

LOST

Determinanti di salute: consumo di alcol, attività fisica e BMI

Elena Andreoni, Martina Pacifici, Fabio Voller

LOST

AGENDA

- 01 Il consumo di alcol
- 02 L'attività fisica
- 03 BMI (Body Mass Index)

LO STUDIO LOST

Lo studio LOST IN TOSCANA ha realizzato rilevazioni molto significative per la capacità di intercettare i comportamenti tenuti durante un segmento temporale particolarmente delicato in termini di stili di vita e determinanti di salute come il **periodo pandemico**.

pre-lockdown

lockdown

LOST IN TOSCANA 1

LOST IN TOSCANA 2

Infatti le abitudini hanno risentito del periodo di restrizioni adottate per contenere la diffusione del SARS-COV-2, in particolare del momento di lockdown.

Tabella 4.1 – Caratteristiche sociodemografiche dei campioni. Numerosità grezza e percentuale pesata, Italia e Toscana

		Italia	Toscana
Totale		6.600	873
Sesso	Maschio	3.287 (49,7)	399 (49,7)
	Femmina	3.313 (50,3)	474 (50,3)
Classi di età	18-34	1.510 (23,9)	133 (23,2)
	35-54	3.135 (39,4)	473 (38,4)
	55-74	1.955 (36,7)	267 (38,4)
Titolo di studio	Alto	2.538 (34,6)	317 (35,5)
	Medio	3.220 (50,8)	461 (53,2)
	Basso	842 (14,6)	95 (11,3)
Stato civile	Coniugato/a	4.646 (68,6)	630 (69,1)
	Non Coniugato/a	1.954 (31,4)	243 (30,9)
Condizione economica	Sopra la media	1.050 (15,6)	133 (14,5)
	In media	3.999 (59,9)	539 (64,7)
	Sotto la media	1.551 (24,5)	201 (20,8)
Condizione professionale	Occupato/a	4.818 (65,1)	671 (68,3)
	Economicamente inattivo/a	904 (15,6)	113 (15,1)
	Pensionato/a	878 (19,3)	89 (16,6)

Fonte: LOST IN TOSCANA, 2023

La 2^a rilevazione LOST IN TOSCANA (WAVE 2) è stata condotta tra il 4/04/23 e il 3/05/23 e ha coinvolto **6.600 persone italiane** (18-74 anni).

Il **sovra-campione toscano** ha contato **873 rispondenti**, con una distribuzione in linea con l'intero campione nazionale.

LOST



CONSUMO DI ALCOL

LOST



IL CONSUMO DI ALCOL COME DETERMINANTE DI SALUTE

Il consumo di alcol incide su:

- Speranza di vita
- Qualità della vita

La **prevenzione** e il **contrasto** ricoprono un ruolo importante nelle agende di istituzioni nazionali e sovranazionali, attraverso la formulazione di **interventi** volti a moderare l'assunzione di alcol.

- Il programma di azione *"Global alcohol action plan 2022-2030 to strengthen implementation of the Global Strategy to Reduce the Harmful Use of Alcohol"*, dell'OMS per la prevenzione e il contrasto al consumo di alcol
- I progetti di prevenzione selettiva e indicata nazionali e regionali, che coinvolgono il Ministero della Salute, i Dipartimenti per le Dipendenze, i servizi del Privato Sociale, le associazioni di promozione sociale e di volontariato e altri enti (Istituti scolastici, Forze dell'Ordine...)

LOST

TRA I SISTEMI DI RILEVAZIONE

Indagini, monitoraggi ed enti di riferimento

- Livello internazionale: **World Drug Report (UNODC)**, **European Drug Report (EMCDDA)**, **The World Bank**, **OMS**, **ESPAD**
- Livello nazionale (indagini dirette): **Multiscopo sulle famiglie (ISTAT)**, **PASSI (ISS)**, **Passi d'Argento (ISS)**, **CNR-IFC**, **SISema di Monitoraggio Alcol-correlato (SISMA)**, **Ministero della Salute Direzione Generale della Prevenzione Sanitaria**, **HBSC (ISS)**, **OKkio alla SALUTE (ISS)**, **LOST**
- Livello nazionale (indagini indirette): **Rapporto incidenti stradali di ISTAT**, **Indagine sulle spese delle famiglie di ISTAT**
- Livello locale (indagini dirette): **EDIT (ARS Toscana)** e il livello regionale di alcune indagini sopra elencate

Le informazioni raccolte

- Frequenza di consumo
- Comportamenti problematici e a rischio
- Il consumo eccedentario distinto in:
 - Ubriacature
 - Binge drinking

