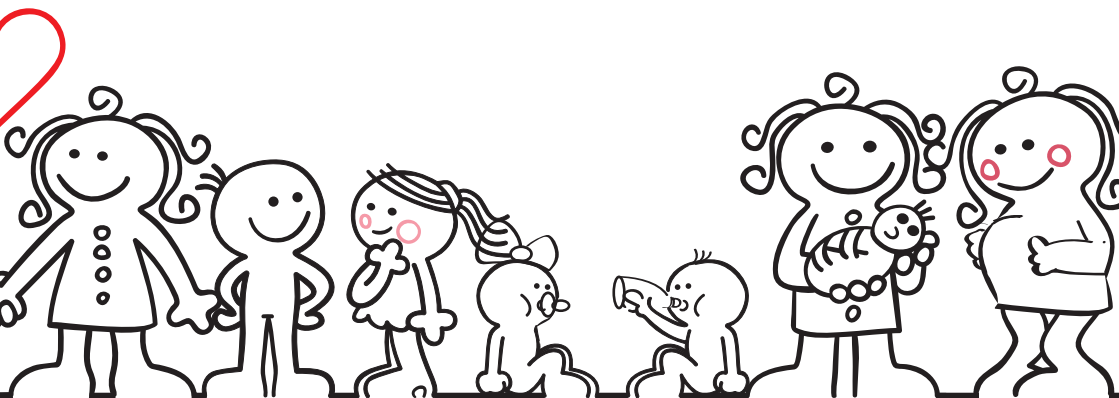


# VIVERE IN TOSCANA

## Una storia di salute

SINTESI DELLA RELAZIONE SANITARIA REGIONALE

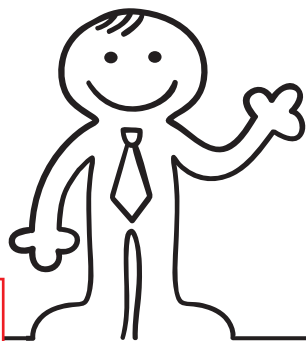
2009-2013





**Tosca e Tosco presentano**

Sintesi della Relazione sanitaria regionale  
2009-2013



<b>LA SALUTE E I SERVIZI IN TOSCANA</b>	pag. 3
<b>GRAVIDANZA</b>	pag. 8
<b>NASCITA</b>	pag. 10
<b>PRIMA INFANZIA</b>	pag. 12
<b>INFANZIA</b>	pag. 14
<b>ADOLESCENZA</b>	pag. 18
<b>L'ETÀ ADULTA</b>	pag. 22
<b>LA PIENA MATURITÀ</b>	pag. 25
<b>ANZIANI</b>	pag. 28
<b>GRANDI ANZIANI</b>	pag. 31
<b>FINE VITA</b>	pag. 33

# LA SALUTE E I SERVIZI IN TOSCANA

Come stanno i toscani? Bene, davvero, a giudicare dalla durata della vita. Un neonato oggi in Toscana può infatti sperare di arrivare almeno a 85 anni, se femmina, e a 80 se maschio.

È l'attesa di vita tra le più alte in Italia, che a sua volta si posiziona ai primi posti nel mondo, ed è ancora oggi in aumento. Fino agli anni '60 sono stati guadagnati anni di vita soprattutto con la diminuzione della mortalità infantile e giovanile, mentre dagli anni '80 con quella negli anziani.

La buona notizia è che la maggioranza degli anni di vita guadagnati sono vissuti in buona salute e senza disabilità, cioè sono potenzialmente di vita piena. Anche chi raggiunge gli 80 anni, nella maggioranza dei casi ci arriva in totale autonomia. Fortuna? In parte forse sì, trasmessa dai geni, ma di questo sappiamo ancora poco. Da tempo sappiamo invece che quasi tutto dipende da corretti stili di vita, ambiente sano e servizi sanitari che funzionano.

## I DATI DEMOGRAFICI IN TOSCANA

**Residenti in Toscana** al 1 gennaio 2014: **3.750.000**  
di cui stranieri: **387.000**

le 3 etnie più numerose: Romania (20%), Albania (19%), Cina (11%)

**Bambini <15 anni**

**13%**

**Adulti 16-64 anni**

**63%**

**Ultra65enni**

**24%**

**Aspettativa di vita alla nascita, anni:** **80,1** MASCHI **84,8** FEMMINE

**Nati nel 2013:** circa **30.000** **Morti nel 2013:** circa **42.000**

### ENTRATI IN TOSCANA NEL 2013

da altri comuni italiani: **91.850** dall'estero: **23.167**

### USCITI DALLA TOSCANA NEL 2013

verso altri comuni italiani: **86.160** verso l'estero: **7.250**

**Stili di vita:** fumare, bere troppo alcol, mangiare male, sedentarietà sono i grandi nemici che ci sottraggono salute, benessere e anni di vita. Tutti fattori che dipendono da scelte e preferenze personali, su cui però pesa fortemente il contesto sociale. Soprattutto per i meno istruiti e chi ha meno reddito: sono questi ad avere abitudini meno salutari e a curarsi peggio. Lavoro e ambiente incidono meno sulla salute della collettività, ma non dipendono da scelte individuali e richiedono quindi interventi da parte delle istituzioni. Insomma, anche la salute dei toscani si gioca in un mix di scelte personali e collettive.

Chi nasce e vive in Toscana finisce per avere abitudini di vita in linea di massima migliori degli italiani. Si beve più alcol della media italiana, ma con meno eccessi e il consumo nel tempo diminuisce. Si mangia un po' meglio e si fa più attività fisica e sportiva rispetto all'Italia, con meno casi di obesità.

La temuta "epidemia" di obesità in Toscana, quindi, non si registra. Però si fuma di più: sono le donne toscane – soprattutto le giovani e molto giovani – a fumare più delle italiane, in controtendenza rispetto ai maschi, che invece fumano sempre meno.

Rispetto agli standard internazionali, i toscani hanno alcune abitudini di vita migliori, molto spesso simili, in pochi casi peggiori.

Ma, come in molti altri paesi, ancora non ottimali rispetto alle raccomandazioni sanitarie.

**Salute:** il servizio sanitario regionale cura le malattie, ma è anche il cardine del welfare e della coesione sociale, che non lascia soli i cittadini con più problemi, soprattutto durante la crisi economica. Gli indicatori sanitari ci dicono che la salute dei toscani è buona, spesso meglio degli italiani e sempre in miglioramento. Continua infatti a diminuire la mortalità a tutte le età e in entrambi i generi: sempre più importanti sono le **innovazioni di tecnologie mediche e farmaci**. In particolare, la mortalità infantile, indicatore internazionale del funzionamento dei sistemi sanitari, è arrivata ormai in Toscana a valori minimi.

Altro segnale positivo è la riduzione della mortalità prematura, cioè prima dei 65 anni, e della mortalità evitabile con interventi di prevenzione e cure tempestive, assicurate dal sistema sanitario toscano.

Insomma, si muore sempre di meno e si vive perciò più a lungo. Non tanto perché si ammalano meno persone, ma perché si sopravvive di più alle malattie. È certamente così per i tumori e le malattie cardiovascolari, che da sole rappresentano quasi i 2/3 delle cause di morte.

## I NUMERI DELLA SALUTE

Accessi al Pronto Soccorso all'anno:

**1.340.000** (1 toscano su 3)

Ricoverati all'anno: **382.000**

Persone sottoposte ad almeno un intervento chirurgico nell'anno: **214.000**

Confezioni di farmaci procapite prescritte all'anno: **23**

E per molte malattie croniche invalidanti è comunque migliorata, anche di molto, la qualità della vita. Tutto questo grazie ai grandi successi della medicina: nuovi farmaci e cure attente contro colesterolo, pressione arteriosa, trombosi, tumori e un po' tutte le malattie croniche, insieme a trapianti, interventi sulle coronarie, protesi ortopediche, interventi chirurgici selettivi e meno invasivi. E in più: **nuove vaccinazioni** e farmaci in fase di sperimentazione ci fanno pensare che possiamo **guadagnare ulteriori anni di vita in buona salute**.

Secondo gli indicatori misurati, gli interventi di prevenzione, cura e riabilitazione sostenuti dal sistema sanitario toscano sono su livelli quasi costantemente al di sopra o in linea con gli standard nazionali, spesso ai vertici della classifica delle regioni italiane e su elevati livelli internazionali, a volte con vere e proprie eccellenze. Raramente con valori mediocri. Lo dimostrano i dati rilevati a livello nazionale sulle prestazioni e sugli esiti delle cure ospedaliere e territoriali, presenti nella nostra regione in modo capillare. Anche i giudizi dei cittadini toscani che hanno avuto esperienze con il servizio sanitario sono in larga maggioranza positivi e molto positivi. Difficoltà semmai si rilevano nell'accesso alle prestazioni diagnostiche e per alcuni interventi chirurgici. In pratica: superate le difficoltà ad accedere ai servizi, il cittadino ottiene tutto ciò di cui ha bisogno. È da segnalare che alcune criticità sanitarie forse emergono in Toscana anche perché abbiamo un patrimonio di dati e professionisti che ci consente di identificare e misurare i problemi più e meglio della maggioranza delle altre regioni italiane. Viceversa, possiamo aver sottovalutato alcuni problemi perché su questi ci mancano ancora informazioni affidabili.

