



piano REGIONALE di
PREVENZIONE DEL
FRIULI venezia giulia
2021 - 2025

Udine 20 giugno 2022

Luana Sandrin

Direzione centrale salute politiche sociali e disabilità



IL PIANO PREVENZIONE

Macrobiettivi

1. Malattie croniche non trasmissibili
2. Dipendenze da sostanze e comportamenti
3. Incidenti stradali e domestici
4. Infortuni e incidenti sul lavoro, malattie professionali
5. Ambiente, salute e clima
6. Malattie infettive prioritarie





La demografia in FVG



- Popolazione residente: 1.206.216 ↓
- Numero di nati (2020) 7434 ↓
- Natalità (nati vivi/pop media)*1000: donne italiane 6,2 donne straniere 11,6
- Speranza di vita alla nascita (in anni) maschi 81,3 femmine 85,8
- Indice di vecchiaia (pop65+/pop0-14)% 231,2 ↑ nel 2012 era 190
- La differenza tra aspettativa di vita e aspettativa di vita sana (circa 13 anni per le donne e 10 per gli uomini) evidenzia come le persone nella nostra regione **vivano più a lungo ma passino anche più anni in cattiva salute, con malattie e disabilità.**



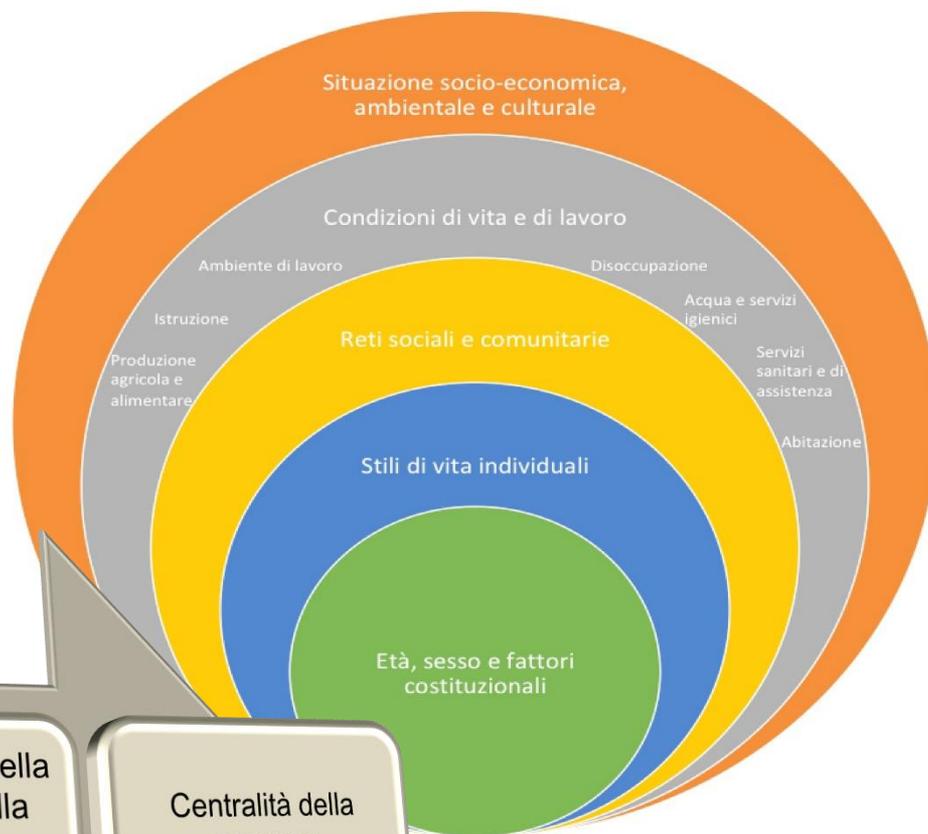
Concetti chiave

Approccio one health



Agenda 2030

Salute in tutte le politiche



agire
sui determinanti di
salute
sull'equità e contrasto
disuguaglianze

il ruolo cruciale della
promozione della
salute e della
prevenzione

Centralità della
persona



La sedentarietà

- *in Italia la sedentarietà è responsabile del 14,6% di tutti i decessi e costa al sistema sanitario 1,6 miliardi di euro*
- Secondo i dati dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, l'inattività fisica è il quarto fattore di rischio di mortalità a livello globale: circa 3,2 milioni di persone muoiono ogni anno perché non abbastanza attive.
- È causa principale di tumori della mammella e del colon (23%), del diabete (27%) e malattie cardiache ischemiche (30%)