LOST

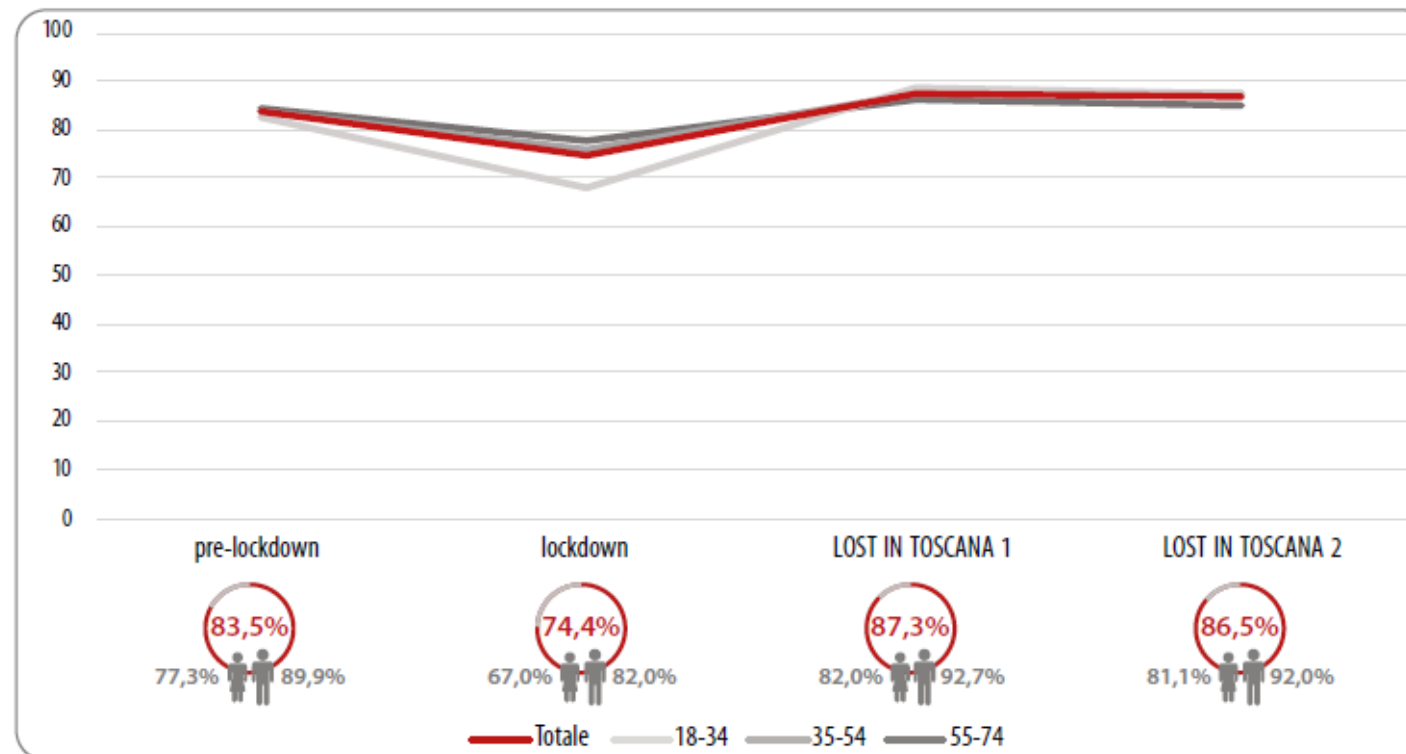
CONSUMO DI ALCOL - Italia

Si è verificata una diminuzione del consumo di alcol **durante il lockdown** rispetto al periodo precedente e un notevole **aumento durante i periodi successivi W1 e W2**.

Questo pattern si osserva in entrambi i generi, con un consumo costantemente più marcato tra i **maschi**.

Notiamo **un calo più pronunciato** durante il lockdown per la **fascia 18-34 anni**, che a fine periodo presenta invece % più alte.

Figura 9.1 – Prevalenza di utilizzo di alcol, totale, per sesso e classe di età. Trend percentuale, Italia



Fonte: LOST IN ITALY/LOST IN TOSCANA

LOST

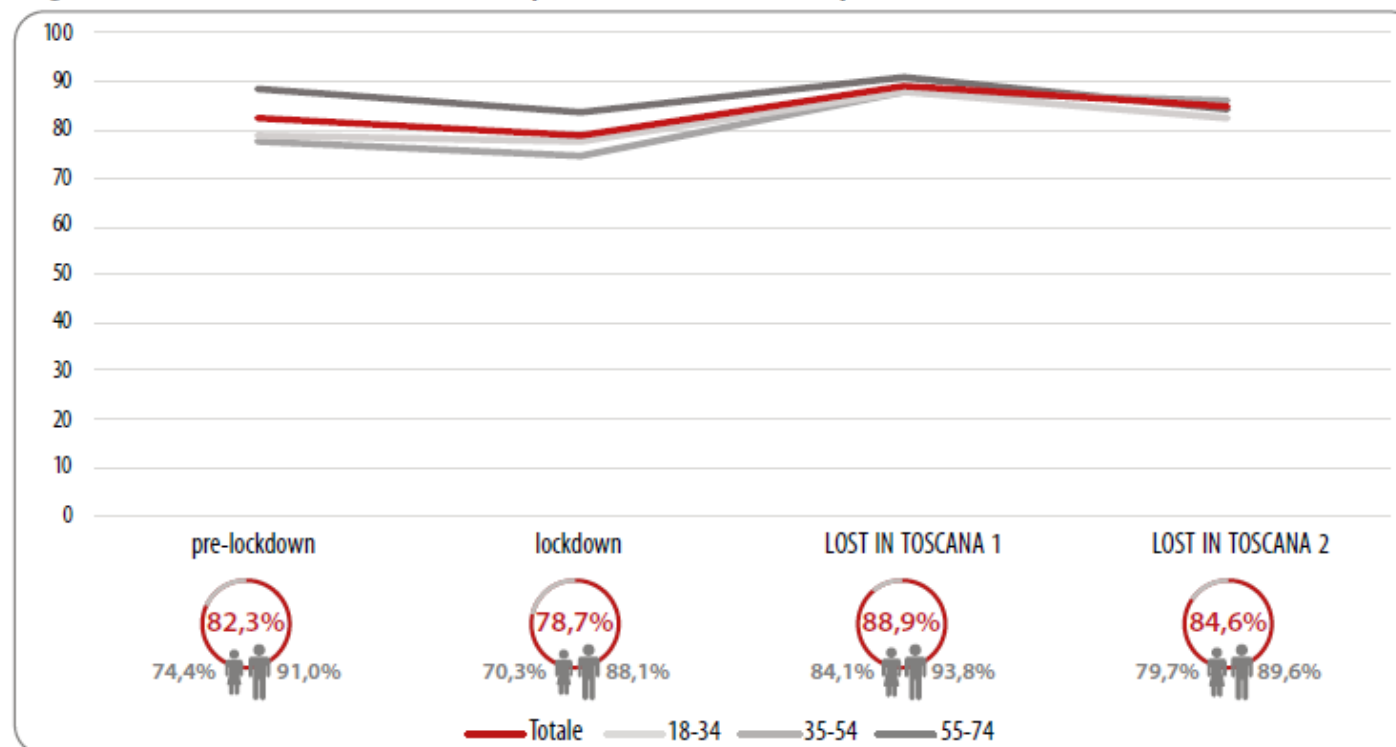
CONSUMO DI ALCOL - Toscana

In Toscana l'andamento del consumo di alcol ha seguito la stessa dinamica con un **calo durante il periodo del lockdown e un aumento durante i periodi successivi**.

Si conferma la differenza per genere: gli **uomini** bevono di più, con una differenza di 10-18 punti percentuali rispetto alle donne.

