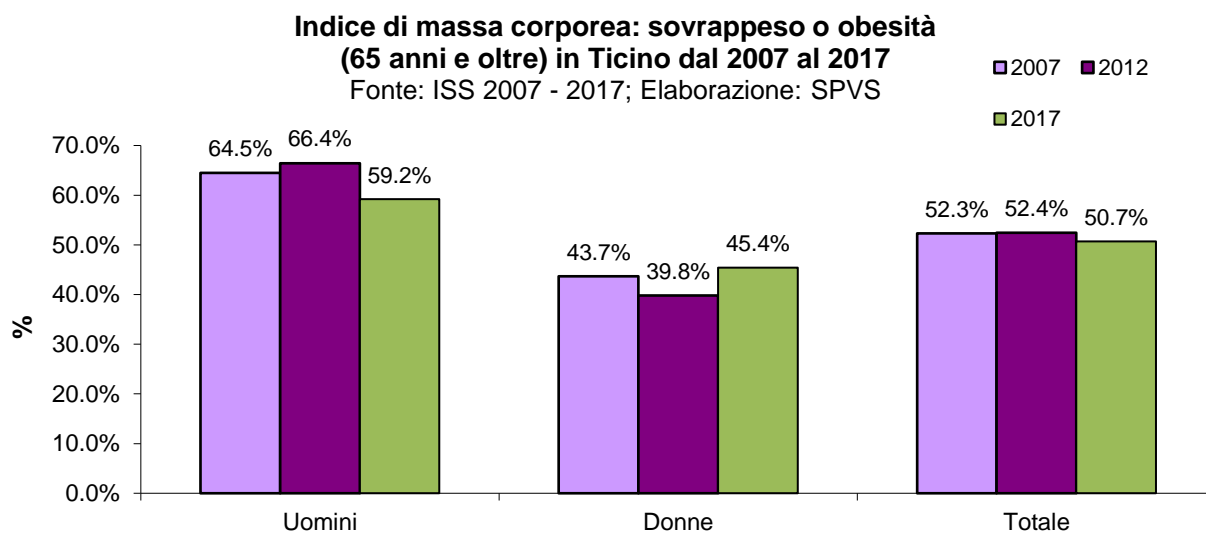


La salute dei 65+ - Fattori di rischio e di protezione

- [Indice di massa corporea e sedentarietà](#)
- [Attenzione all'alimentazione](#)
- [Consumo di alcol](#)
- [Cadute](#)

