

In quattro su cinque ci sentiamo in buona o in ottima salute

I risultati ticinesi dell'Indagine sulla salute in Svizzera (ISS) 2007

Osservatorio svizzero della salute (Obsan), Ufficio federale della statistica, Neuchâtel*

Salute soggettiva

Una netta maggioranza della popolazione si considera in buona od ottima salute: i quattro quinti (80,8%) delle persone interrogate nel cantone hanno risposto *buona o molto buona* alla domanda *Com'è la sua salute in generale?* Questa percentuale è inferiore alla media svizzera (86,7%) e a quelle rilevate nella Svizzera tedesca (87,5%) e francese (85,6%). Dal 2002 al 2007, la percentuale di persone che si considera in (molto) buona salute è diminuita di quattro punti percentuali nel cantone Ticino.

Questa percentuale diminuisce con l'età e aumenta con il grado di formazione.

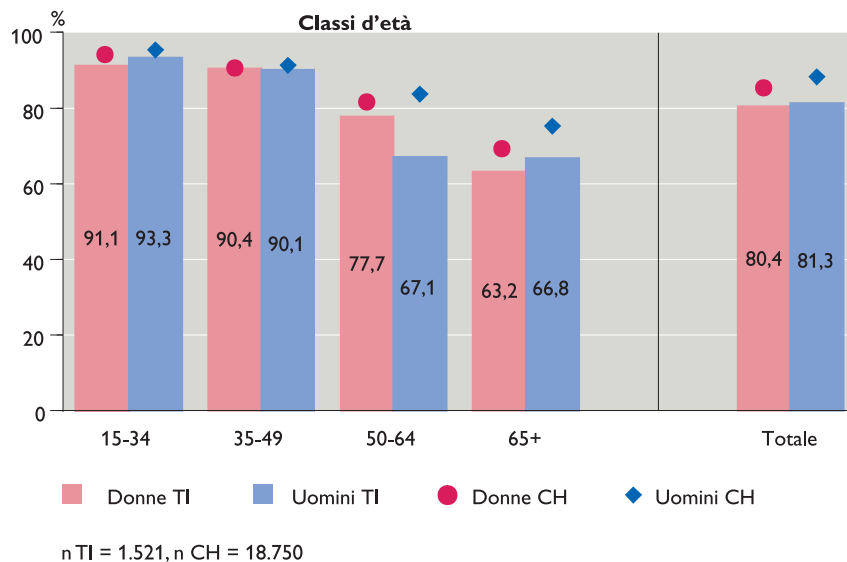
In generale, la percentuale di persone che si considera in buona od ottima salute è la stessa per le **donne** e gli **uomini**, ma emergono differenze con l'avanzare dell'età. In Svizzera, a partire dai 65 anni, questa proporzione è più elevata per gli uomini che per le donne. In Ticino, i risultati tendono a indicare una differenza tra i sessi nelle classi d'età 50-64 anni e dai 65 anni in su. Va notato che gli uomini tra i 50 e i 64 anni si considerano in (molto) buona salute meno spesso delle loro coetanee.

L'85% circa dei Ticinesi che hanno concluso una **formazione** di grado secondario II o terziario giudica buono od ottimo il proprio stato di salute. La percentuale è nettamente inferiore (64,1%) tra le persone senza una formazione post-obbligatoria.

* Il testo è stato tratto dalla brochure pubblicata dal Dipartimento della sanità e della socialità in collaborazione con l'Obsan.

Concetto e realizzazione di Daniela Schuler, Laila Burla, Andrea Zumbunn, Florence Moreau-Gruet e Oliver Egger (Obsan).

A Persone che si considerano in buona od ottima salute (in %)



Fonte: UST, Indagine sulla salute in Svizzera (ISS) 2007.

foto Ti-Press / Davide Agosta



B Persone che si sentono limitate nelle attività quotidiane da un problema di salute (da almeno 6 mesi) (in %)

Limitazione nelle attività quotidiane dovuta a un problema di salute

Il 18,3% delle persone interrogate nel cantone Ticino si sente *limitato nelle attività quotidiane da un problema di salute*¹. La proporzione è la stessa nella Svizzera francese², dove a lamentare limitazioni di questo genere sono più **donne che uomini** (risp. 20,2% e 16,4%). Una tendenza analoga si osserva anche nel cantone Ticino.

La percentuale di persone limitate nelle loro attività quotidiane aumenta con l'**età**: è del 9,4% nella classe d'età 15-34 anni e sale al 28,9% nelle persone dai 65 anni in su. Valori analoghi sono rilevati anche nella Svizzera francese.

La percentuale di persone che si sentono limitate nelle proprie attività quotidiane varia fortemente secondo il **grado di formazione**: il 27,4% delle persone senza formazione post-obbligatoria contro il 16,4% delle persone con un grado di formazione più elevato (secondario II, terziario).