L'assunzione di alcol ha riguardato soprattutto nella fascia d'età 55-74 anni.

Figura 9.2 – Prevalenza di utilizzo di alcol, totale, per sesso e classe di età. Trend percentuale, Toscana



Fonte: LOST IN ITALY/LOST IN TOSCANA

LOST

3 TIPI DI CONSUMO - Italia e Toscana

Il **consumo moderato** è sempre prevalente, ma **la quota di soggetti a rischio è aumentata** in modo considerevole, in Italia e in Toscana. Parallelamente nel lockdown si osserva un aumento dei soggetti astemi, che diminuiscono nei periodi successivi.

8/10 donne consumano alcol, a fronte di **9/10 uomini**, ma le prime mostrano un consumo a rischio più alto.

Il consumo a rischio è più alto nelle due classi d'età più giovani e il consumo moderato tra chi ha tra i 55 e i 74 anni.

Tabella 9.1 – Consumatori di alcol quotidiano per quantità di alcol consumata. Percentuale pesata, Italia e Toscana

		pre-lockdown	lockdown	LOST IN TOSCANA 1	LOST IN TOSCANA 2
Italia	Astemio	16,5	25,6	12,7	13,5
	Moderato	72,8	64,2	72,4	68,9
	A rischio	10,7	10,2	14,8	17,7
Toscana	Astemio	17,7	21,3	11,1	15,4
	Moderato	69,4	65,1	73,8	67,8
	A rischio	12,9	13,6	15,0	16,9

Fonte: LOST IN ITALY/LOST IN TOSCANA

≤2 U.A. per le donne,
≤4 U.A. per gli
uomini

≥3 U.A. per le donne,
≥5 U.A. per gli uomini

*1 U.A. = 1
bicchiere di vino, 1
lattina di birra, 1
bicchierino di
superalcolici, 1
aperitivo

Il consumo di alcol **a rischio** è più alto tra chi vive stati di ansia, di depressione (dati non mostrati).

LOST

CONSUMO ECCEDENTARIO

Toscana - Ubriacature

Il **13,3%** ha vissuto almeno una ubriacatura nei 12 mesi prima, valore diminuito rispetto alla W1 (15,8%).

Fenomeno più frequente tra le **donne** e tende a diminuire al crescere dell'età, con una diffusione maggiore nella **classe più giovane (18-34)**.

Tabella 9.4 – Caratteristiche sociodemografiche e consumo eccedentario con almeno 1 ubriacatura nell'ultimo anno. Percentuale pesata, Toscana

		Almeno 1 ubriacatura nell'ultimo anno
Totale		13,3
Sesso	Maschio	12,4
	Femmina	14,3
Classi di età	18-34	24
	35-54	17
	55-74	3,2*
Titolo di studio¹	Alto	12,9
	Medio	14
	Basso	10,5*
Stato civile	Coniugato/a	11,2
	Non Coniugato/a	18,4
Condizione economica	Sopra la media	17,6
	In media	10,9
	Sotto la media	17,7
Condizione professionale	Occupato/a	14,9
	Economicamente inattivo/a	21,5*
	Pensionato/a	0,9*

¹Alto: master, laurea specialistica o laurea triennale; Medio: diploma scuola media superiore; Basso: licenza scuola media inferiore, licenza elementare o nessun titolo

* In conseguenza della scarsa numerosità dei rispondenti, l'interpretazione di questo dato richiede cautela

Fonte: LOST IN TOSCANA, 2023

Le ubriacature sono più frequenti tra le persone:

- non coniugate
- con condizione economica polarizzata, ovvero o alta o bassa
- professionalmente inattive

LOST

CONSUMO ECCEDENTARIO

Toscana – Binge drinking

Almeno 1 BD nei **30 giorni prima** è capitato al **25%** del campione, il **9,1%** più di una volta.

In calo rispetto a W1 (31,2% e 9,5%).

Più frequente tra gli **uomini** e diminuisce al crescere dell'età, qualificandosi come **comportamento prevalentemente giovanile**.

Tabella 9.5 – Caratteristiche sociodemografiche e consumo eccedentario con episodi di *binge drinking* nell'ultimo mese (+ di 6 bevande in una volta). Percentuale pesata, Toscana

		Mai	Al più una volta al mese	Più di una volta al mese
Totale		74,9	15,9	9,1
Sesso	Maschio	71,5	18,2	10,3
	Femmina	78,3	13,7	8,0
Classi di età	18-34	66,5	22,8	10,7*
	35-54	73,2	16,6	10,2
	55-74	81,8	11,1	7,1*
Titolo di studio¹	Alto	73,6	18,0	8,4
	Medio	76,5	14,1	9,4
	Basso	71,7	18,0*	10,3*
Stato civile	Coniugato/a	73,7	18,7	7,6
	Non Coniugato/a	77,7	9,7	12,6
Condizione economica	Sopra la media	62,4	24,7	12,8*
	In media	77,8	14,2	8,0
	Sotto la media	74,8	15,2	10,0
Condizione professionale	Occupato/a	72,4	18,4	9,2
	Economicamente inattivo/a	76,6	11,4	12,0*
	Pensionato/a	83,9	9,8*	6,2*

¹Alto: master, laurea specialistica o laurea triennale; Medio: diploma scuola media superiore; Basso: licenza scuola media inferiore, licenza elementare o nessun titolo

* In conseguenza della scarsa numerosità dei rispondenti, l'interpretazione di questo dato richiede cautela

Fonte: LOST IN TOSCANA, 2023

Il binge drinking è più praticato da chi ha una condizione economica sopra la media.

LOST

TELEFONO VERDE - Italia e Toscana

L'Istituto Superiore di Sanità (ISS) ha messo a disposizione un numero verde (**800 632000**) per rispondere ai problemi connessi con l'assunzione di alcol.

I contatti nel mese precedente alla rilevazione sono complessivamente diminuiti rispetto alla prima rilevazione.

È probabile che i soggetti astemi abbiano contattato il servizio per attivare un supporto diretto ad un'altra persona.