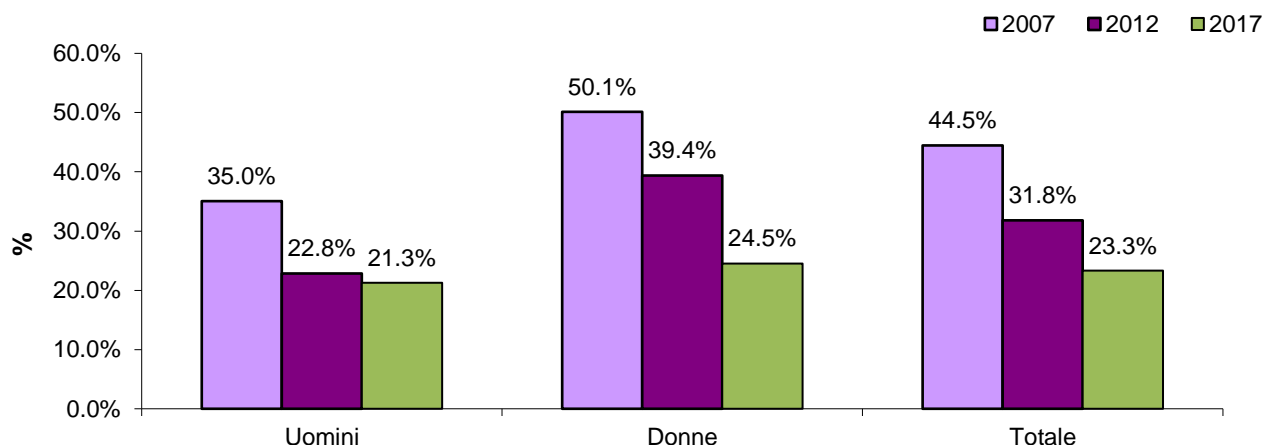
Indice di massa corporea e sedentarietà



Tra gli anziani dal 2007 al 2017 non si è assistito ad una riduzione della prevalenza di persone in sovrappeso o obese, attestandosi sempre oltre il 50%. Differenze significative continuano a riscontrarsi tra i sessi: tra gli uomini, pur notando una riduzione rispetto al 2007, nel 2017, circa 6 persone su 10 risultavano in sovrappeso / obese; tra le donne, nonostante la sostanziale minore prevalenza rispetto agli uomini, i dati del 2017 (45.4%) non confermano la riduzione riscontrata dal 2007 al 2012.

Sedentarietà tra gli anziani (65 anni e oltre) in Ticino dal 2007 al 2017

Fonte: ISS 2007 - 2017; Elaborazione: SPVS

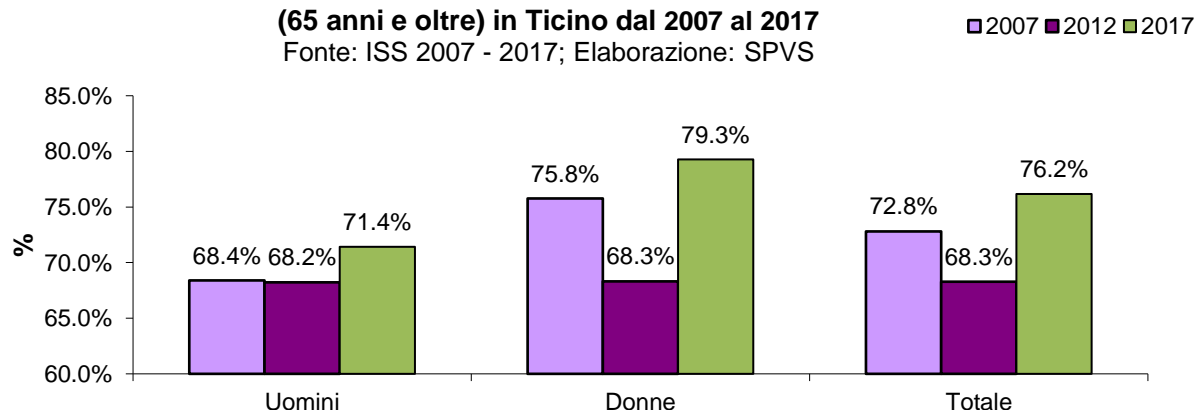


La prevalenza di persone anziane sedentarie si è quasi dimezzata dal 2007 al 2017, passando dal 44.5% al 23.3%. Questa tendenza positiva si riscontra soprattutto tra le donne, dove nell'arco di un decennio la percentuale è scesa dal 50.1% al 24.5%; negli uomini il livello di sedentarietà si è ridotto di circa il 14%, scendendo dal 35% al 21.3%. E' importante osservare che i dati del 2017 non evidenziano differenze sostanziali tra i due sessi, come invece avveniva nel 2012 e nel 2007.