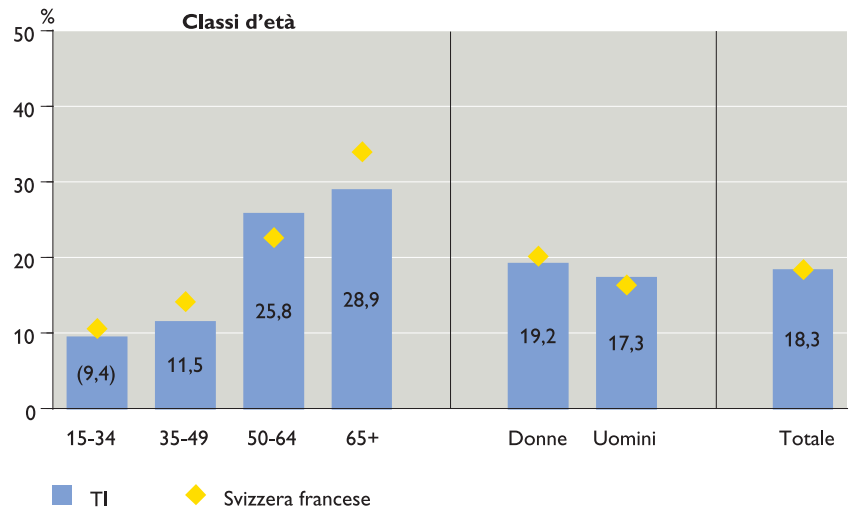
Problemi psichici

L'indagine sulla salute in Svizzera non consente di diagnosticare i problemi psichici in senso clinico, ma si interessa comunque ad alcuni aspetti legati a questi problemi, come il *nervosismo, l'abbattimento, la tristezza, la mancanza di calma e di serenità, la svogliatezza*.

Più di un quinto (21,8%) dei Ticinesi dichiara di soffrire di problemi psichici gravi o medi. La percentuale è identica a quella della Svizzera francese e superiore a quella della Svizzera tedesca (15,1%, media svizzera: 17,0%).

Le **donne** dichiarano più spesso degli **uomini** di avere problemi psichici gravi o medi, sia nel cantone Ticino (26,1% donne, 16,8% uomini), sia a livello svizzero (19,0% donne, 14,9% uomini).

A livello nazionale, i problemi psichici diminuiscono leggermente con l'**età**. Nel cantone Ticino, invece, la tendenza è inversa:

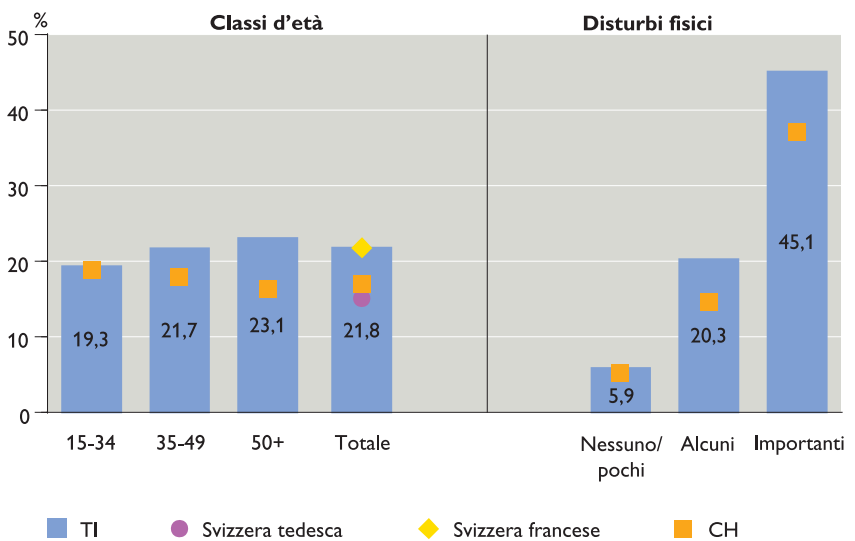


n TI= 1.387, n Svizzera Francese = 5.244

le cifre tra parentesi indicano una rappresentatività statistica limitata (n<30)

Fonte: UST, ISS 2007.

C Persone con problemi psichici gravi o medi nelle 4 settimane prima dell'indagine (in %)



n TI = 1.406, n Svizzera tedesca = 10.939, n Svizzera francese = 5.289, n CH = 17.634

Fonte: UST, ISS 2007.

le persone anziane soffrono più spesso di problemi psichici rispetto ai giovani.

In Ticino, come a livello svizzero, le persone senza **formazione** post-obbligatoria dichiarano più spesso di soffrire di problemi psichici gravi o medi rispetto a chi ha un gra-

do di formazione più elevato (Ticino: 28,5% senza formazione, 20,5% con formazione; Svizzera: 23,8% senza formazione, 16,1% con formazione).