Tabella 9.7 – Contatto con il Telefono verde Alcol nel mese precedente le due rilevazioni LOST IN TOSCANA. Percentuale pesata, Italia e Toscana

	LOST IN TOSCANA 1		LOST IN TOSCANA 2	
	Italia	Toscana	Italia	Toscana
Astemio	1,6*	0,0	1,0*	1,4*
Moderato	1,2	1,4*	1,6	1,9*
A rischio	(5,3)	(10,0*)	(6,0)	(7,7*)

*In conseguenza della scarsa numerosità dei rispondenti, l'interpretazione di questo dato richiede cautela

Fonte: LOST IN TOSCANA, 2023

LOST



ATTIVITÀ FISICA

LOST



ATTIVITÀ FISICA – Italia

Sedentarietà

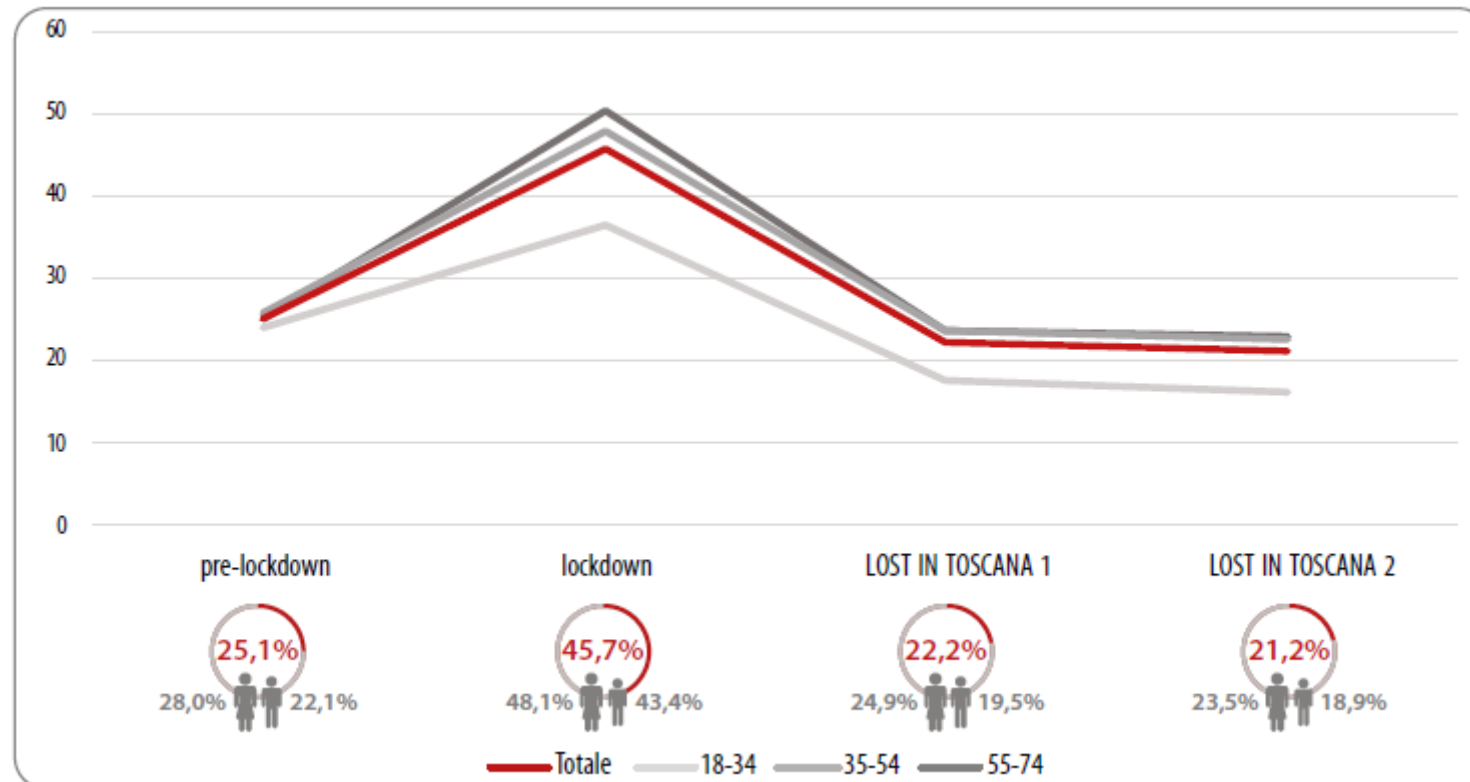
Durante il lockdown quasi una persona italiana su 2 ha dichiarato di non aver praticato attività fisica, seguito da una **successiva diminuzione della sedentarietà** rispetto ai valori registrati anche nel periodo precedente alla pandemia.

Più sedentarietà tra le **femmine** rispetto ai maschi, costante in tutte le rilevazioni, con uno scarto di 5/6 punti percentuali. Si evidenzia un gradiente per età che descrive la sedentarietà come fenomeno **in aumento al crescere dell'età**.

OMS – alla settimana:

- 150-300 min. di attività aerobica moderata
- 75-150 min. di attività aerobica sostenuta
- una combinazione delle due

Figura 13.1 – Prevalenza della sedentarietà, totale, per sesso e classe di età. Trend percentuale, Italia.