## LA SODDISFAZIONE PER IL SISTEMA SANITARIO TOSCANO



Il giudizio sul medico di famiglia è **ottimo** per **31%** degli utenti e **buono** per il **50%** degli utenti



Oltre il **60%** degli utenti ritiene che i servizi del distretto sono **buoni/ottimi**



Il **40%** degli utenti non ha ricevuto dal medico di famiglia indicazioni su alimentazione e attività fisica



Il **50%** degli utenti non è informato sui servizi della propria ASL



Il percorso nascita è apprezzato abbastanza o molto da quasi il **95%** delle donne



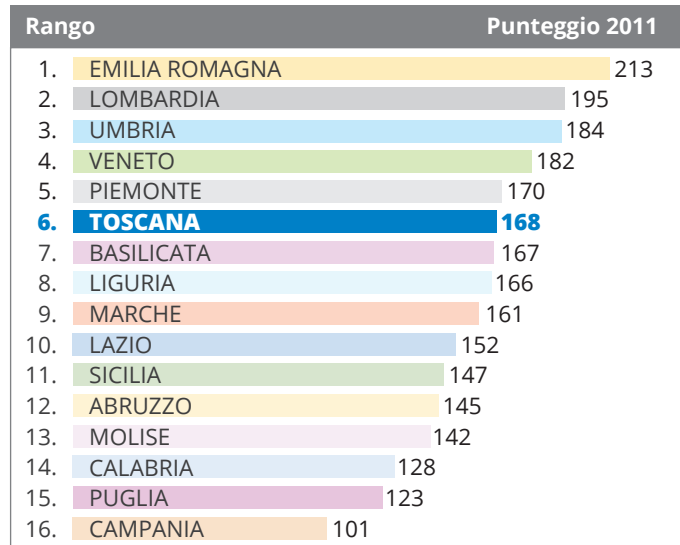
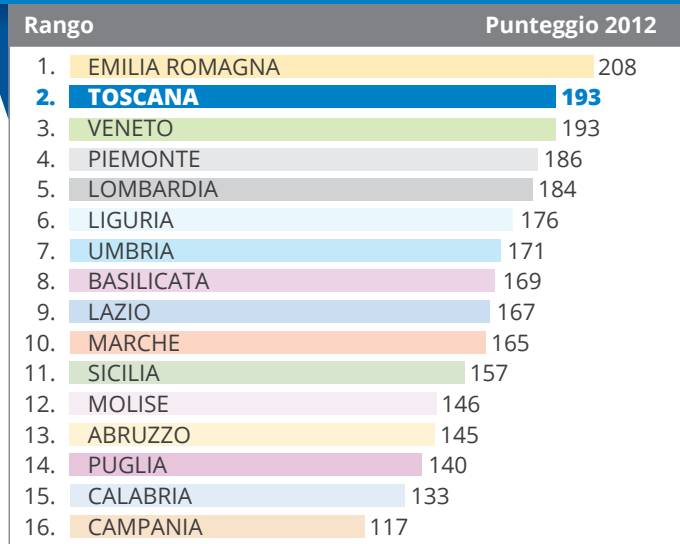
In ospedale l'**84%** degli utenti dichiara di aver ricevuto un'assistenza **buona/ottima** e il **79%** ritiene che l'organizzazione del reparto è **buona/ottima**



Il **91%** degli utenti ritiene che l'assistenza al pronto soccorso è **sufficiente/ottima**

## I LIVELLI ESSENZIALI DI ASSISTENZA (LEA)

le prestazioni e i servizi che il SSN deve garantire ai cittadini gratuitamente o dietro pagamento di un ticket



Anche nel 2012 la Toscana è risultata adempiente, insieme a poche altre regioni (Lombardia, Veneto, Emilia Romagna, Marche e Liguria). Cioè: ha rispettato tutti gli obiettivi previsti nel monitoraggio ministeriale.

Nel 2012 la Toscana si posiziona al secondo posto dietro l'Emilia Romagna, con un notevole miglioramento rispetto al 2011 sia in termini di punteggio che di posizione.

Sul complessivo quadro positivo incombe però lo scenario di incertezza legato alla crisi economica, che stiamo monitorando e che attualmente dà segnali variabili, e che nel lungo periodo potrebbe produrre un rallentamento del trend positivo di salute e un incremento delle diseguaglianze.

La crisi rischia inoltre di compromettere la **sostenibilità dei sistemi sanitari**, a danno proprio delle fasce sociali meno avvantaggiate. Per mitigare gli effetti della crisi, tutelare le fasce più deboli e garantire equità di accesso alle cure, la Toscana ha messo in piedi diverse iniziative. Va in questo senso anche l'intervento sul ticket messo in atto per arginare la riduzione delle risorse economiche pubbliche per la salute. Anticipando la misura nazionale in materia di compartecipazione alla spesa sanitaria, la Toscana ha infatti stabilito che l'ammontare del ticket aggiuntivo – introdotto a livello nazionale – non sia uguale per tutti, ma sia invece proporzionato al reddito familiare: cioè aumenti all'aumentare del reddito familiare, certificato dalla dichiarazione ISEE. In Toscana si è quindi voluto applicare un **sistema di compartecipazione alla spesa** mirato a tutelare alcune fasce della popolazione, le più vulnerabili, che altrimenti avrebbero potuto essere tagliate fuori dall'accesso alla cura della propria salute se la manovra non fosse stata modulata sul reddito.

Di sicuro la continua riduzione del numero dei figli per l'incertezza economica va ad aggravare l'invecchiamento della popolazione toscana, già avviata su questa strada per la diminuzione della mortalità. E aumenterà il numero assoluto di anziani non autosufficienti e dementi, che avranno sempre più bisogno di assistenza continua, a fronte di risorse decrescenti. Sono scenari che minacciano gli attuali buoni livelli di salute e assistenza sanitaria in Toscana: si tratta di un problema globale la cui soluzione è un nuovo modo di fare prevenzione e cura. Nuove strategie di prevenzione che facilitano scelte di vita sane anche per i meno avvantaggiati: è questa "la salute in tutte le politiche" di cui si parla oggi nel mondo. Iniziative dei governi nazionali e locali in ambiti perlopiù non sanitari, ma più di questi capaci di produrre salute. Sono azioni basate sui criteri della *Evidence Based Prevention*, nuova disciplina che aiuta i servizi a promuovere solo ciò che è realmente efficace. Le nuove tecnologie informatiche e sanitarie, insieme a nuovi modelli organizzativi che privilegiano un atteggiamento di cura più orientato ad aggredire in tempo le cronicità, sembrano essere la soluzione più adeguata ai crescenti bisogni della popolazione che invecchia. Ma questo è un capitolo che i toscani, e gli italiani, affronteranno insieme a tutti gli altri paesi.

Il servizio sanitario regionale assiste i toscani nell'arco di tutta la vita. Ed ogni età ha le sue peculiarità di salute. In questa sintesi abbiamo deciso quindi di guidarvi attraverso la **storia della vita di un toscano**, per capire meglio cosa succede nelle diverse età: abitudini di vita, problemi e servizi sanitari. E per focalizzare meglio i punti di forza e di debolezza che caratterizzano ogni fase della vita.

Buona lettura

# GRAVIDANZA

## La salute del bambino si gioca già nell'utero materno

Le donne toscane, come in Italia, decidono di avere un figlio sempre più tardi – **l'età media al parto è di 32 anni** – quando la fertilità comincia a indebolirsi. Di qui aumenta il ricorso alla **procreazione medicalmente assistita**, che a sua volta può portare ad un numero maggiore di **gravidezze gemellari**.

La salute del bambino si gioca molto presto, fin dall'utero materno. Il nascituro è un organismo in forte crescita, con cellule biologicamente attive e più sensibili a ogni tipo di esposizione. Il bambino in questa fase dipende completamente dalla mamma, le cui **abitudini di vita** sono importanti per la salute del neonato nei primi anni di vita e anche in quelli successivi.

Se una donna **fuma** in gravidanza aumenta la probabilità di partorire troppo presto (prima delle 37 settimane) e la probabilità che il bambino alla nascita sia sottopeso (meno di 2.500 gr). Se la donna è **sovrappeso** o **obesa** già prima di rimanere incinta, aumenta invece il rischio di partorire troppo presto un bambino di peso eccessivo (più di 4.000 gr).

Le donne toscane che hanno un titolo di studio medio-basso fumano di più in gravidanza e hanno anche più problemi di sovrappeso e obesità rispetto a quelle più istruite. Sappiamo comunque che smettere di fumare produce benefici immediati: sia per la futura mamma che per il nascituro.

Anche alcol e alimentazione non corretta, l'inquinamento ambientale e l'uso di farmaci possono essere un rischio per la salute del bambino, ma di tutto questo ancora sappiamo poco.

**!** Per le donne che ricorrono alla **procreazione medicalmente assistita** è 24 volte più probabile avere un parto gemellare.

### TASSO IVG X 1.000 DONNE

1982	
IN TOSCANA	21,1
IN ITALIA	17,2
2013	
IN TOSCANA	8,5
IN ITALIA	7,6

### NESSUNA VISITA IN GRAVIDANZA

2004 TOSCANA	
ITALIANE	2,0%
STRANIERE	7,1%
2013 TOSCANA	
ITALIANE	0,3%
STRANIERE	0,9%

### ETÀ MEDIA AL PARTO

1980	
IN TOSCANA	27,3
IN ITALIA	27,5

### FATTORI DI RISCHIO

#### MAMMA SOTTOPESO

x1,3

x1,4



#### MAMMA SOVRAPPESO



x1,2

x1,5

#### MAMMA OBESA

x1,4

x1,9



x1,X = Maggiore probabilità di:





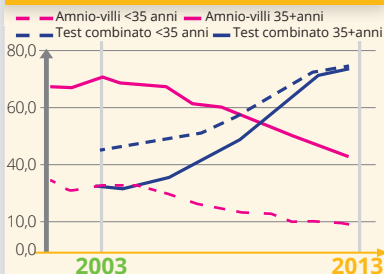
L'assistenza in gravidanza ha raggiunto un ottimo livello in Toscana, anche fra le donne straniere e le italiane di bassa classe sociale, seguite dai consultori, che assicurano loro visite ed ecografie secondo le indicazioni regionali. Le donne di nazionalità italiana comunque continuano, in generale, a preferire il ginecologo privato durante la gravidanza. Già dal 2004 in Toscana le future mamme di qualsiasi età possono effettuare – dietro pagamento di un ticket – **test non invasivi di screening sul feto** (test combinato). Si è di conseguenza molto ridotta la necessità di effettuare villocentesi e amniocentesi, riducendo così anche i rischi correlati.