C'è un legame tra i problemi psichici e i **disturbi fisici**: il 45,1% dei Ticinesi che lamenta-

¹ In quale misura le sue attività quotidiane sono limitate da almeno 6 mesi per un problema di salute? (fortemente limitato; limitato, ma non fortemente; non limitato).

² A causa delle tecniche d'indagine, è possibile solo un confronto tra la Svizzera italiana e quella francese.

no disturbi fisici gravi soffre anche di problemi psichici gravi o medi. Tra le persone che non hanno o hanno pochi disturbi fisici, solo il 5,9% soffre di problemi psichici.

Sintomi depressivi

Nel quadro dell'Indagine sulla salute in Svizzera, le persone sono interrogate anche sull'eventuale presenza di sintomi depressivi³. Le risposte da esse fornite possono essere interpretate come segnali di un umore depressivo, ma non rappresentano una diagnosi clinica. Possono costituire segnali che anticipano uno stato depressivo più marcato e hanno conseguenze importanti sulla qualità di vita e sulla capacità di lavorare e di curare le relazioni sociali.

Nel cantone Ticino, il 21,8% delle persone interrogate manifesta sintomi depressivi: il 16,2% soffre di sintomi leggeri, il 5,6% di sintomi medi o importanti. È molto probabile che queste percentuali in verità siano più elevate, perché spesso le persone che soffrono di sintomi depressivi importanti non sono in grado di partecipare a un lungo sondaggio telefonico oppure sono ricoverate in ospedale e dunque non partecipano all'indagine.

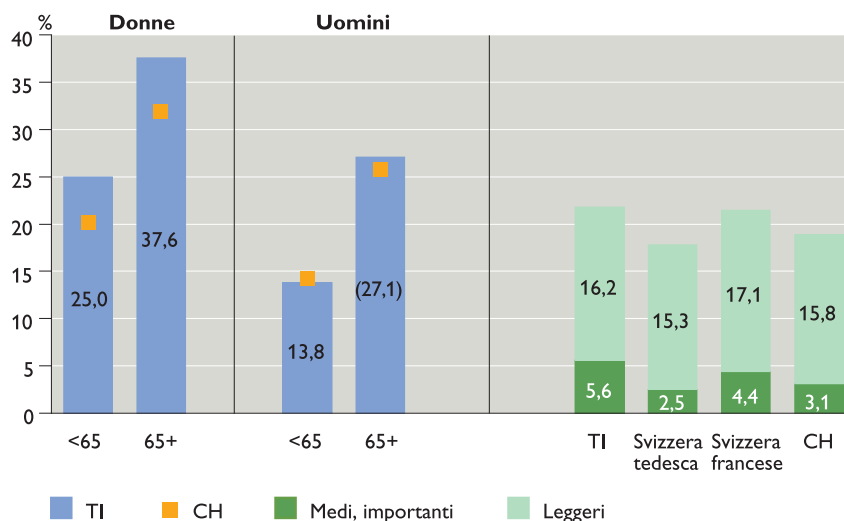
Le donne dichiarano più sovente degli uomini di soffrire di sintomi depressivi. A livello nazionale e ticinese, il 16% circa degli uomini ammette il problema. Tra le donne, la percentuale è più alta sia nel cantone Ticino (27,2%) sia per l'insieme della Svizzera (21,9%).

Questi sintomi aumentano con l'età, a prescindere dal sesso: il 37,6% delle donne e il 27,1% degli uomini dai 65 anni in su ne soffrono, a fronte del 25,0% delle donne e del 13,8% degli uomini sotto i 65 anni.

Più il **grado di formazione** è elevato, più la percentuale di popolazione con sintomi depressivi è bassa: il 33,1% delle persone senza formazione post-obbligatoria dichiara di soffrire di sintomi depressivi, contro il 20% circa delle persone con una formazione più elevata (gradi secondario II e terziario).

³ Tristezza, abbattimento o morale a terra; mancanza d'interesse, fatica o sfinimento; mancanza di appetito o perdita di peso; problemi di sonno; lentezza nell'esprimersi o nel muoversi; mancanza di stimolo sessuale; mancanza di fiducia o di stima in sé stessi; difficoltà di concentrazione o nel prendere decisioni; idee di morte o di suicidio