Attenzione all'alimentazione

Attenzione all'alimentazione (65 anni e oltre) in Ticino dal 2007 al 2017

Fonte: ISS 2007 - 2017; Elaborazione: SPVS

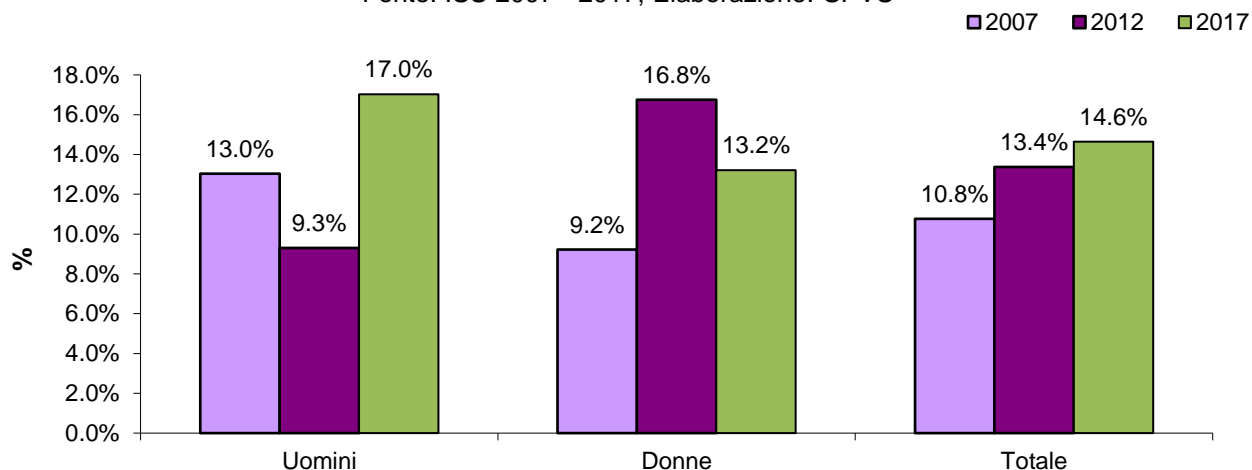


Tra le persone di 65+ anni, la prevalenza di chi afferma di fare attenzione alla propria alimentazione rimane elevata nel tempo: nonostante il calo riscontrato tra il 2007 (72.8%) e il 2012 (68.3%), nel 2017 la percentuale raggiungeva il 76.2%. Si riscontrano tuttavia delle tendenze differenti tra i sessi: tra gli uomini, le percentuali sono rimaste sostanzialmente invariate tra il 2007 e il 2012 e si è assistito ad un leggero aumento di circa 3 punti percentuali nel 2017; tra le donne, vi è sempre una maggiore attenzione all'alimentazione rispetto agli uomini, eccezion fatta per il 2012, inoltre si assiste ad un importante incremento di questa sensibilità dal 2012 (68.3%) al 2017 (79.3%).

Consumo di alcol

Consumo di alcol cronico: rischio medio-alto (65 anni e oltre) in Ticino dal 2007 al 2017