< 3 ECOGRAFIE RACCOMANDATE

<b>2004 TOSCANA</b>	
ITALIANE	1,9%
STRANIERE	22,5%
<b>2013 TOSCANA</b>	
ITALIANE	1,2%
STRANIERE	10,6%

DIAGNOSTICA PRENATALE



2012

IN TOSCANA  
IN ITALIA

31,6  
31,4

In Toscana le donne prima della gravidanza sono in sovrappeso nel **16,1%** dei casi e obese nel **5,1%**.

Durante la gravidanza fuma l'**8,4%** delle future mamme.

MAMMA FUMATRICE

MENO DI 10 SIGARETTE

x1,2

x1,7

PIÙ DI 10 SIGARETTE

x2,2

x2,9

Pretermine

Basso peso

Macrosomi

Contrariamente al passato, oggi il concepimento è un evento quasi sempre lieto e fortemente desiderato: **diminuiscono** infatti le **interruzioni volontarie di gravidanza** (IVG), indice che anche in Toscana si è raggiunto un livello di sviluppo generale molto positivo.

Gli **aborti spontanei**, spia di un possibile concepimento non perfetto, sono in linea con quanto atteso in base al dato nazionale.

Età media al parto:  
32 anni



# NASCITA

## Sempre meno bambini, ma in buona salute

La quasi totalità delle donne toscane scelgono uno dei 25 punti nascita pubblici per mettere al mondo i loro figli. Nel 2013 i **nuovi nati** nella nostra regione sono stati poco meno di 30mila, perlopiù con **parto naturale**.

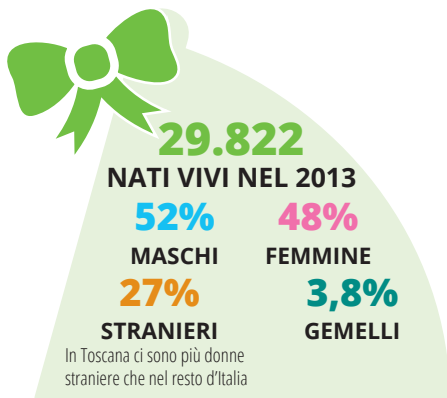
### NUMERO NATI x 1.000 ABITANTI

1980		
IN TOSCANA	<b>8,5</b>	IN ITALIA <b>11,6</b>
1995		
IN TOSCANA	<b>7,1</b>	IN ITALIA <b>9,1</b>
2008		
IN TOSCANA	<b>9,3</b>	IN ITALIA <b>9,8</b>
2013		
IN TOSCANA	<b>7,9</b>	IN ITALIA <b>8,5</b>



La percentuale dei nati con **taglio cesareo** è la più bassa in Italia (assieme a Friuli Venezia Giulia e Trentino Alto Adige).

Siamo ancora lontani dalla media europea, ma questo è comunque un buon indicatore per la nostra regione, che segnala l'alto livello dei servizi offerti dal sistema.



**25**  
PUNTI NASCITA

NATI CON PARTO CESAREO  
IN TOSCANA      IN ITALIA  
**26%**      **38%**



1,4 figli per donna



A partire dalla metà degli anni '90 e fino al 2008 le **nascite sono progressivamente aumentate**, soprattutto grazie alle donne straniere.

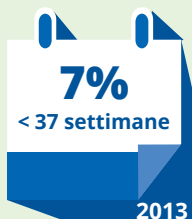
Come in Italia, sono invece in **lenta ma continua discesa** dal 2009: di più nelle coppie italiane, ma adesso anche fra le straniere, probabilmente per la crisi economica che stiamo vivendo. Ormai ogni donna toscana fa in media solo 1,4 figli: siamo lontani dal ricambio generazionale, che richiederebbe un tasso di 2 figli per donna.

Questo dato, che in passato si era sempre mantenuto sotto la media italiana, oggi è invece allineato al valore nazionale.

I bambini che nascono in Toscana sono in salute, robusti e di buona costituzione, e il quadro nel tempo è andato via via migliorando. Negli anni è rimasta costante la proporzione dei nati **pretermine, sottopeso** o con **alto peso** alla nascita, cioè di coloro che negli anni successivi possono avere qualche problema in più di salute. E comunque i servizi della **rete neonatale toscana** sono particolarmente attenti nella gestione clinica dei nati gravemente pretermine, un numero molto basso di bambini ma che richiedono attenzione e monitoraggio particolari, perché per loro il rischio sia di mortalità che di malattia a lungo termine è molto elevato: basti pensare che il 60% di tutta la mortalità del primo anno di vita è a carico di questi neonati piccolissimi. Per quanto riguarda le **malattie rare** e le **malformazioni**, secondo il registro regionale il numero di nati in Toscana con questo tipo di problemi è sostanzialmente in linea con l'atteso o addirittura minore.

## NATI PRETERMINE, BASSO PESO E MACROSOMI

### PRETERMINE



### GRAVEMENTE PRETERMINE

Alta mortalità e alto rischio di malattia anche a lungo termine



### BASSO PESO



### MACROSOMI



# PRIMA INFANZIA

## Le scelte dei genitori sono importanti per la qualità della salute futura

Nei primi anni di vita il bambino toscano non ha problemi particolari ed è assistito da una rete di servizi efficace e all'avanguardia e da professionisti qualificati.



Già nei primi giorni di vita il bambino è sottoposto ai primi esami clinici come gli **screening neonatali** per fenilchetonuria, fibrosi cistica e ipotiroidismo alla nascita, che consentono di intervenire subito in situazioni in cui potrebbe essere a rischio la vita del bambino o la qualità della sua vita.

La Toscana e altre 7 regioni hanno recentemente adottato anche lo **screening di altri 40 tipi di malattie rare**, offrendo nuove opportunità di salute a un numero crescente di bambini. La pratica degli screening, comunque, solleva alcuni problemi etici per via del possibile eccesso di medicalizzazione, oggetto di dibattito internazionale.

In Toscana la **mortalità infantile**, cioè nel primo anno di vita, è **bassa**, sia rispetto alle altre regioni italiane che all'Europa, e ha raggiunto livelli ormai difficilmente migliorabili.

La bassa mortalità infantile è il segnale più chiaro, condiviso a livello internazionale, del buon funzionamento dei sistemi sanitari.

### MORTALITÀ INFANTILE NEL PRIMO ANNO DI VITA

**3,1 per mille**

Nel 2010

Condizioni  
morbide  
prenatali

Malformazioni  
congenite

Prematurità

SIDS (morte in culla)

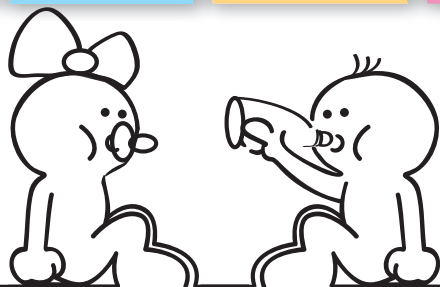
**0,2 per mille**

MALFORMAZIONI CONGENITE

**2 su 100**

molte sono di lieve entità

1-2 anni



Un altro indicatore positivo è il buon livello di diffusione dell'**allattamento esclusivo al seno**, pratica così importante per la salute del bambino e del futuro adulto.

La Toscana, seguendo le indicazioni dell'Organizzazione mondiale di sanità, lo promuove da anni a partire dai punti nascita, con ottimi risultati: la percentuale di mamme toscane che allattano al seno alla dimissione è oggi infatti molto alta e in aumento. Ci sono comunque ancora margini di miglioramento nel sostenere le donne a proseguire l'allattamento almeno fino al sesto mese di vita del bambino, per evitare uno svezzamento precoce.

Il sistema toscano si è dimostrato altrettanto attivo a promuovere l'adozione della **posizione supina** per il sonno del neonato, giudicata la più corretta per evitare gli sporadici casi di morte in culla (SIDS). Dal 2004 a oggi, infatti, la percentuale di bambini toscani che dormono in posizione supina è aumentata dal 55% al 72%, e continua a crescere.

## ALLATTAMENTO ESCLUSIVO AL SENO



È da molti anni ormai che in Toscana le **coperture vaccinali** sono elevate e quindi le tradizionali malattie infettive dei bambini sono sotto controllo. Come avviene negli altri paesi con evoluti sistemi sanitari, sono in calo però le vaccinazioni per morbillo, parotite e rosolia, a causa di nuovi orientamenti culturali emergenti in alcuni gruppi di popolazione. Come altre regioni italiane, anche la Toscana ha da tempo introdotto altre importanti vaccinazioni, come quelle contro l'epatite B e il virus HPV, che contribuiscono a limitare nei futuri adulti lo sviluppo di cirrosi epatica, tumore del fegato e dell'utero. Efficace anche l'adozione delle vaccinazioni contro lo pneumococco e i tipi più diffusi di meningite.

> 95%



VACCINAZIONI  
OBBLIGATORIE

# INFANZIA

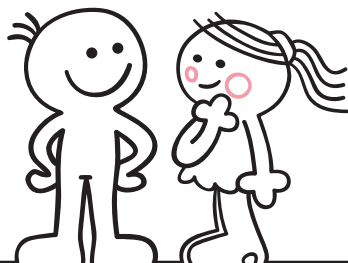
## Con alimentazione e attività fisica si gioca la salute in età adulta

In questa fase della vita la salute, più che mai, si gioca sugli **stili di vita** che i genitori scelgono per il bambino. Sappiamo oggi che già in questa età una corretta **alimentazione** e l'**attività fisica** sono fondamentali per la salute del futuro adulto. Su questi due fattori si gioca il peso corporeo del bambino, che – se eccessivo – aumenta il rischio di problemi futuri anche gravi come diabete, malattie del cuore, fino ai tumori. Meno attività fisica significa anche meno efficienza dei muscoli e delle ossa, e maggiore fragilità e disabilità in età anziana.



I bambini in Toscana fanno più movimento e mangiano in modo più corretto rispetto ai coetanei italiani: più verdura, meno dolci, snack e salumi, e fanno anche una colazione più adeguata. Rispetto all'Italia è inferiore il consumo di bibite gasate e zuccherate. Non a caso i nostri ragazzi sono un po' meno in sovrappeso e obesi, in particolare rispetto ai loro coetanei del Sud Italia. Siamo però ancora distanti dalle raccomandazioni internazionali sul consumo appropriato di frutta e verdura e i bambini europei risultano in media meno "paffutelli" degli italiani e dei toscani.