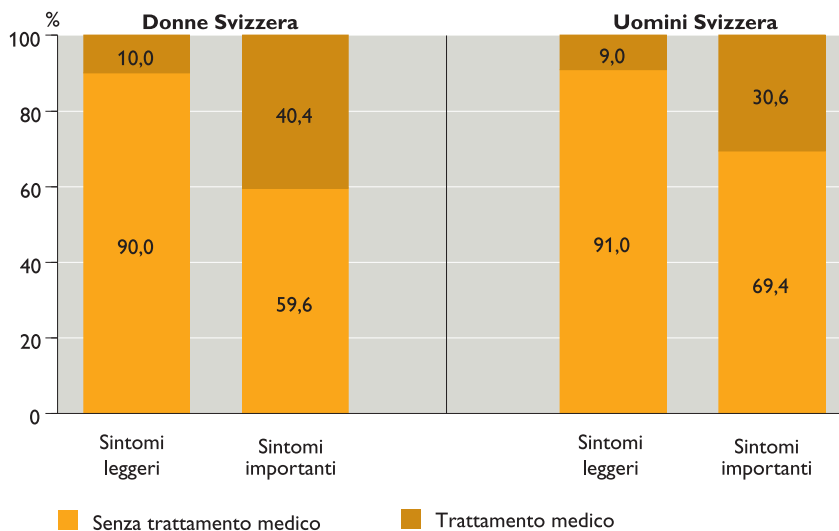
D Persone con sintomi depressivi nelle 2 settimane prima dell'indagine (in %)



n TI = 956, n Svizzera tedesca = 7.943, n Svizzera francese = 3.757, n CH = 12.656
le cifre tra parentesi indicano una rappresentatività statistica limitata (n<30)

Fonte: UST, ISS 2007.

E Persone con sintomi depressivi secondo il trattamento medico (in %)



n CH = 12.061

Fonte: UST, ISS 2007.



foto Ti-Press / Davide Agosta

rio). Tale considerazione vale per l'insieme della Svizzera e tendenzialmente anche per il cantone Ticino.

A livello nazionale, non si è notata alcuna differenza di rilievo tra il **2002** e il **2007**. Nel cantone Ticino, invece, la percentuale di persone con sintomi depressivi è diminuita, passando dal 28,2% al 21,8%.

Trattamento delle depressioni

Il 6,1% dei Ticinesi dichiara di essersi sottoposto a un trattamento medico per una depressione nel corso dei 12 mesi precedenti l'indagine. Tra i Ticinesi con sintomi depressivi, il 13,9% era in cura. La proporzione è la stessa a livello nazionale.

Tra le persone che in Svizzera manifesta-

no sintomi depressivi leggeri, il 9,6% era in cura l'anno precedente l'indagine. Questa percentuale raggiunge il 40,4% per le **donne** e il 30,6% tra gli **uomini** che presentano sintomi depressivi importanti. Questi ultimi segnalano una depressione seria che dovrebbe essere curata da uno specialista.

Attività fisica

Un'attività fisica regolare rappresenta un elemento importante per una vita sana. Distinguiamo tre livelli di attività.

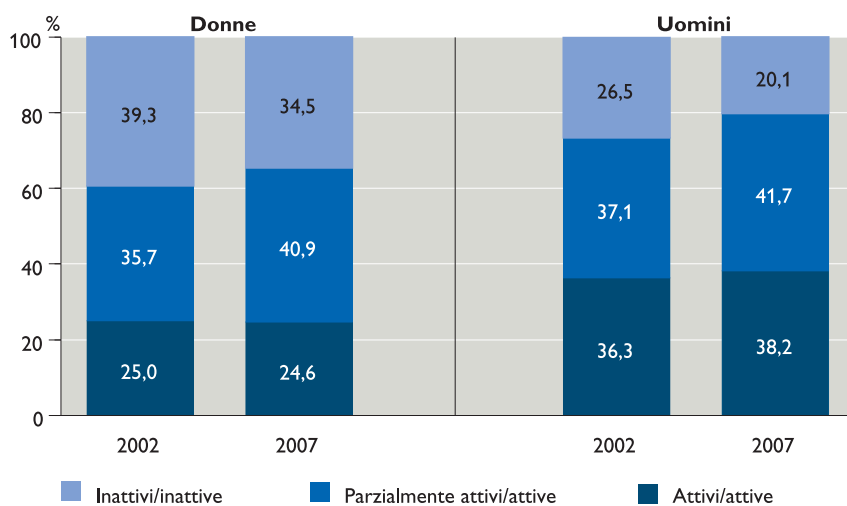
- **Attivo:** almeno 30 minuti di attività di media intensità (tale da provocare affanno) per almeno 5 giorni a settimana oppure per almeno 3 giorni a settimana con episodi di sudorazione.
- **Parzialmente attivo:** almeno 30 minuti di attività fisica di media intensità a settimana o un giorno con episodi di sudorazione.
- **Inattivo:** nessuna attività fisica.

