende da 23,7% a 19,6%. Per gli uomini, che nel 2001 partivano da livelli più elevati, il calo è di 6,4 punti percentuali (da 31,0% a 24,6%) mentre per le donne è di quasi 2 punti percentuali (da 16,9% a 15%). Il differenziale tra uomini e donne si riduce quindi da 14,1 a 9,6 punti percentuali.

La quota più elevata di fumatori si ha nella fascia di età 25-34 anni (33,0%), quella di fumatrici nella classe di età 55-59 anni (20,8%).

Nel 2015 il 45,1% della popolazione di 18 anni e più è in eccesso di peso (35,3% in sovrappeso, 9,8% obeso), il 51,8% è in condizione di normopeso e il 3,0% è sottopeso.

L'eccesso di peso si diffonde con tendenza crescente nel tempo, soprattutto tra i maschi (da 51,2% nel 2001 a 54,8% nel 2015).

I bambini e gli adolescenti in eccesso di peso raggiungono la quota considerevole del 24,9% nel biennio 2014-2015, con forti differenze di genere (28,3% maschi, 21,3% femmine).

Nel 2015, il 64,5% della popolazione di 11 anni e più ha consumato almeno una bevanda alcolica nel corso dell'anno: il 52,2% beve vino, il 46,4% consuma birra e il 42,1% aperitivi alcolici, amari, superalcolici o liquori.

Tra il 2003 e il 2015 la percentuale di consumatori giornalieri di bevande alcoliche scende da 31,1% a 22,2%. Aumenta, invece, la quota di quanti consumano alcol occasionalmente (da 37,7% a 42,3%) e quella di coloro che bevono alcolici fuori dai pasti (da 24,8% a 27,9%).

Il 15,7% della popolazione ha comportamenti di consumo di alcol che eccedono le raccomandazioni per non incorrere in problemi di salute. Tali comportamenti si osservano più frequentemente tra gli ultrasessantacinquenni (il 36,4% degli uomini e il 9,0% delle donne), tra i giovani 18-24enni (23,1% e 9,1%) e tra gli adolescenti di 11-17 anni (22,4% e 15,6%).

Nel 2015, 23 milioni 524 mila persone (39,9% della popolazione di 3 anni e più) dichiarano di non praticare sport né attività fisica nel tempo libero. Elevate le differenze di genere: è sedentario il 44,3% delle donne contro il 35,1% degli uomini.

I dati di lungo periodo evidenziano un lieve ma evidente calo di persone sedentarie, prevalentemente tra le donne (da 46,1% del 2001 a 44,3% del 2015).

La sedentarietà cresce all'aumentare dell'età, a partire dai 65 anni quasi la metà della popolazione si dichiara sedentaria.

I comportamenti a rischio per la salute spesso si trasmettono dai genitori ai figli: fuma il 30,2% dei giovani fino a 24 anni che vivono con genitori fumatori (solo l'11,9% se nessun genitore fuma); il 48,4% dei giovani è sedentario se lo sono anche i genitori (7,7% se i genitori non lo sono). Evidenze simili si riscontrano anche per l'eccesso di peso e il consumo non moderato di alcol.

Il 76,5% della popolazione adulta di 18 anni presenta comportamenti a rischio tra quelli considerati, il 37,2% della popolazione ne presenta almeno due, mentre l'8,4% associa tre o quattro comportamenti non salutari.

I fenomeni di sedentarietà ed eccesso di peso, che molto frequentemente sono associati fra di loro, insieme o singolarmente, rappresentano un rischio per oltre la metà degli adulti (52,1%).

Anche alcol e fumo sono frequentemente associati soprattutto tra gli uomini che sono i fumatori più forti. Il 29,9% dei fumatori e il 27,1% degli ex fumatori hanno un comportamento di consumo eccessivo di alcol contro il 16,0% dei non fumatori