L'"epidemia" di obesità segnalata in questa età con tanta evidenza sui media nazionali non trova comunque riscontro a oggi nei dati recenti toscani, che sono stabili o in lieve diminuzione dal 2008. Sono i bambini di mamme poco istruite a pagare il conto più salato in termini di peso. Istruzione e reddito, infatti, sono tra i fattori più importanti per la salute, come sanno da sempre gli esperti di sanità pubblica.



2-12 anni

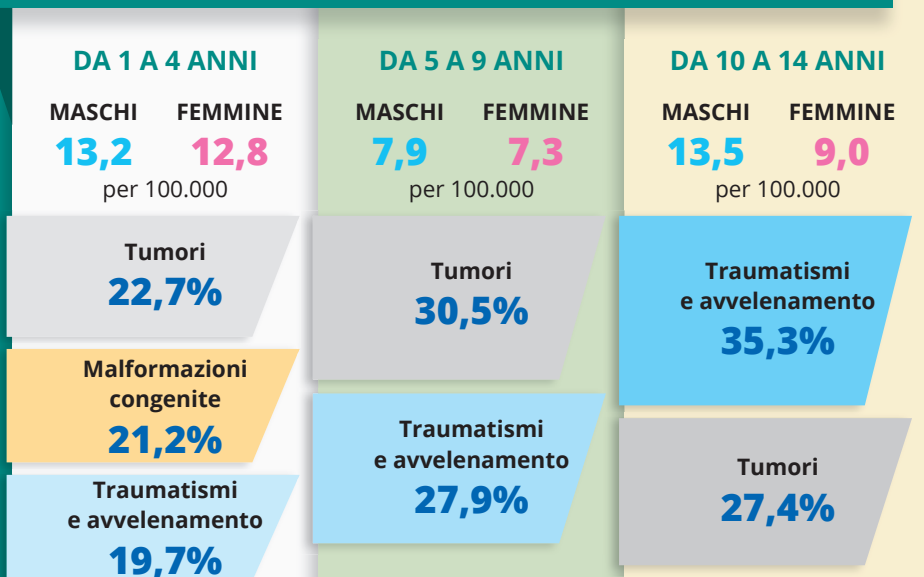
In Toscana ci sono sostanzialmente **pochi problemi sanitari** e gli indicatori di maggiore gravità, come la **mortalità**, sono in miglioramento negli anni. I pericoli maggiori per i bambini derivano da **eventi traumatici**, soprattutto domestici, che comunque sono in linea con la media nazionale.

Ci sono invece ancora margini di miglioramento sul fronte degli esiti degli **incidenti stradali**.

Ancora troppi genitori, in Toscana come in Italia, non rispettano le leggi sull'uso dei seggiolini e delle cinture di sicurezza. Le conseguenze in termini di traumi e vite perse sono doppiamente dolorose perché queste, a differenza di altri problemi di salute, possono essere completamente evitate.



## MORTALITÀ - TASSI E CAUSE PRINCIPALI - 2006/2010



Negli ultimi 4 anni i **tumori infantili** (si tratta soprattutto di tumori cerebrali e del sistema del sangue) sono in diminuzione in Toscana.

Questo dato è adesso un po' più rassicurante, mentre fino a poco tempo fa l'Italia era fra i paesi europei con i livelli più alti e crescenti di tumori infantili, che peraltro non trovavano valide spiegazioni scientifiche.

### I problemi di salute mentale

nei bambini toscani appaiono in lieve aumento. Questo dato potrebbe però dipendere, più che da un reale fenomeno, dalla diligente attività di tracciamento e classificazione delle neuropsichiatrie infantili, su cui la nostra regione ha investito molto.

In Toscana è attiva anche una collaborazione con le scuole primarie per identificare precocemente i disturbi dell'apprendimento.

## SOVRAPPESO



8 - 9 anni		11 - 15 anni	
TOSCANA	ITALIA	TOSCANA	ITALIA
<b>20%</b>	<b>22%</b>	<b>13%</b>	<b>17,5%</b>

- 6-9 anni SOVRAPPESO E OBESITÀ**
1. GRECIA
  2. SPAGNA
  3. **ITALIA**
  4. ....
  5. ....
  6. ....

## OBESITÀ



8 - 9 anni		11 - 15 anni	
TOSCANA	ITALIA	TOSCANA	ITALIA
<b>7%</b>	<b>11%</b>	<b>2%</b>	<b>3,4%</b>

## ATTIVITÀ FISICA E SPORTIVA

TOSCANA	ITALIA
<b>1 su 4</b> non pratica nulla	<b>1 su 3</b> non pratica nulla



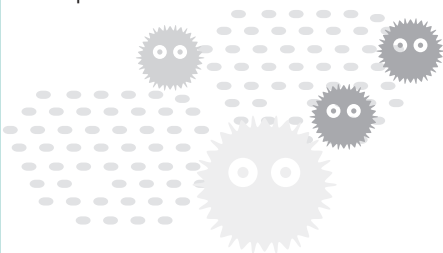




Alcuni problemi **respiratori e allergici**, di cui soffrono anche i nostri bambini, sono in parte attribuibili all'inquinamento ambientale, tra cui il fumo passivo a casa, ambienti domestici e scolastici mal areati e l'inquinamento dell'aria da polveri sottili (PM10 e PM2.5), soprattutto nelle trafficate aree urbane.

Secondo i dati dell'Agenzia regionale per la protezione ambientale della Toscana (ARPAT) la qualità dell'aria negli ultimi 5 anni è in miglioramento, sebbene persistano ancora criticità circa il superamento delle medie giornaliere di PM10 e dei valori di NO2 e O3.

Anche un recente studio multicentrico su 25 città italiane – tra cui Firenze e Pisa – conferma, rispetto al recente passato, il lento miglioramento della qualità dell'aria e delle relative conseguenze sanitarie.



Tutti i problemi di salute dei bambini toscani sono seguiti da una **rete pediatrica** capillare e professionale – di cui fanno parte i 1.750 pediatri di libera scelta, l'Azienda ospedaliero-universitaria Meyer e la Cardiocirurgia pediatrica di Massa – che rappresenta un tradizionale punto di forza del Servizio sanitario regionale.

2-12 anni



# ADOLESCENZA

## Dalla famiglia alle scelte personali

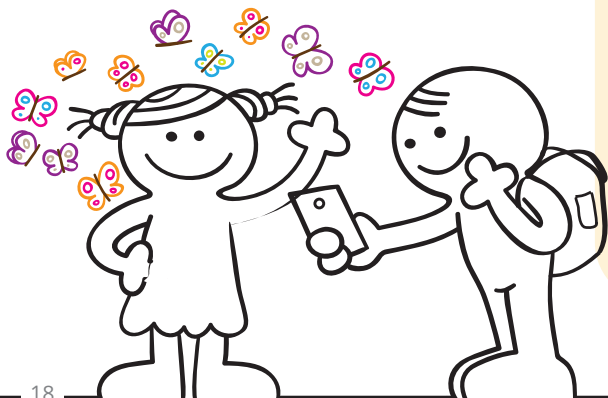
La fase dell'adolescenza è la più critica nella vita delle persone e in questo breve arco di tempo si decidono molti degli **stili di vita** che influiranno sulla salute futura.

A differenza di quanto accade nell'infanzia, in cui il ruolo della famiglia è predominante, adesso l'adolescente inizia a scegliere in autonomia e ha una spiccata predisposizione a fare nuove esperienze. Il suo mondo cambia e scopre abitudini anche diverse da quelle della famiglia di origine, condizionato dai coetanei.

I genitori, e in generale il mondo degli adulti, hanno ormai poca influenza sulle sue decisioni, ma la forma di prevenzione più efficace sono i divieti. La **scuola** e il **rapporto tra pari** diventano le vie primarie di acquisizione di conoscenza e nuovi comportamenti.



Gli adolescenti toscani consumano **alcol** quanto i coetanei italiani, ma lo fanno in modo meno smodato. Tra loro è meno frequente il "binge-drinking", ovvero più di 5-6 bevande alcoliche in un'unica occasione, un modello molto diffuso tra i ragazzi di tutta Europa.



Evidentemente i nostri ragazzi, pur seguendo modelli di consumo globalizzati, riescono a contenere meglio gli abusi alcolici, forse grazie al modello sociale dominante tra gli adulti, caratterizzato dal consumo di vino a tavola. Comunque anche in Toscana, come in Italia e in Europa, sono frequenti i pericolosi episodi di ubriacatura adolescenziale: fenomeno ormai da tempo stabile tra i maschi, ma in significativo aumento fra le ragazze.

## ALCOL

**Binge drinking  
negli ultimi 30 giorni  
tra i ragazzi di 14-19 anni**

2009

IN TOSCANA **32,4%**

IN ITALIA **33%**

2013

IN TOSCANA **33,5%**

IN ITALIA **34,9%**

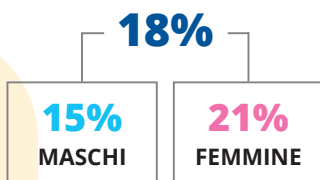
13-19 anni



I nostri ragazzi non brillano nelle statistiche nazionali quanto a **fumo** di tabacco: sono in aumento i fumatori regolari, soprattutto tra le ragazze, che detengono il non invidiabile primato nazionale. I maschi, invece, fumano come i loro coetanei di altre regioni. Gli adolescenti che continuano a fumare dopo i primi tentativi saranno con ogni probabilità i forti fumatori dell'età adulta, anche se sono molti quelli che finiranno per smettere.