Fonte: LOST IN ITALY/LOST IN TOSCANA

LOST

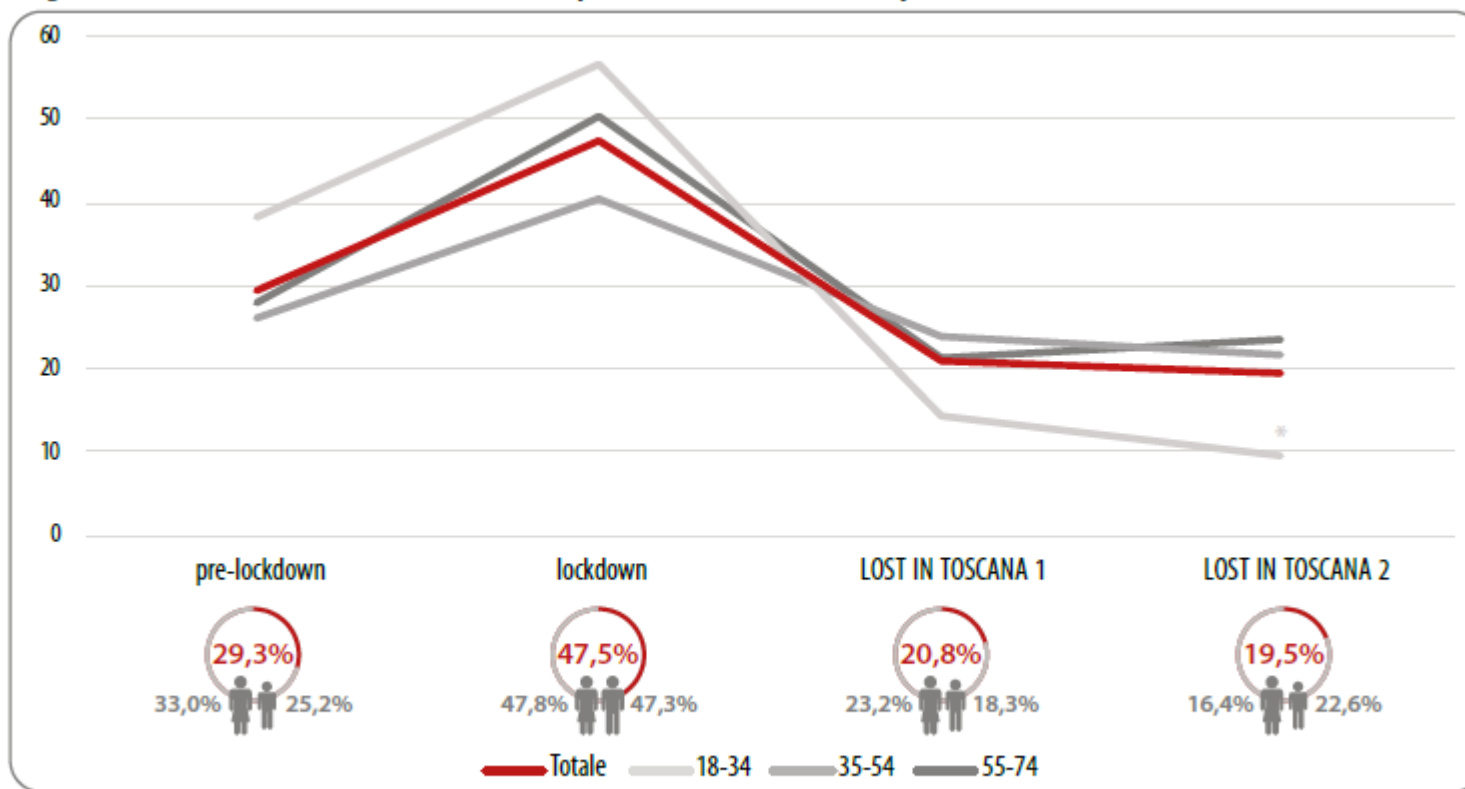
ATTIVITÀ FISICA – Toscana

Sedentarietà

In Toscana osserviamo le stesse tendenze, che evidenziano un **netto aumento della sedentarietà durante il lockdown**, che poi ha però prodotto un effetto di incentivo importante verso la pratica di **attività fisica, aumentata nei periodi immediatamente successivi**, anche in confronto al periodo precedente alle restrizioni.

La **differenza tra i sessi** permane in tutti i periodi tranne nel periodo del lockdown, in cui entrambi i campioni raggiungono valori equivalenti.

Figura 13.2 – Prevalenza della sedentarietà, totale, per sesso e classe di età. Trend percentuale, Toscana



*In conseguenza della scarsa numerosità dei rispondenti, l'interpretazione di questo dato richiede cautela

Fonte: LOST IN ITALY/LOST IN TOSCANA

La **classe 18-34 anni**, che nei primi due punti di osservazione mostra valori di sedentarietà maggiori rispetto alle altre classi, passando dal 38,2% nel pre-lockdown al 9,7% nella W2.

LOST

ATTIVITÀ SPORTIVA

Italia e Toscana

In Italia durante il periodo di *lockdown* la prevalenza di coloro che svolgono **una quantità di attività sportiva adeguata è significativamente diminuita per poi tornare ad aumentare nelle indagini 1 e 2** (= ai valori registrati pre-pandemia).

In Toscana notiamo un andamento simile, **con l'attività sportiva adeguata che rallenta nel periodo pandemico e supera il valore pre-*lockdown* nell'indagine 2.**

Tabella 13.1 – Prevalenza di attività sportiva alla settimana. Trend percentuale, Italia e Toscana

		pre-lockdown	lockdown	LOST IN TOSCANA 1	LOST IN TOSCANA 2
Italia	0	25,1	45,7	22,2	21,2
	1-3	30,0	31,8	36,1	35,2
	4-6	24,7	13,4	23,4	24,6
	7-10	14,7	6,7	12,2	13,0
	11+	5,5	2,4	6,1	5,9
	<i>Attività adeguata (4 - 11+)</i>	44,9	22,4	41,7	43,6
Toscana	0	29,3	47,5	20,8	19,5
	1-3	29,1	35,2	37,8	36,8
	4-6	22,0	9,3	24,7	27,4
	7-10	15,6	6,0	10,9	11,1
	11+	4,1	2,0	5,8	5,2
	<i>Attività adeguata (4 - 11+)</i>	41,7	17,2	41,4	43,7

Fonte: LOST IN ITALY/LOST IN TOSCANA

LOST

ATTIVITÀ SPORTIVA – Toscana

caratteristiche sociodemografiche

In Toscana l'attività sportiva adeguata è più frequente tra i **maschi**.

La sedentarietà aumenta al crescere dell'età, mentre l'attività sportiva adeguata è omogenea in tutte le fasce d'età.