Vita attiva

[home](#) / [vita attiva](#)

Il progetto

I nostri comportamenti e le scelte di vita, quali le abitudini alimentari, praticare il movimento e fare attività fisica, il consumo di alcol, l'abitudine al fumo, vanno a incidere sulla salute e il benessere delle singole persone. Ognuno può scegliere di stare bene con piccole azioni quotidiane.



Gruppi di cammino



Attività all'aperto



Attività al chiuso



FVG in movimento



Gli effetti dell'attività fisica sulla salute degli adulti

↑ **Evidenza forte**

↑ **Evidenza media**

- ↑ Attesa di vita
- ↑ Fitness cardiorespiratoria
- ↑ Fitness muscolare
- ↑ Controllo del peso corporeo
- ↑ Mantenimento di una composizione corporea sana
- ↑ Salute delle ossa
- ↑ Qualità del sonno
- ↑ Qualità della vita in relazione alla salute

- ↓ Malattie alle coronarie
- ↓ Ipertensione
- ↓ Infarto
- ↓ Diabete tipo II
- ↓ Sindrome metabolica
- ↓ Cancro al colon
- ↓ Cancro al seno
- ↓ Depressione

Nei più anziani

- ↓ *Rischio di cadute*
- ↑ *Salute funzionale / indipendenza*
- ↑ *Funzioni cognitive*

Perché muoversi?

Physical Activity Guidelines Advisory Committee. Physical Activity Guidelines Advisory Committee Report, 2008. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, 2008.



MESSAGGI CHIAVE

(Organizzazione mondiale della salute)

Fare un po' di attività fisica è meglio di niente

Aumentare la quantità di attività fisica
permette di avere ulteriori benefici per la
salute

Qualsiasi tipo di movimento conta



PP02 Comunità attive



Il Programma mira a promuovere l'adozione consapevole di uno stile di vita sano e attivo in tutte le età per contribuire al controllo delle MCNT e ridurre le complicità

Inattività fisica e sedentarietà contribuiscono al carico di malattie croniche ed impediscono un invecchiamento in buona salute, con un impatto maggiore nelle aree e nei gruppi di popolazione più svantaggiati.

Attività ed esercizio fisico non solo contribuiscono in ogni età a migliorare la qualità della vita, ma influiscono positivamente sulla salute, sul benessere e sull'adozione di altri stili di vita salutari, anche attraverso processi di inclusione ed aggregazione nella società.

Promuovere l'attività fisica è un'azione di sanità pubblica prioritaria

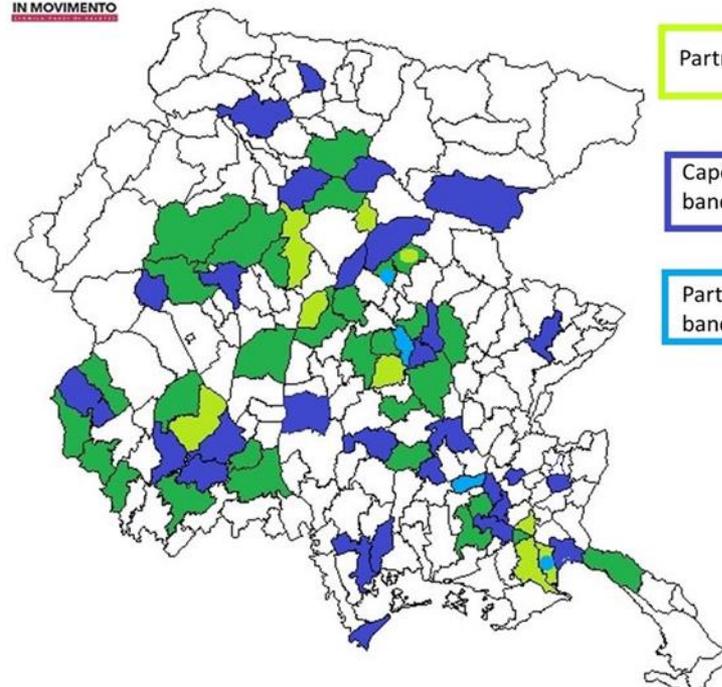
Necessita di **strategie integrate** che tengano conto del peso dei **determinanti economici e politici** di settori quali la pianificazione urbanistica e dei trasporti, l'istruzione, l'economia, lo sport e la cultura e coinvolgano, quindi, il più ampio numero di stakeholder, riconoscendo **identità e ruoli**