## FUMO

Fumatori regolari

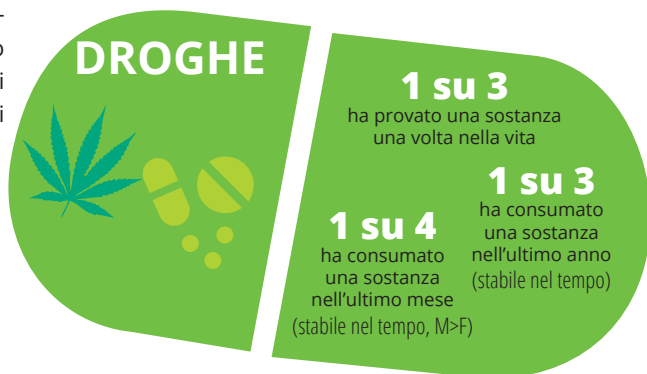


La percentuale di fumatori giovani in Toscana è in aumento perché cresce il numero delle ragazze che fumano. I maschi aumentano di poco.

### Classifica delle regioni con una maggior percentuale di ragazzi fumatori:

1. SARDEGNA
2. TRENINO ALTO ADIGE
3. FRIULI VENEZIA GIULIA
4. VENETO
5. LOMBARDIA
6. LIGURIA
7. **TOSCANA**
8. ....

Un ragazzo toscano su 3 ha provato almeno una volta nella vita una **droga** illegale e 1 su 4 lo ha fatto nell'ultimo mese: meno dei coetanei europei, ma in modo simile agli italiani. Si tratta soprattutto di cannabis e molto meno di cocaina. Se è vero che in generale il consumo di droghe riguarda più i maschi, nel caso dei farmaci sono le femmine le più coinvolte. Questo trend è stabile ormai da diversi anni.



È in aumento invece il "poliuso", cioè il consumo contemporaneo di più droghe o sostanze, che potenzia i rischi delle sostanze assunte. Si sta affermando anche l'acquisto di droghe su Internet, fenomeno di cui però ancora sappiamo poco.

Tra i molti ragazzi toscani che consumano droghe, la maggioranza esce più o meno indenne da questa esperienza: diventeranno tossicodipendenti tra 1 e 3 ragazzi su 100. Gli altri dimezzeranno il consumo di droghe, e intorno ai 30 anni saranno utilizzatori saltuari, perlopiù di cannabis.

Tra i nuovi rischi di dipendenza non è da trascurare il **gioco d'azzardo**, che sempre più sta diventando una forte attrazione anche in questa fascia d'età, portandosi dietro problemi di comportamento sempre più complessi.

1 su 10 è a rischio di sviluppare una vera e propria dipendenza





I ragazzi toscani fanno più **sport** e sono in generale meno sedentari dei coetanei italiani, oltre ad avere un'**alimentazione** un po' più corretta e salutare. I ragazzi che praticano sport sono in aumento negli ultimi anni: nel passaggio dall'infanzia all'adolescenza cresce l'attività sportiva e diminuisce la sedentarietà. I ragazzi sportivi hanno una vita meno complessa: meno fumo, alcol e droga, meno incidenti stradali e anche migliori risultati scolastici. Dall'infanzia all'adolescenza si riduce il numero dei ragazzi obesi e in sovrappeso, che in Toscana sono sempre sotto i valori medi nazionali. I modelli estetici dominanti oggi privilegiano una buona massa muscolare nei maschi e una bella silhouette nelle femmine: vanno cioè nella giusta direzione di un corretto peso corporeo. Nei più giovani, però, questi stessi modelli possono accrescere il rischio di sviluppare disturbi del comportamento alimentare, in aumento negli ultimi anni.

### SPORT, SOVRAPPESO E OBESITÀ FRA I RAGAZZI

	Sportivi	Sedentari
<b>TOSCANA</b>	<b>63%</b>	<b>14%</b>
<b>ITALIA</b>	<b>53%</b>	<b>17%</b>
	Sovrappeso	Obesi
<b>TOSCANA</b>	<b>13%</b>	<b>2%</b>
<b>ITALIA</b>	<b>18%</b>	<b>3%</b>

L'adolescenza è anche l'età in cui si fanno le **prime esperienze sessuali** e sono anni già di completa fertilità. Anche in Toscana i primi rapporti sessuali sono sempre più precoci: con un aumento tra i minorenni delle gravidanze indesiderate, degli **aborti** e un uso sempre più frequente della "pillola del giorno dopo".

Un'eccessiva precocità sessuale può accompagnarsi anche a maggiori difficoltà relazionali e affettive.

### LA SESSUALITÀ FRA I RAGAZZI IN TOSCANA

**0,3%** nascite da madri minorenni

**6 minorenni su 10**

non portano a termine la gravidanza

(Le minorenni italiane abortiscono di più delle minorenni straniere)

**40%** dei ragazzi sessualmente attivi non usa il profilattico

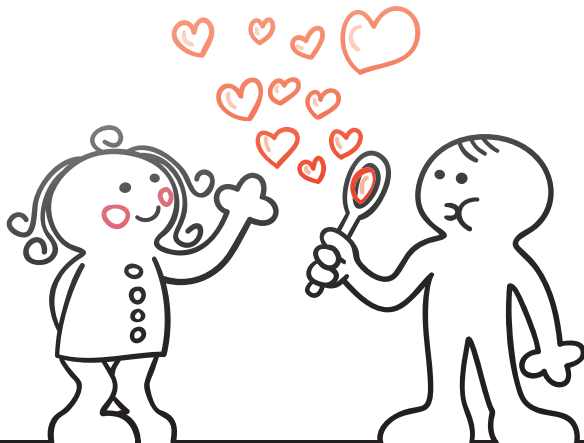
**14%** non usa alcun metodo

**1** ragazza **su 5** ha usato almeno una volta la pillola del giorno dopo

Fra i ragazzi si usa sempre meno il **profilattico** e, quando si usa, lo si fa a scopo contraccettivo, trascurando i rischi di malattie a trasmissione sessuale. E, paradossalmente, lo si usa meno con il crescere dell'età e del numero dei partner.

Grazie all'efficacia dei nuovi farmaci sono diminuiti i casi mortali di AIDS, e questo ha attenuato il timore sulla diffusione dell'HIV – che invece non sta diminuendo – e ha anche portato alla riduzione dell'uso del preservativo. L'attuale ampia copertura della vaccinazione contro il virus a trasmissione sessuale HPV, invece, ha quantomeno interrotto il rischio di sviluppare la maggioranza dei tumori dell'utero nelle età successive.

In questa fase della vita la salute dei ragazzi è al sicuro perchè hanno forti difese naturali biologiche. Il rischio più alto è quello di **incidenti e traumi**, più frequenti tra i maschi perchè in questa età sono mossi dalla voglia di superare i propri limiti. I pochi decessi e ricoveri ospedalieri sono soprattutto per incidenti stradali, di più con scooter e moto, spesso associati all'uso di alcol, droghe e farmaci. In Toscana 1 ragazzo su 4 ha guidato dopo aver bevuto troppo, mentre 1 su 10 lo ha fatto dopo aver assunto droga. Si tratta anche di eventi gravi, che comportano a volte danni e invalidità permanenti, se non addirittura un esito fatale. Sono eventi quasi completamente evitabili, su cui famiglie ed istituzioni hanno responsabilità specifiche. Più controlli sulle strade e sulla vendita di alcolici nei locali frequentati nei weekend dai ragazzi sono vie efficaci per salvaguardare la loro salute. In caso di gravi problemi con le droghe, l'alcol e le dipendenze, c'è in Toscana una risposta capillare fatta di 40 Sert, 35 equipe algologiche, 30 centri per la dipendenza da gioco d'azzardo, 27 centri antifumo, 11 comunità terapeutiche pubbliche e 44 gestite da altri enti per conto della Regione Toscana, fino ad arrivare ai servizi per affrontare problemi di strada e casi che non accedono ai servizi normali.



I dati dei **comportamenti esplorativi** degli adolescenti e ragazzi toscani, perlopiù coerenti con quelli degli italiani, confermano che in questa fase della vita è la curiosità a dominare il quadro dei comportamenti.

Nei maschi è rivolta a esperienze anche rischiose, mentre le femmine sono poliedriche ma più prudenti.

Rispetto alla maggioranza, che ha comportamenti morigerati, spicca comunque un gruppo più a rischio: sono quelli che fumano regolarmente e che più frequentemente usano droghe. Sono gli stessi, poi, più coinvolti in incidenti stradali e con peggiori risultati scolastici. I comportamenti a rischio vanno dunque un po' a braccetto fra loro.

Comunque, l'assoluta maggioranza di questi ragazzi raggiunge senza grandi problemi l'età adulta, modificando le loro abitudini quotidiane.

13-19 anni

# L'ETÀ ADULTA

## L'organismo è forte, ma attenzione agli infortuni e ai primi acciacchi

In questa fase della vita l'organismo è ancora biologicamente forte e resistente. Il nostro ragazzo diventa adulto e fa scelte importanti per la sua vita: termina gli studi, inizia a lavorare, si forma una famiglia propria e cominciano ad arrivare i figli. Tutto questo lo porta a modificare le proprie abitudini quotidiane, adattandole alla nuova realtà.



Rispetto all'adolescenza continua a crescere in questa fascia d'età il **numero dei fumatori**: fino ai 35 anni d'età nei maschi e fino ai 60 anni nelle femmine. In tutte le fasce d'età, comunque, i maschi fumano più delle femmine. Complessivamente, i toscani fumano di più degli altri, soprattutto per via delle donne – in particolare le più giovani – che detengono il primato negativo del fumo in Italia. Dopo i 35 anni, fortunatamente, l'abitudine al fumo comincia a diminuire, in maniera più accentuata nei maschi.

I 35-49enni di oggi, sia maschi che femmine, fumano comunque meno dei loro coetanei di quasi 20 anni fa. Insomma: le cose migliorano, anche se la crisi economica potrebbe modificare in parte il quadro.




In questo periodo della vita non si manifestano ancora le conseguenze del fumo, a parte qualche precoce ma raro caso di tumore del polmone e infarto del miocardio, soprattutto nei maschi. Questo non invidiabile primato toscano per il fumo non trova spiegazioni chiare.

La Toscana si è peraltro impegnata molto su questo fronte con azioni e investimenti per incentivare a smettere e a non iniziare: ne è testimonianza la capillare diffusione dei centri antifumo in tutte le Asl e le numerose campagne di prevenzione.