Tabella 13.2 – Caratteristiche sociodemografiche e quantità di attività sportiva. Percentuale pesata, Toscana

		0	1-3	4-6	7-10	11+	Attività adeguata (4 - 11+)
Totale		19,5	36,8	27,4	11,1	5,2	43,7
Sesso	Maschio	16,4	33,4	29,3	14,6	6,3	50,2
	Femmina	22,6	40,3	25,6	7,5	4,0*	37,1
Classi di età	18-34	9,7*	45,2	29,8	10,4	5,0	45,1
	35-54	21,7	37,9	25,5	10,2	4,8	40,5
	55-74	23,4	30,7	27,9	12,3	5,7	46,0
Titolo di studio¹	Alto	14,5	37,4	28,7	15,3	4,1*	48,1
	Medio	20,7	37,0	27,4	8,5	6,5	42,3
	Basso	29,9	33,9	23,8	9,9*	2,5*	36,2
Stato civile	Coniugato/a	20,6	35,9	27,2	11,4	5,0	43,6
	Non Coniugato/a	17,2	39	28,0	10,3	5,6*	43,9
Condizione economica	Sopra la media	13,8*	28,5	39,4	12,7*	5,6*	57,6
	In media	17,3	39,4	27,5	10,8	5,1	43,4
	Sotto la media	30,7	34,8	18,8	10,6*	5,1*	34,5
Condizione professionale	Occupato/a	19,2	38,4	26,6	10,4	5,4	42,4
	Economicamente inattivo/a	15,4	41,2	28,7	9,9*	4,8*	43,4
	Pensionato/a	24,5*	26,7	29,5	14,8*	4,5*	48,8

¹Alto: master, laurea specialistica o laurea triennale; Medio: diploma scuola media superiore; Basso: licenza scuola media inferiore, licenza elementare o nessun titolo

* in conseguenza della scarsa numerosità dei rispondenti, l'interpretazione di questo dato richiede cautela

Fonte: LOST IN TOSCANA, 2023

Incidono su un'adeguata quantità di pratica sportiva:

- il titolo di studio
- la condizione economica

L'attività sportiva adeguata è significativamente correlata ad un'alta qualità di vita (70,2%) (dati non mostrati).

LOST



BMI - Body Mass Index

LOST

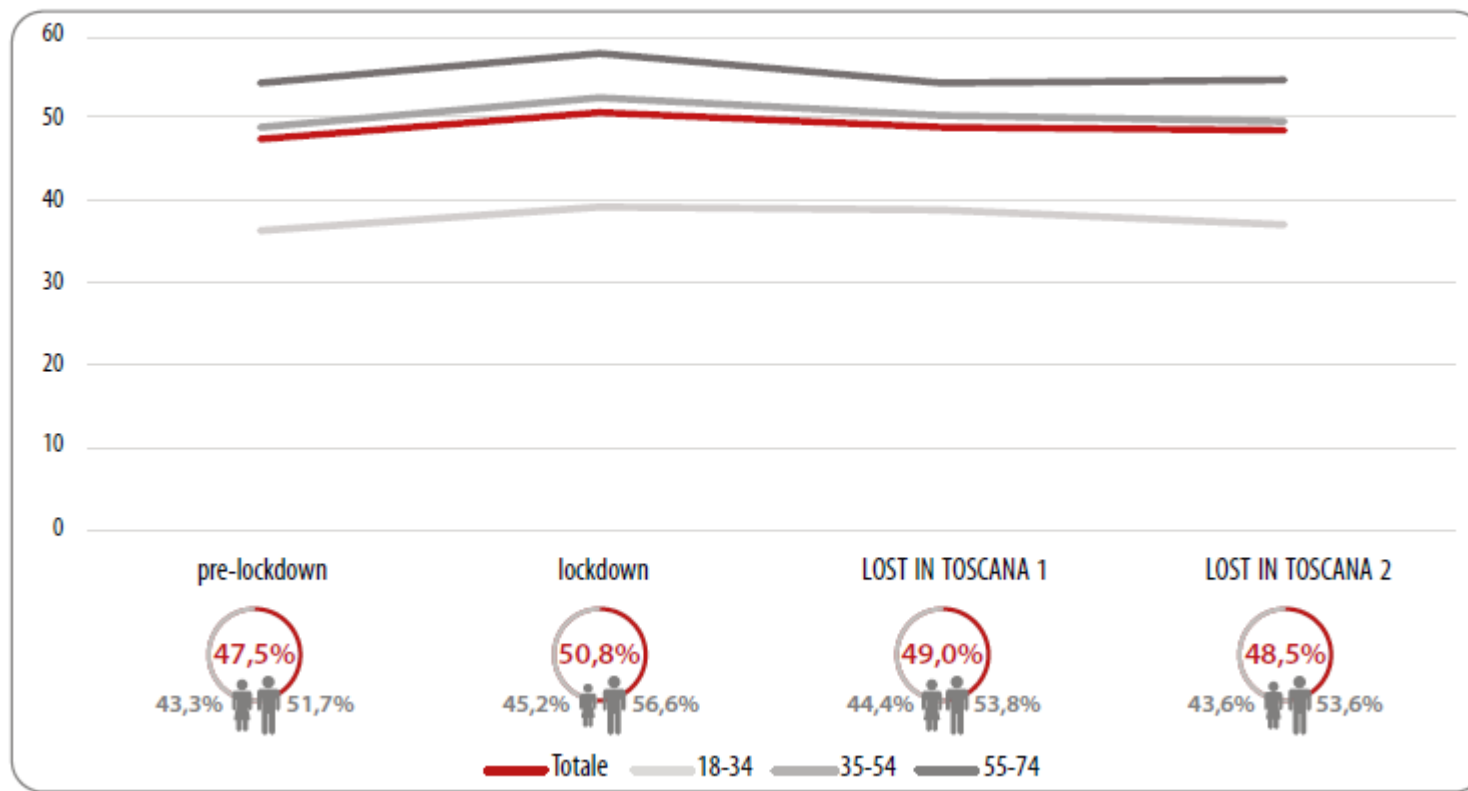


BMI- Italia

Si tratta di un'informazione sintetica e non esaustiva, circa la condizione psicofisica.

In Italia le persone **NON** in stato di normopeso sono circa la metà dei soggetti rispondenti e oscillano di pochi punti percentuali nei 4 diversi punti di osservazione, con un **lieve peggioramento durante il lockdown**.

Figura 14.1 – Prevalenza della condizione di non normopeso, totale, per sesso e classe di età. Trend percentuale, Italia



Fonte: LOST IN ITALY/LOST IN TOSCANA

I **maschi** sono più frequentemente in condizioni di NON normopeso rispetto alle donne, con una distanza fissa di 8-11 punti percentuali.

Al **crescere delle età** **diminuisce** il normopeso.