FVG in Movimento 10mila passi di Salute



Progetto promosso,
sostenuto dalla Direzione
centrale salute e realizzato
da Federsanità ANCI FVG
insieme ad ANCI FVG ai
Comuni, al SSR e alle
Associazioni locali
70 Comuni hanno
partecipato al progetto con
59 percorsi in tutta la
Regione



Capofila primo bando

Partner primo bando

Capofila secondo bando

Partner secondo bando





FRIULI VENEZIA GIULIA IN MOVIMENTO

10mila passi di salute



PERCORSO "IL BOSCO INCANTATO"

Il sentiero di Resia si trova a 10 km a sud di Udine, in provincia di Udine, lungo il fiume Resia, appena a sud, a quota compresa tra i 500 e i 600 m s.l.m. È un percorso di 10 km, con un tempo medio di 2-3 ore, adatto a tutti i livelli di preparazione fisica. Il percorso è molto bello, con un paesaggio molto verde e un clima molto piacevole. È un percorso molto sano, con un tempo medio di 2-3 ore, adatto a tutti i livelli di preparazione fisica. Il percorso è molto bello, con un paesaggio molto verde e un clima molto piacevole.

"THE ENCHANTED WOOD" ROUTE
The route is located in the Resia Valley, in the municipality of Resia, in the province of Udine, in the Friuli Venezia Giulia region. It is a 10 km long route, suitable for all levels of physical preparation. The route is very beautiful, with a very green landscape and a very pleasant climate. It is a very healthy route, with a medium time of 2-3 hours, suitable for all levels of physical preparation. The route is very beautiful, with a very green landscape and a very pleasant climate.



Small text caption for the church image.

Grazie dell'attenzione



FRIULI VENEZIA GIULIA IN MOVIMENTO

10 MILA PASSI DI SALUTE

FRIULI VENEZIA GIULIA IN MOVIMENTO

10mila passi di salute



ANELLO DEGLI ANTICHI MESTIERI

Il sentiero di Andria si trova a 10 km a sud di Udine, in provincia di Udine, lungo il fiume Resia, appena a sud, a quota compresa tra i 500 e i 600 m s.l.m. È un percorso di 10 km, con un tempo medio di 2-3 ore, adatto a tutti i livelli di preparazione fisica. Il percorso è molto bello, con un paesaggio molto verde e un clima molto piacevole. È un percorso molto sano, con un tempo medio di 2-3 ore, adatto a tutti i livelli di preparazione fisica. Il percorso è molto bello, con un paesaggio molto verde e un clima molto piacevole.

THE RING OF ANCIENT TRADES

The Ring of Ancient Trades is located in the Resia Valley, in the municipality of Resia, in the province of Udine, in the Friuli Venezia Giulia region. It is a 10 km long route, suitable for all levels of physical preparation. The route is very beautiful, with a very green landscape and a very pleasant climate. It is a very healthy route, with a medium time of 2-3 hours, suitable for all levels of physical preparation. The route is very beautiful, with a very green landscape and a very pleasant climate.



Small text caption for the bottom left image.

Small text caption for the bottom right image.