Fonte: ISS 2007 - 2017; Elaborazione: SPVS

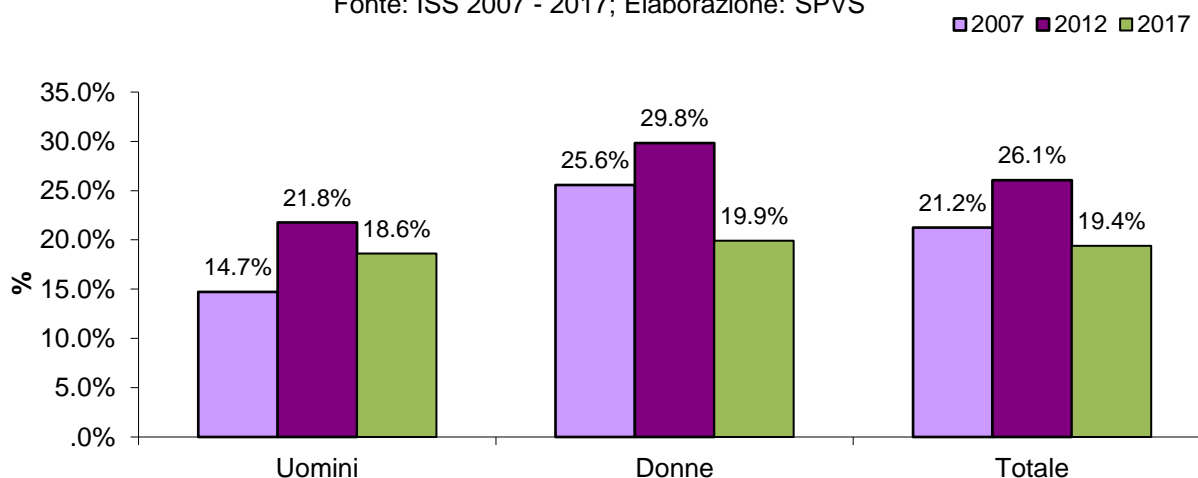


Tra le persone di 65+ anni, si è assistito ad un aumento della prevalenza del consumo di alcol cronico dal 10.8% nel 2007 al 14.6% nel 2017. Si riscontrano differenze significative tra i sessi: tra le donne, il consumo a rischio risultava minore rispetto agli uomini negli anni 2007 e 2017, mentre nel 2012 la prevalenza in questo gruppo era quasi doppia di quella riferita agli uomini (16.8% vs 9.3%).

Cadute

Cadute tra gli anziani (65 anni e oltre) in Ticino dal 2007 al 2017

Fonte: ISS 2007 - 2017; Elaborazione: SPVS



In Ticino, la prevalenza delle persone anziane che hanno riferito di essere cadute negli ultimi 12 mesi è passata dal 21.2% nel 2007 al 26.1% nel 2012 per poi scendere al 19.4% nel 2017. La stessa evoluzione si riscontra sia nelle donne sia negli uomini. Il grafico evidenzia, tuttavia, che questo fenomeno continua a verificarsi maggiormente nella popolazione anziana di sesso femminile.

Dati analitici

Indice di massa corporea (65+), Ticino, 2007

	Sesso					
	Uomo		Donna		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Sottopeso	1	.6%	16	5.2%	17	3.3%
Peso normale	66	34.9%	136	51.2%	202	44.4%
Sovrappeso	73	47.0%	89	35.1%	162	40.0%
Obesità	26	17.5%	27	8.6%	53	12.3%
Totale	166	100.0%	268	100.0%	434	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Indice di massa corporea (65+), Ticino, 2012

	Sesso					
	Uomo		Donna		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Sottopeso	2	1.1%	11	7.7%	13	4.6%
Peso normale	49	32.5%	88	52.5%	137	43.0%
Sovrappeso	76	49.8%	43	30.6%	119	39.7%
Obesità	24	16.6%	15	9.2%	39	12.7%
Totale	151	100.0%	157	100.0%	308	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Indice di massa corporea (65+), Ticino, 2017

	Sesso					
	Uomo		Donna		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Sottopeso	0	0.0%	10	5.0%	10	3.1%
Peso normale	52	40.8%	99	49.7%	151	46.3%
Sovrappeso	52	39.7%	69	35.2%	121	36.9%
Obesità	24	19.5%	20	10.2%	44	13.7%
Totale	128	100.0%	198	100.0%	326	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Grado di attività fisica settimanale (65+), Ticino, 2007

	Sesso					
	Uomini		Donne		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Inattivo	36	35.0%	110	50.1%	146	44.5%
Parzialmente attivo	13	12.7%	23	15.9%	36	14.7%
Attivo	62	52.2%	69	33.9%	131	40.8%
Totale	111	100.0%	202	100.0%	313	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Grado di attività fisica settimanale (65+), Ticino, 2012

	Sesso					
	Uomini		Donne		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Inattivo	32	22.8%	57	39.4%	89	31.8%
Parzialmente attivo	17	14.6%	20	11.3%	37	12.8%
Attivo	97	62.5%	82	49.3%	179	55.4%
Totale	146	100.0%	159	100.0%	305	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Grado di attività fisica settimanale (65+), Ticino, 2017

	Sesso					
	Uomini		Donne		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Inattivo	23	21.3%	44	24.5%	67	23.3%
Parzialmente attivo	16	11.6%	41	19.6%	57	16.6%
Attivo	89	67.1%	114	55.9%	203	60.1%
Totale	128	100.0%	199	100.0%	327	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute

Attenzione all'alimentazione (65+) negli ultimi 12 mesi, Ticino, 2007

	Sesso					
	Uomini		Donne		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Sì, faccio attenzione	112	68.4%	220	75.8%	332	72.8%
No, non faccio attenzione	56	31.6%	63	24.2%	119	27.2%
Totale	168	100.0%	283	100.0%	451	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Attenzione all'alimentazione (65+) negli ultimi 12 mesi, Ticino, 2012

	Sesso					
	Uomini		Donne		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Si, faccio attenzione	126	68.2%	143	68.3%	269	68.3%
No, non faccio attenzione	56	31.8%	54	31.7%	110	31.7%
Totale	182	100.0%	197	100.0%	379	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Attenzione all'alimentazione (65+) negli ultimi 12 mesi, Ticino, 2017

	Sesso					
	Uomini		Donne		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Si, faccio attenzione	113	71.4%	181	79.3%	294	76.2%
No, non faccio attenzione	46	28.6%	46	20.7%	92	23.8%
Totale	159	100.0%	227	100.0%	386	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Consumo cronico di alcol (65+) negli ultimi 12 mesi, Ticino, 2007

	Sesso					
	Uomini		Donne		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Astemio	23	15.3%	127	47.7%	150	34.6%
Rischio basso	110	71.7%	118	43.1%	228	54.6%
Rischio medio/alto	19	13.0%	24	9.2%	43	10.8%
Totale	152	100.0%	269	100.0%	421	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute

Consumo cronico di alcol (65+) negli ultimi 12 mesi, Ticino, 2012

	Sesso					
	Uomini		Donne		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Astemio	19	12.0%	68	37.3%	87	25.8%
Rischio basso	131	78.6%	93	45.9%	224	60.8%
Rischio medio/alto	14	9.3%	23	16.8%	37	13.4%
Totale	164	100.0%	184	100.0%	348	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera in Svizzera

Consumo cronico di alcol (65+) negli ultimi 12 mesi, Ticino, 2017

	Sesso					
	Uomini		Donne		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Astemio	14	9.5%	71	34.1%	85	24.8%
Rischio basso	105	73.4%	118	52.7%	223	60.5%
Rischio medio/alto	22	17.0%	29	13.2%	51	14.6%
Totale	141	100.0%	218	100.0%	359	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Cadute tra gli anziani (65+) negli ultimi 12 mesi, Ticino, 2007

	Sesso					
	Uomini		Donne		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Sì	26	14.7%	73	25.6%	99	21.2%
No	140	85.3%	211	74.4%	351	78.8%
Totale	166	100.0%	284	100.0%	450	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Cadute tra gli anziani (65+) negli ultimi 12 mesi, Ticino, 2012

	Sesso					
	Uomini		Donne		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Sì	36	21.8%	55	29.9%	91	26.1%
No	146	78.2%	140	70.2%	286	73.9%
Totale	182	100.0%	195	100.0%	377	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Cadute tra gli anziani (65+) negli ultimi 12 mesi, Ticino, 2017

	Sesso					
	Uomini		Donne		Totale	
	N	%	N	%	N	%
Sì	28	18.6%	42	19.9%	70	19.4%
No	131	81.4%	185	80.1%	316	80.6%
Totale	159	100.0%	227	100.0%	386	100.0%

% percentuale ponderata

Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera

Per approfondire

Dati nazionali e regionali, 1992-2017 (Ufficio federale di statistica)

Tabelle standardizzate ISS 1992-2017, Capitolo "Comportements": dati per sesso, fasce di età, nazionalità, regione linguistica, grandi regioni (Ticino incluso) e livelli di formazione.

<https://www.portal-stat.admin.ch/sgb2017/files/fr/02a.xml>

Fonte dei dati

Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera (ISS), 2007-2017. Cfr. anche la scheda "[Nota metodologica](#)" relativa all'indagine ISS.

Ultimo aggiornamento dei dati

Gennaio 2022.