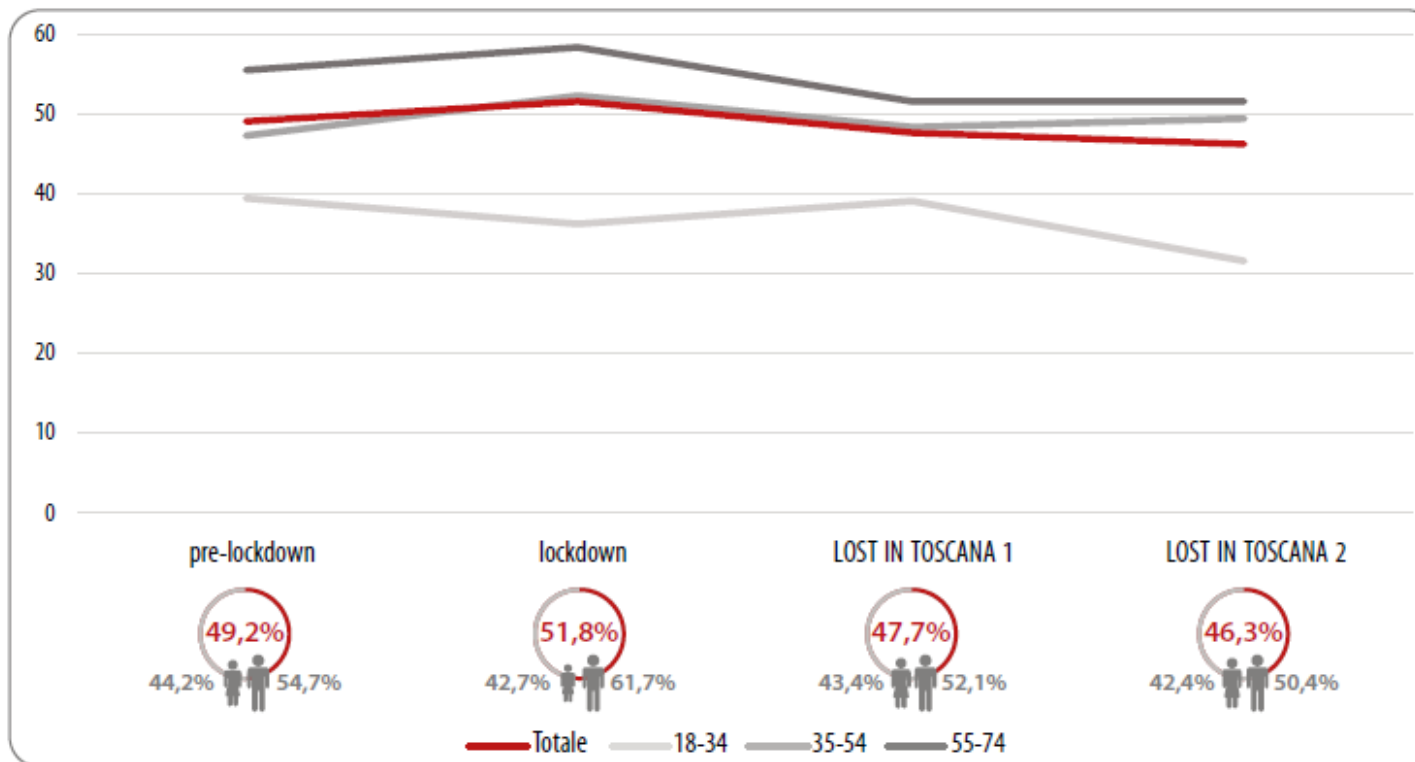
LOST

BMI– Toscana

In Toscana l'andamento risulta simile a quello italiano, con **circa meta delle persone rispondenti in condizione non di normopeso**, con valori che **peggiorano durante il lockdown**.

Anche in Toscana i **maschi** risultano più spesso non normopeso, con una distanza di 8-19 punti percentuali (durante il lockdown).

Figura 14.2 – Prevalenza della condizione di non normopeso, totale, per sesso e classe di età. Trend percentuale, Toscana



Fonte: LOST IN ITALY/LOST IN TOSCANA

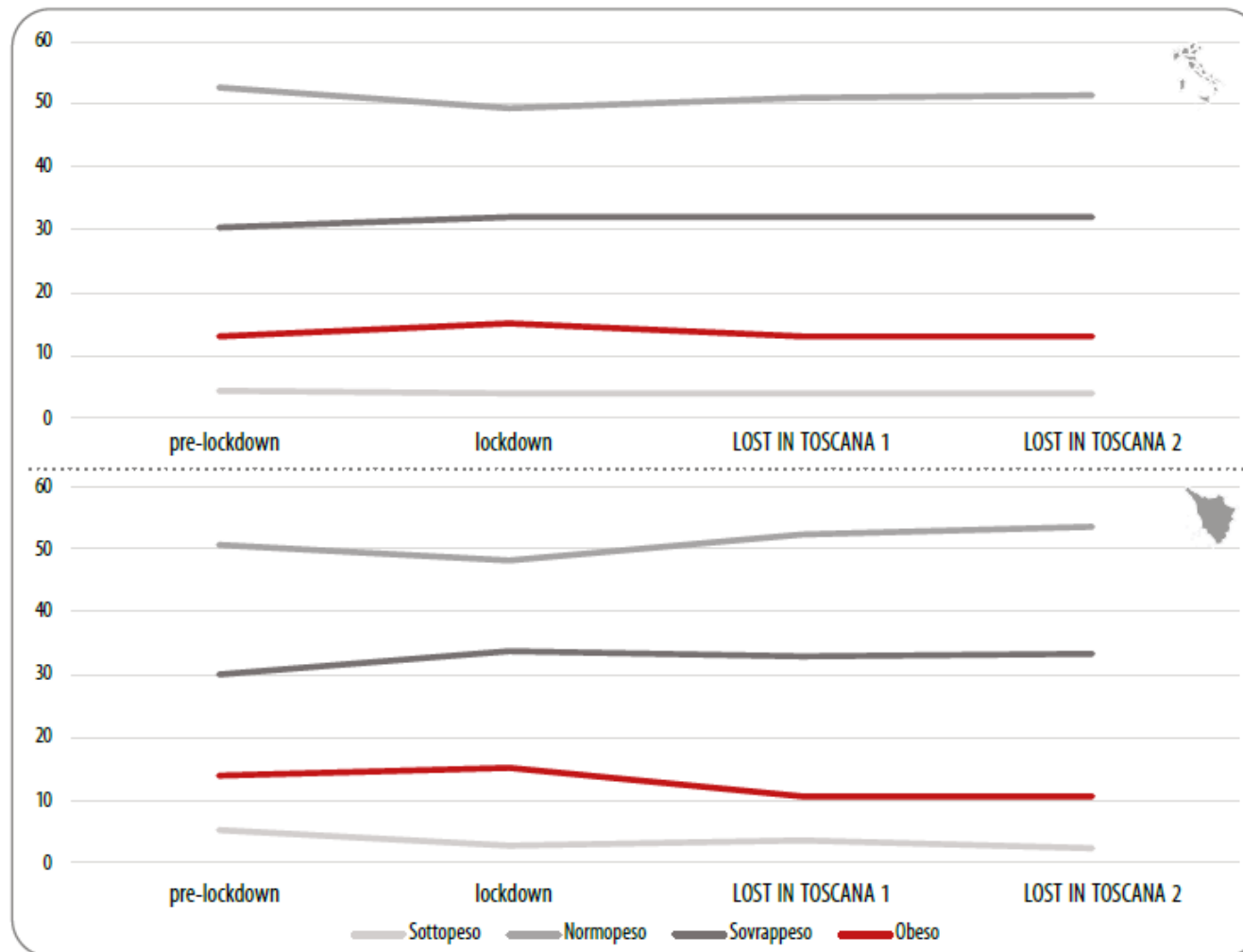
La condizione di non normopeso aumenta al crescere dell'età. Al contrario della distribuzione italiana, i giovani di **18-34 anni** mostrano un miglioramento durante il periodo di lockdown.