Anche le abitudini sul consumo di **alcol** si modificano con il passaggio all'età adulta. Si torna progressivamente al modello mediterraneo del vino a tavola, abbandonando gli eccessi adolescenziali. I toscani a questa età sono dei buoni bevitori: preferiscono la moderazione, apprezzando il vino di qualità. Nel corso degli anni il consumo di alcol totale in Toscana è molto diminuito: ciò è dovuto alla diminuzione del consumo di vino, mentre è aumentato il consumo di birra, che però ha una gradazione alcolica molto più bassa. Dunque, buone notizie per la salute. Ma c'è ancora l'1-3% di adulti che, per motivi sconosciuti, perde il controllo e diventa un alcolici-

sta, con conseguenze drammatiche per sé, la famiglia e la società. Il consumo di vino, se moderato, produce invece anche benefici per la salute, soprattutto del cuore.

 In Toscana, purtroppo, ci sono ancora troppi incidenti stradali causati dall'alcol: sono quasi 1 su 3, e sono una delle poche cause per cui ci si gioca la vita in questa età. I controlli stradali per colpire duramente chi guida sotto l'effetto di alcol si sono dimostrati a livello europeo una delle **politiche di prevenzione più efficaci**, come è confermato anche dal progetto AMPHORA. Anche la Commissione europea ha indicato i **controlli stradali alla guida** come le azioni da potenziare per raggiungere l'obiettivo di dimezzare la mortalità per incidente stradale entro il 2020. Ma sono ancora troppo pochi i controlli alcolemici sulle strade toscane e italiane: quasi 6 volte meno rispetto agli altri paesi europei. Sono ancora troppi i morti da incidente stradale, totalmente evitabili in una società evoluta e ben organizzata.



Gli **infortuni stradali, ricreativi e sul lavoro**, più frequenti in questa età, sono affrontati con una rete ca-

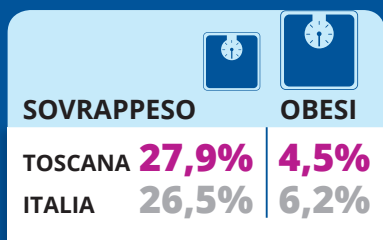
pillare di **servizi per l'emergenza**: 118, ambulanze, elisoccorso, pronto soccorso e terapie intensive. Con interventi in tempi rapidi: l'assoluta maggioranza entro 15 minuti dalla chiamata, meglio dello standard nazionale ed in linea con quello internazionale. Qualche minuto in più nelle aree più impervie, coperte però dagli oltre 3mila voli dell'elisoccorso. Le cure in emergenza sono efficaci anche grazie ad un sistema di donazione di sangue che rende la Toscana auto-sufficiente rispetto alla domanda.

In questo periodo della vita si modifica anche l'**attività fisica** e il peso. I nuovi tempi della vita e la famiglia allontanano sempre più i toscani dall'**attività sportiva** e 1 su 3 finisce per trovarsi nella **sedentarietà** completa, tra spostamenti in auto o moto, lavoro alla scrivania, televisione e PC. In questi ultimi anni le cose tuttavia sembrano andare un po' meglio, con un certo aumento dei toscani attivi, ma siamo ancora lontani dai livelli raccomandati per la salute.

In questa età si comincia ad accumulare **peso**, fino anche ad arrivare a un vero sovrappeso, quando non all'obesità, che comunque non raggiunge mai i livelli italiani né tantomeno quelli europei. Anzi, i dati più recenti segnalano che l'obesità in Toscana starebbe addirittura diminuendo.



19-45 anni



È presto però per cantar vittoria.

E ancora una volta, i più svantaggiati sono i meno istruiti e i meno abbienti.

Rispetto agli altri, i toscani mangiano forse un po' meglio. Siamo però ormai lontani dalla dieta mediterranea degli anni '60, portata a modello internazionale della **corretta alimentazione** per la salute.

Oggi sappiamo con certezza che una buona alimentazione e una buona attività fisica garantiscono una vita più lunga e soprattutto senza gravi malattie e senza invalidità.

Con molte iniziative – tra cui Guadagnare Salute, Vetrina Toscana, la Piramide Alimentare Toscana – la Toscana si è dimostrata tra le regioni più attive nel sostenere le scelte corrette dei suoi cittadini, fino a quelle che riguardano i menù delle scuole toscane di ogni ordine e livello.



Sul fronte sanitario, poche sono le **malattie** importanti di questa età: disturbi psichiatrici, alcune malattie neurologiche, dell'apparato digerente tra cui epatite B e C, malattie sessualmente trasmesse, tra cui HIV/AIDS.

Molto pochi ancora i ricoveri per infarto nei maschi e tumore alla mammella nelle donne. Compaiono, invece, i primi acciacchi: problemi alla vista, alle articolazioni come ernie e mal di schiena.

In questo periodo le coppie scoprono il loro grado di fertilità e aumenta il ricorso alle adozioni e alla **procreazione medicalmente assistita**, su cui la regione ha dimostrato particolare sensibilità. Con la vita sessuale attiva arrivano anche i problemi di **violenza sulle donne**, in crescita negli ultimi anni, forse anche per la maggiore disponibilità delle donne a denunciare gli eventi, facilitate da servizi diffusi e professionali. In Toscana, per prima in Italia, è stata istituita un'organizzazione specifica per la salute di genere.

Tra i problemi ad alto impatto sociale dobbiamo includere i **suicidi**, più frequenti nelle aree montane, su cui la Toscana ha avviato progetti specifici di prevenzione e assistenza. Nonostante la crisi economica, che sta peggiorando l'umore generale dei toscani, come quello degli italiani ed europei, i suicidi non sono in aumento.

Il giovane adulto, arrivato alla soglia dei 45 anni attivo e in sostanziale buona salute, se non adotta abitudini di vita corrette, si avvia a creare le condizioni per i problemi di colesterolo, trigliceridi, pressione, glicemia, che aprono la strada alle più importanti malattie e problemi dell'età adulta avanzata e della vecchiaia.

# 19-45 anni



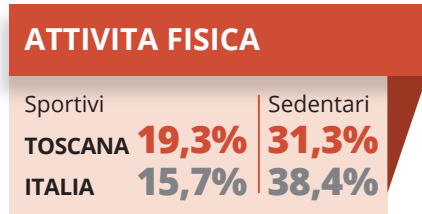
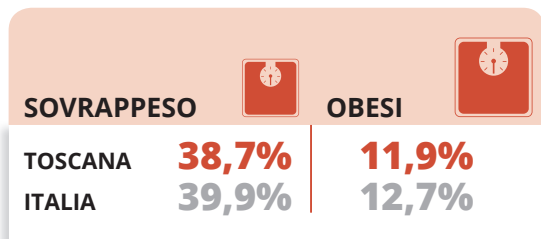
## LA PIENA MATURITÀ

### Ancora in buona salute, ma arrivano anche le prime malattie importanti

Si entra nella maturità e la capacità di risposta e difesa dell'organismo diminuisce di efficacia. Cominciano a indebolirsi le prestazioni fisiche e mentali. Nelle donne questa è l'età della menopausa, che cambia l'approccio emotivo e biologico alla vita, non più orientata alla riproduzione: tra **fattori ormonali e psicologici**, per loro si complicano un po' i problemi dell'età. Complessivamente però, il 45-65enne di oggi, a differenza di quello di 50 anni fa, si trova in una fase della vita in cui il peso delle malattie gravi non è ancora rilevante. Nonostante le prime malattie si siano già affacciate e siano in aumento, gli **stili di vita** hanno ancora importanza: smettendo adesso di fumare, praticando un po' più attività fisica o migliorando l'alimentazione, anche a questa età si può posticipare lo sviluppo di malattie e migliorare la qualità della vita.

La **sedentarietà** è ormai stabile a partire dai 35 anni di età e fino almeno ai 65, con valori inferiori a quelli italiani, ma superiori a quelli europei. Si dimezzano gli sportivi, ma comunque 2 toscani su 3 continuano a praticare qualche tipo di attività fisica. Cresce invece il **sovrappeso**, che arriva a riguardare la metà dei maschi e un terzo delle femmine, tra le quali la menopausa ha la sua influenza. I valori toscani non sono comunque dissimili da quelli nazionali ed europei. Vanno meglio, invece, le cose per quanto riguarda l'**obesità**, che è inferiore alla media nazionale e dei coetanei europei.

Sugli **stili alimentari** sappiamo ben poco, anche se probabilmente le abitudini non sono molto diverse da quelle degli italiani.



## 45-65 anni



È il periodo della vita in cui, per fortuna, aumentano di più coloro che smettono di fumare, soprattutto tra i maschi. Anche in questa età le donne toscane fumano più delle italiane, mentre lo stesso non accade per i maschi.

Si accentuano adesso tutti gli **acciacchi fisici** già comparsi, come disturbi gastrici e intestinali, ernie, calcolosi, che possono richiedere anche interventi chirurgici. Compaiono segnali di inefficienza del sistema: ipertensione, colesterolo, trigliceridi e glicemia alti. Sono le basi delle malattie più gravi degli anni successivi, che segneranno il destino biologico del nostro toscano medio.

Si fa sentire adesso anche la **depressione**, problema crescente nel tempo e con l'avanzare dell'età. La Toscana detiene il primato nazionale del ricorso a farmaci antidepressivi, da attribuire forse più a orientamenti terapeutici che non a reali differenze nei livelli di benessere. Nessun altro indicatore, infatti, indirizza verso questa interpretazione.

Crescono i ricoveri per **malattie** più serie: tumori e infarto miocardico sono i motivi più ricorrenti.

Negli ultimi decenni, a parità di età, la probabilità di sviluppare un tumore in Toscana è in progressiva diminuzione nei maschi e piuttosto stabile nelle femmine.

I tumori sono causati da numerosi fattori che agiscono nel corso di molti anni, ed è normale che aumentino con l'età. Il progressivo **allungamento della vita** comporta quindi più tumori.