Tra il **2002** e il **2007**, la percentuale di persone parzialmente attive nel cantone Ticino è passata dal 36,4% al 41,2% (Svizzera: dal 44,8% al 43,0%), mentre la percentuale di persone inattive è calata dal 33,4% al 27,9% (Svizzera: dal 19,4% al 15,9%). Questa tendenza è stata riscontrata soprattutto tra gli **uomini**. La percentuale di persone che non svolge alcuna attività fisica resta più elevata tra le **donne** (34,5%) che tra gli uomini (20,1%).

La percentuale di persone fisicamente attive varia con l'**età**. Si attesta al 40,7% nella classe d'età **15-34** anni e scende al 26,0% nella classe d'età **35-49** anni, per poi risalire al 28,5% tra le persone dai 65 anni in su.

Il **grado di formazione**, inoltre, incide notevolmente su tale comportamento: il 48,7% delle persone senza formazione post-obbligatoria è inattivo, a fronte del 20,0% delle persone con una formazione di grado terziario.

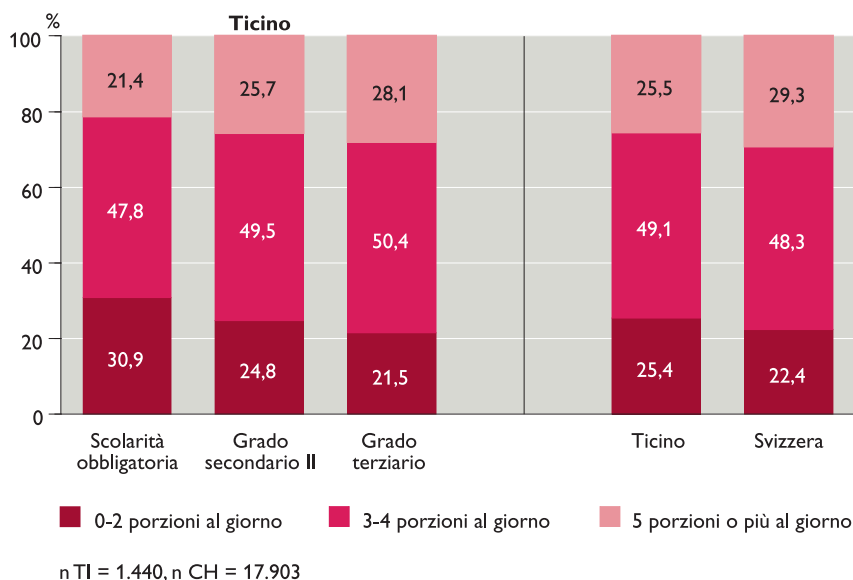
F Persone per grado di attività fisica (in %)



2002: n TI = 1.411; 2007: n TI = 1.437

Fonte: UST, ISS 2002, 2007.

G Persone secondo il consumo giornaliero di frutta e/o verdura (in %)



Fonte: UST, ISS 2007.

Alimentazione

Oltre a contribuire a regolare il peso corporeo, un'alimentazione equilibrata, se abbinata a un apporto sufficiente di bevande senz'alcol, ha altri effetti positivi sulla salute. Come dimostra il grafico seguente, un quarto (25,5%) della popolazione ticinese rispetta la raccomandazione di consumare almeno cinque porzioni di frutta o verdura al giorno. La media svizzera è tuttavia più elevata (29,3%).

Si constata altresì che le persone con un **grado di formazione** secondario II o terziario consumano più frutta e verdura di quelle senza una formazione post-obbligatoria. In Ticino, le **donne** (30,9%) seguono maggiormente la raccomandazione degli **uomini** (18,8%).

L'Ufficio federale della sanità pubblica raccomanda di bere da uno a due litri di bevande senz'alcol al giorno, di preferenza bibite non zuccherate. Le bevande alcoliche e quelle contenenti caffeina dovrebbero essere consumate in quantità modeste. In Ticino, quasi il 41,7% della popolazione beve troppo poco. In media, gli **uomini** (1,7 litri) bevono più delle **donne** (1,4 litri) e i **giovani** (1,7 litri) più degli **anziani** (1,3 litri). La percentuale di persone che bevono un litro o meno al giorno raggiunge il 34,5% tra i minori di 35 anni e il 50,7% tra chi ha dai 65 anni in su.

Peso corporeo

Un peso corporeo elevato è un fattore di rischio per la salute. L'*indice di massa corporea (IMC)* consente di sapere se una persona ha un peso normale o se è in sovrappeso. L'*IMC*

si definisce come segue: $IMC = (\text{peso corporeo in kg}) / (\text{l'altezza in m})^2$.