LOST

BMI – Italia e Toscana

In Italia non ci sono stati marcati cambiamenti. Il lockdown ha modificato i valori del BMI con più rispondenti in sovrappeso (31,8%) e in obesità (15,2%). Stessa cosa è avvenuta in **Toscana** (s: 33,7%; o: 15,1%).

Figura 14.3 – Distribuzione del BMI in Italia e in Toscana nelle diverse rilevazioni (%)



Fonte: LOST IN ITALY/LOST IN TOSCANA

In entrambi i livelli territoriali nelle indagini **W1 e W2 l'obesità è diminuita** anche rispetto ai valori pre-lockdown, mentre **il sovrappeso è rimasto alto**.

Inoltre si rileva un **generale calo della condizione di sottopeso** tra la prima e l'ultima rilevazione, soprattutto in Toscana.

LOST

BMI – Toscana

caratteristiche sociodemografiche

Il campione femminile:

- + normopeso
- + sottopeso (quasi solo F)
- - sovrappeso
- = condizione di obesità

Incidono positivamente sul normopeso:

- titolo di studio
- essere non coniugato
- condizione economica

Tabella 14.1 – Caratteristiche sociodemografiche per BMI. Percentuale pesata, Toscana

		Sottopeso	Normopeso	Sovrappeso	Obeso
Totale		2,3	53,7	33,5	10,5
Sesso	Maschio	0,4*	49,6	39,0	10,9
	Femmina	4,2	57,7	28,1	10,1
Classi di età	18-34	2,5*	68,1	21,3	8,1*
	35-54	3,7*	50,4	34,6	11,3
	55-74	0,8*	48,2	39,8	11,1
Titolo di studio¹	Alto	3,6*	56,8	31,0	8,6
	Medio	2,0*	52,2	35,0	10,8
	Basso	0,0*	50,9	34,2	15,0*
Stato civile	Coniugato/a	2,4*	50,1	35,2	12,4
	Non Coniugato/a	2,2*	61,7	29,8	6,3
Condizione economica	Sopra la media	3,6*	63,2	24,1	9,1
	In media	2,3*	53,9	36,0	7,8
	Sotto la media	1,4*	46,3	32,4	20,0
Condizione professionale	Occupato/a	2,6	55,0	31,5	10,9
	Economicamente inattivo/a	2,8*	57,5	28,9	10,9
	Pensionato/a	0,8*	44,6	46,1	8,5*

¹Alto: master, laurea specialistica o laurea triennale; Medio: diploma scuola media superiore; Basso: licenza scuola media inferiore, licenza elementare o nessun titolo

* in conseguenza della scarsa numerosità dei rispondenti, l'interpretazione di questo dato richiede cautela

Fonte: LOST IN TOSCANA, 2023

Il sottopeso e il normopeso sono inversamente proporzionali all'età, diminuendo al suo crescere.

Specularmente il sovrappeso aumenta tra le età maggiori, mentre l'obesità si concentra oltre i 35 anni.

Chi ha una **qualità della vita bassa** è più spesso normopeso. Infatti il normopeso non corrisponde automaticamente al benessere, che risulta invece un complesso di fattori più articolato (dati non mostrati)

LOST

CONCLUSIONI

- **Consumo di alcol:** In Italia e in Toscana, si è verificata una **diminuzione del consumo di alcol durante il lockdown** rispetto al periodo precedente, ma un **notevole aumento durante il periodo immediatamente successivo (W1) e un assestamento a quote lievemente più contenute durante la W2.**
- **Consumo eccedentario di alcol:** in W2 diminuito rispetto a W1 (**13,3%** ubriacature e **25%** binge) risente del gradiente per età, risultando un **comportamento prevalentemente giovanile**, con una diffusione maggiore nella classe 18-34anni e che tende a diminuire al crescere dell'età.
- **Attività fisica:** In Italia e in Toscana osserviamo un netto **aumento della sedentarietà durante il lockdown**, che ha rappresentato un incentivo per **l'attività fisica, aumentata nei periodi immediatamente successivi**, anche rispetto al periodo precedente alle restrizioni.
- **BMI:** In Italia e in Toscana **le persone non in stato di normopeso sono circa la metà** del campione, con un lieve **peggioramento durante il lockdown.**

LOST

LOST

GRAZIE!

ARS Toscana

elena.andreoni@ars.toscana.it

martina.pacifici@ars.toscana.it

fabio.voller@ars.toscana.it