### RICOVERATI PER TUMORI

**8.800** all'anno

### RICOVERATI PER CUORE E VASI

Infarto cardiaco

**1.900** all'anno

Ictus cerebrale

**1.400** all'anno



### PROBLEMI SANITARI E OSPEDALIZZAZIONE

Quasi **86mila** toscani tra i 45 e 65 anni si ricoverano in ospedale almeno una volta

Quasi **1 su 10**

La buona notizia è che la sopravvivenza è in continuo aumento negli anni, in Toscana come negli altri paesi con sistemi sanitari evoluti, grazie a diagnosi tempestive e nuove, efficaci terapie.

L'aspettativa di vita in un toscano con tumore è maggiore che in Italia, e questo testimonia che i servizi di prevenzione e cura sono efficienti. Ne è conferma anche il grado di adesione e offerta dello screening mammografico, della cervice uterina e del colon retto, che in Toscana è tra i migliori a livello nazionale, inferiore talvolta solo ad alcune aree del Nord Italia.



In generale, rispetto all'Italia, i toscani maschi sono colpiti dai tumori nella stessa misura, mentre le donne toscane lo sono un po' di più, in particolare a causa della maggiore frequenza di melanoma, tumore della mammella e del polmone.

I tumori da fumo aumentano nelle donne e diminuiscono negli uomini, coerentemente con le abitudini al fumo nei due generi.

I tumori più comuni, in ordine decrescente, sono quelli del colon, della mammella, della prostata, del polmone, della vescica e del rene.



Come per i tumori, in Toscana anche il rischio di **malattie cardiovascolari**, tra cui infarto cardiaco e ictus cerebrale, è in diminuzione negli ultimi decenni. Ci si ammala di meno e in caso di malattia si muore meno, grazie a nuove, efficaci e tempestive cure, come l'angioplastica e farmaci per la coagulazione, ma anche grazie al miglior controllo di colesterolo e ipertensione e alla riduzione del fumo. Un mix di servizi sanitari efficienti e di cittadini più attenti alla loro salute. Non a caso i servizi toscani dove si trattano infarti e ictus hanno ottimi, se non i migliori punteggi nella classifica nazionale.



Il **diabete** comincia ad avere rilevanza in questa fascia di età e nel corso degli ultimi anni è in costante aumento, come nel resto del mondo. Comunque in Toscana è meno frequente rispetto all'Italia, che a sua volta è tra i paesi europei con minore incidenza. L'allontanamento dalla dieta mediterranea e la sedentarietà concorrono alla crescente diffusione della malattia.



## 45-65 anni

# ANZIANI

## Aumentano le malattie croniche, ma il sistema sanitario c'è

Questa è la fase della vita caratterizzata dal pensionamento e da un relativo cambio di ruolo sociale, ma anche dal maggiore tempo a disposizione e dalla nascita dei nipoti. Questi uomini e donne diventano una risorsa importante per le famiglie più giovani, ma sono anche più soli e hanno più difficoltà a trovare soddisfazione nelle relazioni con gli altri.

Gli **stili di vita** si modificano ancora e diminuisce in generale l'intensità. Si fuma sempre di meno e si beve vino con sempre più moderazione. L'assoluta maggioranza delle donne che sono oggi in questa fascia d'età non ha mai fumato, perché appartengono alla generazione postbellica, in cui il fumo era una cosa esclusivamente da maschi: e oggi beneficiano delle positive conseguenze di questa sana abitudine. Si riduce ulteriormente l'attività fisica, anche se molti sono ancora attivi e una quota addirittura sportivi. Anche l'obesità comincia a diminuire, a favore semmai del sovrappeso. Per quanto riguarda fumo e alcol i toscani anziani si comportano come gli italiani, mentre mangiano forse un po' meglio e sono certamente meno obesi. L'attività fisica e una discreta massa muscolare proteggono dalla disabilità fisica e mentale della vecchiaia più avanzata.

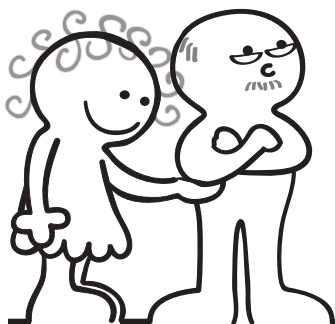
Sono un po' tutti gli organi che adesso, piano piano, cominciano a mostrare i loro limiti e compaiono i primi deficit e segni di scompenso: al cuore, all'ap-

parato respiratorio e genito-urinario. Insomma, si entra in una fase in cui le attenzioni e le cure diventano fondamentali. Quasi 1 cittadino su 7 deve ricorrere alle cure di un ospedale almeno una volta nell'anno: in oltre la metà dei casi si tratta di tumori e di malattie cardiovascolari, come infarto del cuore, aritmie, scompenso cardiaco, ictus.

Aumentano a questa età un po' tutti i tipi di malattie: le respiratorie croniche, il diabete, i disturbi della funzionalità renale, dell'apparato digerente, del sistema nervoso, come Parkinson e demenze.




Ma l'**aspettativa di vita** di chi ha raggiunto questa età sta ancora migliorando, grazie a: protesi valvolari cardiache, interventi di distruzione delle arterie cardiache e periferiche, pace-maker, protesi ortopediche di nuova generazione, nuovi farmaci per la fluidità del sangue, per il ritmo cardiaco, per il colesterolo e la pressione alta, per



65-75 anni

le malattie reumatiche, oltre a interventi chirurgici laparoscopici, interventi oculari in regime ambulatoriale, farmaci antidepressivi e antidolorifici, e soprattutto nuovi efficaci terapie antitumorali personalizzate. Insomma: il 70enne di oggi, meglio curato e assistito, è più in salute e più "giovane" del 70enne di qualche decennio fa.

 Per la salute tornano a essere importanti anche i **traumi** e le **cadute**, tipici dei bambini e dell'esuberanza adolescenziale.

A questa età si tratta di un grande problema sanitario e sociale, con fratture del femore e di altre ossa, favorite anche dall'osteoporosi, a sua volta figlia di una scarsa attività fisica e di un'alimentazione inadeguata nell'età giovanile e adulta.

La casa è il luogo dove accadono maggiormente gli infortuni agli anziani, soprattutto alle donne, infortuni che possono essere prevenuti con opportuni accorgimenti e dispositivi antiscivolo. Comunque, i servizi ortopedici toscani affrontano la frattura del femore degli anziani con i minori tempi di attesa e con la minore mortalità post-operatoria a livello nazionale.



Cresce adesso anche il numero di persone che hanno più di una **malattia cronica**, caso più frequente nelle donne rispetto agli uomini. Con l'invecchiamento, le femmine superano i maschi per aspettativa di vita, ma anche purtroppo per numero e complessità delle malattie. In altre parole: vivono di più, ma in condizioni di salute meno libere da malattia. E questo si osserva un po' ovunque, non solo in Toscana. Di conseguenza, da questa età in poi cresce molto anche il numero di richieste di visite specialistiche e prescrizioni di farmaci, con grande assorbimento di risorse sanitarie ed economiche.

## RICOVERI OSPEDALIERI

**62mila**  
ricoverati



Rispetto alle età precedenti, diminuisce drasticamente la qualità percepita del proprio **stato fisico**, anche se i toscani dichiarano di sentirsi fisicamente un po' meglio dei coetanei italiani e le cose sono in miglioramento negli ultimi anni. Il contrario accade per la percezione dello stato mentale: si sentono mentalmente un po' peggio degli italiani e le cose non stanno migliorando col tempo, complice anche la crisi economica. Arrivati ai 65 anni, in Toscana l'aspettativa di vita è leggermente migliore di quella media italiana. Si vive più a lungo, ma gli anni in più non sono sempre in buona salute. Comunque, l'aspettativa di vita in piena autonomia a quest'età tra i toscani è maggiore rispetto all'Italia.



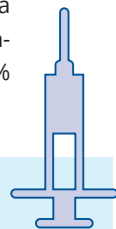
Anche nella cura dei pazienti di questa età si confermano gli ottimi livelli delle **prestazioni della rete ospedaliera toscana**. Lo dimostrano il basso uso dell'ospedale, a cui si accede soprattutto per casi clinici complessi, e la breve durata delle degenze: tutti segni chiari di un uso appropriato del servizio ospedaliero. Sono indicatori di buoni livelli di assistenza, raggiunti ormai da anni nella nostra regione, anche la bassa percentuale di toscani che lasciano la regione per cercare cure altrove, oltre al basso numero di ricoveri ospedalieri per malattie curabili fuori dell'ospedale. Altro segnale positivo di buone cure cliniche è il basso numero di contenziosi aperti con i cittadini.

Meno positivi gli indicatori ospedalieri delle malattie croniche polmonari, con tassi di mortalità e di reiningresso post-ricovero superiori al valore nazionale. Le infezioni ospedaliere sono in Toscana più elevate che in altre regioni – anche se non in tutte viene effettuata una rilevazione – e negli ospedali toscani si usano anche più antibiotici. Un buon indicatore in Toscana è invece la disponibilità dell'innovativa chirurgia robotica e l'uso crescente della chirurgia laparoscopica, utilizzata soprattutto per colecistectomie e interventi sul colon.

Per curare meglio le malattie croniche la Toscana, per prima in Italia, ha adottato la sanità d'iniziativa. Si tratta di un nuovo e impegnativo modello di cure basato su team composti da medici di famiglia, infermieri e altri professionisti, che gestiscono attivamente i pazienti con malattie croniche, evitando complicanze precoci e il ricorso improprio all'ospedale.



A questa età diventa importante **vaccinarsi contro l'influenza**, per evitare problemi gravi come broncopolmoniti o addirittura decessi. In Toscana la copertura vaccinale è buona, migliore di quella nazionale, ma non ha ancora raggiunto i livelli raccomandati (vaccinare oltre il 75% degli anziani).



Oltre alle malattie gravi, soprattutto tumorali e cardiovascolari, a questa età cominciano a pesare alcune forme di invalidità, come il Parkinson, e le demenze, che esploderanno nella fase successiva, quella dei grandi anziani.