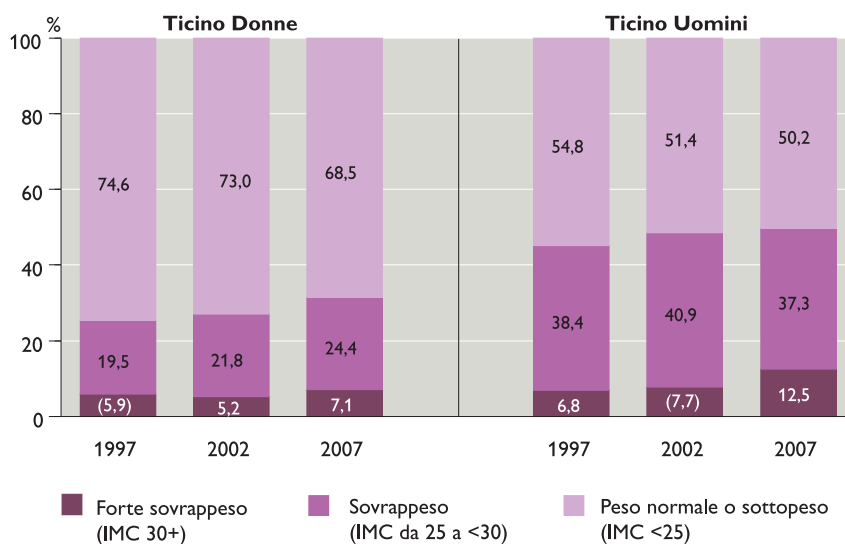
Esempio: per un uomo di 75 kg e 1,80 m di altezza si ottiene un indice pari a: $75 / (1,8 \times 1,8) = 75 / 3,24 = 23,1$.

Secondo l'OMS, le persone con più di 18 anni si suddividono nelle categorie IMC seguenti:

IMC < 18,5 kg/m²: sottopeso
 IMC 18,5 a < 25 kg/m²: peso normale
 IMC 25 a < 30 kg/m²: sovrappeso
 IMC 30 kg/m² e più: obesità (forte sovrappeso)

Nel cantone Ticino, il 31,5% delle **donne** e la metà degli **uomini** (49,8%) sono in sovrappeso od obesi. Tra il **1997** e il **2007**, la percentuale di persone in sovrappeso od obese è passata dal 34,2% al 39,9%. Il Ticino si situa nella media elvetica. Va notato che l'aumento dei casi di sovrappeso e di obesità riguarda soprattutto gli uomini.

H Persone sopra i 18 anni secondo l'indice di massa corporea (IMC) (in %)



1997: n TI = 1.065, 2002: n TI = 1.486, 2007: n TI = 1.453

Le cifre tra parentesi indicano una rappresentatività statistica limitata (n < 30)

Fonte: UST, ISS 1997, 2002, 2007.

Proprio come il sovrappeso, anche il sottopeso può causare problemi di salute. Su scala nazionale, le donne (5,6%) sono molto più spesso sottopeso degli uomini (0,8%). Questa percentuale raggiunge l'8,8% tra le donne minori di 35 anni.

Consumo di alcol

Nel cantone Ticino, il 26,7% degli interrogati consuma bevande alcoliche ogni giorno, il 21,7% almeno una volta alla settimana e il 51,6% raramente o mai. La percentuale di **donne** astemie (45,9%) è più del doppio di quella degli uomini (21,2%). Per contro, la percentuale di **uomini** (36,1%) che consumano bevande alcoliche ogni giorno è due volte quella delle donne (18,4%). La percentuale di persone che consumano quotidianamente alcol aumenta considerevolmente con

l'età e passa dal 6,8% tra le persone dai 15 ai 34 anni al 42,4% tra quelle di 65 e più anni.

Il consumo di alcol nel cantone Ticino è praticamente invariato **dal 1997**.

Il consumo di bevande alcoliche varia notevolmente secondo la regione. Per quanto concerne la percentuale di persone che bevono alcol tutti i giorni, il cantone Ticino (26,7%) si situa nettamente sopra la media svizzera (14,2%), della Svizzera tedesca (12,0%) e della Svizzera francese (18,1%). Risulta però anche che la percentuale di astemi è molto più elevata in Ticino (34,4%) che nel resto della Svizzera (Svizzera tedesca: 15,3%, Svizzera francese: 18,7%, Svizzera: 17,0%).

La frequenza del consumo non fornisce in alcun modo informazioni sulle quantità consumate. A partire da un consumo quotidiano di 20 g di alcol puro⁴ per le donne e di 40 g per gli uomini, una persona corre un rischio medio per la sua salute. Quando il

consumo quotidiano di alcol raggiunge 40 g per le donne e 60 g per gli uomini, si parla di rischio elevato: il 7,7% dei Ticinesi corre un rischio da medio a elevato (Svizzera: 5,0%).

Consumo di tabacco

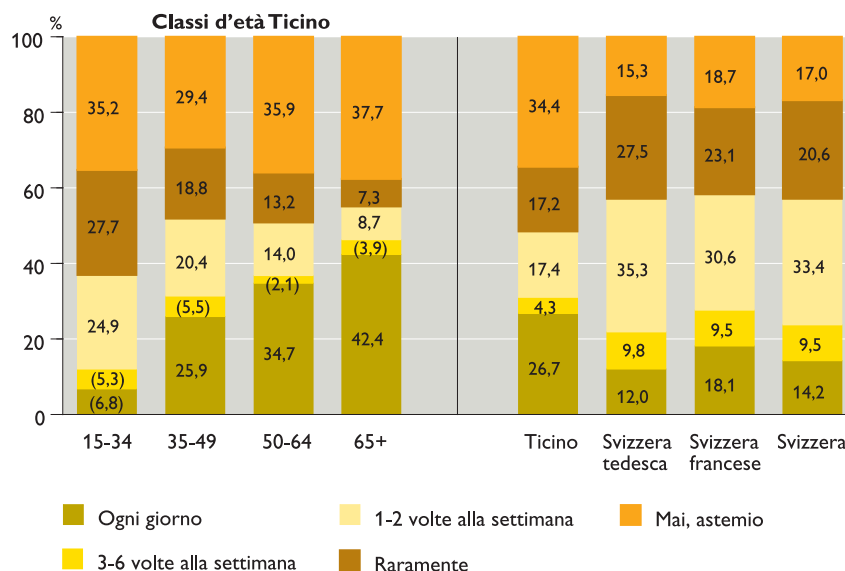
Il fumo è un fattore di rischio importante per il cancro, le malattie cardiovascolari e le malattie polmonari croniche. Circa il 15% di tutti i decessi è dovuto direttamente o indirettamente al consumo di tabacco. Il 27,4% dei Ticinesi fuma, una percentuale vicina alla media nazionale e ai valori rilevati nella Svizzera francese (27,7%) e tedesca (28,0%).

Tra **uomini e donne**, le percentuali di fumatori e non-fumatori sono simili. Si osserva invece una differenza tra i sessi per quanto riguarda la composizione delle persone che non fumano: la percentuale di donne che

foto Ti-Press / Davide Agosta



Personne per frequenza di consumo di alcol (in %)



n TI = 1.518, n Svizzera tedesca = 11.562, n Svizzera francese = 5.651, n CH = 1 8.731
 le cifre tra parentesi indicano una rappresentatività statistica limitata (n < 30)

Fonte: UST, ISS 2007.

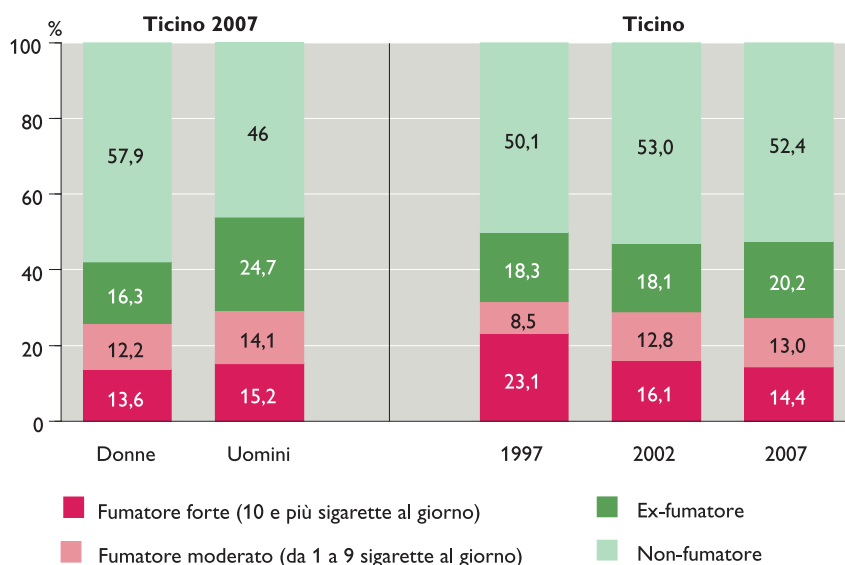
⁴ Corrisponde a due bicchieri standard, ossia la quantità di alcol normalmente servita nella ristorazione (p.es. 3 dl di birra, 1 dl di vino, 25 cl di grappa).

non hanno mai fumato (57,9%) è nettamente superiore a quella degli uomini (46,0%), che in compenso sono più numerosi ad aver smesso di fumare (ex-fumatori: 24,7%, ex-fumatrici: 16,3%).

In generale, la percentuale di fumatori (uomini e donne) nella popolazione diminuisce con l'età (Ticino: 15-34 anni: 33,9%, da 50 anni: 22,3%).

La percentuale di fumatori è diminuita tra il 1997 (31,6%) e il 2007 (27,4%). È pure cambiato il rapporto tra fumatori moderati e forti fumatori. Nel 1997, la maggioranza dei fumatori consumava 10 sigarette o più al giorno (forti fumatori: 23,1%, fumatori moderati: 8,5%). Nel 2007, i forti fumatori (14,4%) costituiscono soltanto la metà dei fumatori.