## SANITÀ D'INIZIATIVA

In Toscana ci sono **2.950** medici di famiglia

A oggi sono 1.100 quelli che hanno aderito alla sanità di iniziativa (copertura: 40% popolazione)

### Casi over 15 anni

DIABETE

**205mila**

BPCO

Bronco-pneumopatia cronico-ostruttiva

**170mila**

ICTUS

**41mila**

SCOMPENSO CARDIACO

quasi **65mila**

## GRANDI ANZIANI

### Toscani sempre più vecchi: qui si gioca la sfida della disabilità

Siamo nell'ultima fase del percorso della vita, dove malattie e piccoli e grandi problemi di autonomia assumono sempre maggiore rilevanza. Le persone di questa fascia di età sono sempre di più e aumenteranno ancora nel prossimo futuro: grazie a migliori stili di vita da adulti e alle innovazioni sanitarie, che hanno già allungato significativamente le **aspettative di vita**. Il resto lo fa il patrimonio genetico ereditato dai genitori. Comunque, all'età di 85 anni l'assoluta maggioranza dei toscani è ancora completamente autonoma, i maschi più delle femmine. Ancora a 90 anni, quasi la metà dei toscani è autonoma nelle principali attività. Peraltro, gli anziani toscani dichiarano di sentirsi bene o molto bene in misura maggiore degli italiani. Certo, le persone hanno un equilibrio fragile, soggetto a facile rottura, con conseguenze anche irrimediabili. Il problema è l'arrivo, progressivo o improvviso, dell'invalidità, fisica e mentale.



Cosa può fare il nostro 75enne per stabilizzare e rallentare l'inevitabile indebolimento biologico? Una **buona alimentazione**, accompagnata da **attività fisica** adatta per l'età, insieme a cure mirate e a relazioni familiari e sociali favorevoli, possono ancora fare molto. Il prestigioso **studio internazionale InChianti**, condotto in Toscana, ha scoperto l'importanza della forza muscolare e della dieta tradizionale per la salute e la prevenzione della disabilità nei grandi anziani. E in tutto il mondo se ne parla. In questi ultimi anni la Toscana ha anche investito molto nei programmi di **attività fisica adattata**.

I dati ci indicano che sono gli anziani con minori difficoltà economiche a essere più attivi.

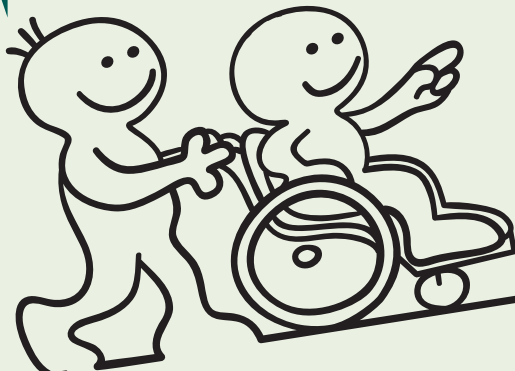
### SPERANZA DI VITA A 75 ANNI

DONNE

ancora **14 anni...**

UOMINI

ancora **11 anni...**



I programmi di **attività fisica** svolti in gruppo e orientati a condizione croniche interessano ormai quasi l'**80%** dei comuni toscani, con **425** erogatori e oltre **25.000** partecipanti.

Altre 9 regioni hanno seguito l'esperienza innovativa della Toscana.

oltre 75 anni

Dal punto di vista sanitario, a questa età aumentano tutte le malattie già presenti e si accentuano particolarmente quelle croniche tipiche dell'età: diabete, cardiopatia ischemica e bronco-pneumopatia cronico-ostruttiva, oltre ai tumori. In Toscana, comunque, la mortalità per malattie cardiovascolari e tumori è minore rispetto alla media nazionale. Bronchite cronica, enfisema e insufficienza respiratoria sono inferiori al valore nazionale e in diminuzione nel tempo, grazie anche all'abbandono del fumo, soprattutto da parte dei maschi adulti.

Si sta dimostrando vincente la crescente attenzione clinica a curare e intervenire in ogni caso anche sui problemi dei grandi anziani. Angioplastiche, trombolisi e controllo della coagulazione, statine per il colesterolo, farmaci per l'ipertensione, una cura attenta del diabete, protesi chirurgiche, farmaci e trattamenti per tumori e malattie autoimmunitarie hanno fatto la loro parte. Sono i successi della **geriatria moderna**, impensabili fino a pochi decenni fa. L'altra faccia della medaglia, però, è il grande numero di persone che, avendo davanti a sé più anni di vita, finiscono per ammalarsi di malattie dell'età avanzata, fino alla **disabilità**. Malattie che aumenteranno soprattutto quando i nostri *baby boomers* diventeranno grandi anziani, cioè dopo gli 85 anni. Uno scenario con inevitabili risvolti etici e di sostenibilità economica, che sconfinerà direttamente nell'approccio ai problemi di **fine vita**.



I paesi con maggiore durata della vita hanno ovviamente anche più **anziani dementi**.

È il caso dell'Italia, ai vertici europei per questo problema, e la Toscana altrettanto. In questa fascia d'età la maggior causa di invalidità è la demenza: lo è in almeno la metà dei casi.

### DEMENTIA, PARKINSON E DISABILITÀ IN TOSCANA NEGLI ULTRA65ENNI

**88.000** anziani dementi:  
**33% maschi e 67% femmine**  
**81.800** sono ultra75enni

In crescita con l'aumento della durata della vita, con livelli non molto diversi, a parità di età, dal resto d'Italia. Dal momento che vivono di più, sono le donne a pagarne il conto più salato.

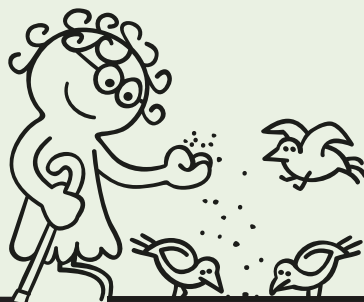
Oltre la metà dei nuovi casi è dovuta all'Alzheimer. I dementi sono persone che vivono in questo stato mediamente per circa 8 anni, con forte impatto sul benessere familiare e grande assorbimento di risorse sanitarie ed economiche.

**13.700** anziani affetti da Parkinson: **47% maschi e 53% femmine**

**72.000** persone con disabilità:  
**73% femmine e 27% maschi**

### GLI ANZIANI IN TOSCANA

	Maschi	Femmine
ultra65enni: <b>917.000</b>	43%	57%
ultra75enni: <b>474.000</b>	40%	60%
ultra85enni: <b>145.000</b>	31%	69%
ultra95enni: <b>8.200</b>	20%	80%
ultracentenari: <b>1.336</b>	15%	85%





Se si elimina l'incremento dovuto alla maggiore durata della vita, in realtà la disabilità dell'anziano è leggermente in diminuzione negli anni, sia in Toscana che in Italia. Per gestire queste disabilità la maggiore risorsa è ancora la **famiglia**.

Le famiglie, dove possibile, cercano infatti di risolvere in casa e da sole i problemi dell'anziano, con soluzioni basate sulle risorse personali, soprattutto delle donne. In aggiunta, si ricorre al servizio socio-sanitario – assistenza domiciliare, centri diurni e residenze sanitarie assistite – e più spesso e quando possibile, all'aiuto di badanti e colf.

L'**assistenza domiciliare** in Toscana è inferiore al livello nazionale, anche se questa differenza potrebbe essere in parte spiegata da un'immaturità del sistema informativo. Di poco superiore al valore nazionale è invece quello relativo all'uso in Toscana delle residenze sanitarie assistite (RSA), cui si ricorre in maniera crescente passando dal Sud al Nord Italia.



### ASSISTENZA DOMICILIARE

**TOSCANA** 20 anziani x mille  
**ITALIA** 40 anziani x mille

### RICOVERATI IN RSA

**TOSCANA** 12 anziani x mille  
**ITALIA** 10 anziani x mille

Posti convenzionati disponibili in RSA toscane: **10.231**

## FINE VITA

Nonostante i molti anni guadagnati grazie a buoni stili di vita e interventi medici sempre più efficaci, il limite della vita scritto nell'orologio biologico personale non può essere rinviato all'infinito. Con l'aumento delle malattie croniche, le fasi conclusive della vita sempre più richiedono attenzioni e cure di crescente complessità. Cure palliative, terapia del dolore e sostegno alle famiglie nell'assistenza ai pazienti terminali per malattie importanti sono assicurati da servizi territoriali sempre più diffusi e organizzati: per accompagnare con dignità i toscani nell'ultimo tratto del loro percorso.

### I NUMERI SUL FINE VITA IN TOSCANA

**22** hospice con **137** posti letto

La Toscana è ai vertici nazionali per spesa per analgesici e oppioidi, dopo Piemonte e Lombardia

#### DECEDUTI NEL 2011

**47%** in ospedale

**43%** a casa

**5%** in hospice

**5%** in RSA

Questo documento di sintesi fornisce una panoramica generale sulla salute e i servizi in Toscana negli ultimi 5 anni, evidenziando gli aspetti e i fenomeni più importanti.

Nella versione integrale della Relazione sanitaria regionale 2009-2013 approfondiamo con maggiore dettaglio tutti gli argomenti sotto in elenco, comparando – ove possibile – i dati regionali e di ciascuna Asl toscana con quelli italiani ed europei.

## **I CONTENUTI DELLA RELAZIONE SANITARIA REGIONALE 2009- 2013**

### **Lo stato di salute dei toscani**

**Demografia**

**Condizioni economiche**

**Stili di vita**

**Uso e abuso di droghe e conseguenze sanitarie**

**Ambiente e salute**

**Mortalità**

**Le malattie più importanti**

**Infortuni**

**Salute mentale**

**La salute percepita**

**La salute della mamma e del neonato**

**La salute dei bambini e degli adolescenti**

**La salute degli anziani**

**La salute di genere**

**La salute degli stranieri**

**La salute dei detenuti**

### **La risposta del sistema sanitario regionale**

**La prevenzione**

**L'assistenza territoriale**

**L'ospedale**

**I trapianti e le donazioni**

**Le performance del sistema**

**I livelli essenziali di assistenza**

**Le risorse umane e finanziarie**

**La ricerca nel campo delle scienze della vita**