J Fumatori e non-fumatori (in %)



1997: n TI = 1.085, 2002: n TI = 1.527, 2007: n TI = 1.523

Fonte: UST, ISS 1997, 2002, 2007.

Consumo di medicinali

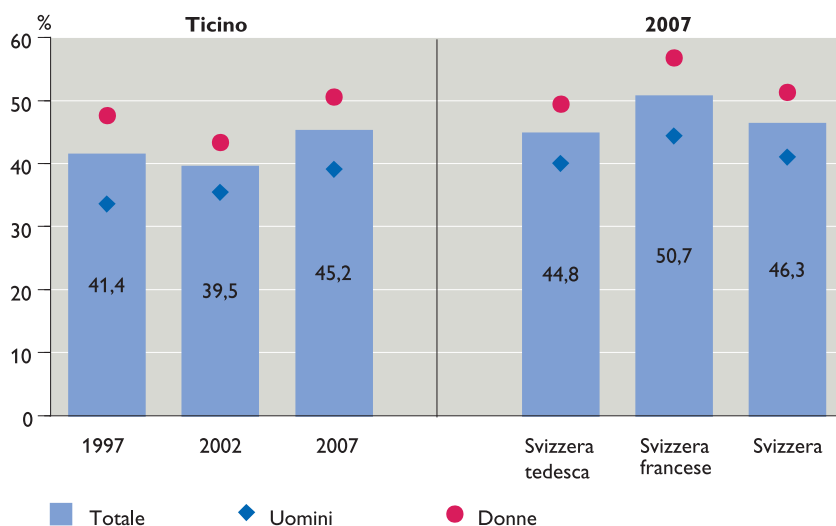
Il 45,2% dei Ticinesi dichiara di aver assunto *almeno un medicinale* nella settimana precedente l'indagine. Questa percentuale è paragonabile a quella rilevata nella Svizzera tedesca e inferiore a quella della Svizzera francese.

Il consumo di medicinali nel cantone Ticino è aumentato di quasi cinque punti percentuali tra il 2002 e il 2007. Nello stesso periodo, ha seguito la stessa tendenza a livello nazionale (passando dal 40,8% al 46,3%). L'aumento in Ticino è imputabile in primo luogo alle **donne**, più numerose degli **uomini** a dichiarare di aver assunto almeno un medicinale nella settimana precedente l'indagine. La differenza tra i sessi è di circa 10 punti percentuali, analogamente a quanto registrato nelle altre regioni linguistiche.

Il consumo di medicinali aumenta con l'età. Il 69,0% dei Ticinesi dai 65 anni in su ha assunto almeno un medicinale nella settimana precedente l'indagine, a fronte del 28,0% tra i minori di 35 anni.

Le persone senza **formazione** post-obbligatoria dichiarano più spesso (56,3%) di

K Persone che hanno assunto medicinali durante la settimana precedente l'indagine (in %)



1997: n TI = 1.107, 2002: n TI = 1.526, 2007: n TI = 1.517, n Svizzera tedesca = 11.565, n Svizzera francese = 5.651, n CH = 18.733

Fonte: UST, ISS 1997, 2002, 2007.



foto Ti-Press / Ely Riva



foto Ti-Press / Davide Agosta

La salute sul lavoro⁵

In Ticino, gran parte (85,1%) delle persone occupate è soddisfatta delle condizioni di lavoro. Ciò non significa tuttavia che nel mondo del lavoro non vi siano problemi e che le persone occupate non siano esposte a sovraccarichi fisici o psichici.

Al contrario: oggi, le *pressioni psichiche* sul lavoro sono molto più presenti e frequenti dei *sovraccarichi fisici*. Nel cantone Ticino, un terzo (32,8%) delle persone attive professionalmente lamenta un impegno fisico molto pesante e la metà (50,4%) afferma di soffrire una pressione psichica elevata. Si tratta di percentuali più alte rispetto alla media nazionale (23,2% e 41,3%).

Il grafico seguente dimostra che gli **uomini** sono più spesso esposti a forti pressioni psichiche (55,1%) e a impegni fisici pesanti (35,8%) delle **donne** (44,8% e 29,1%). Questo risultato potrebbe essere riconducibile alla più alta percentuale di donne impiegate a tempo parziale, poiché sono le persone occupate a tempo pieno a lamentare più sovente sovraccarichi importanti. Lo stress dovuto al rispetto delle scadenze sul lavoro riveste un ruolo particolare nelle pressioni psichiche: il 68,1% delle persone che lamentano forti pressioni psichiche e nervose, nei 12 mesi precedenti l'indagine sono state sottoposte a stress dovuto alle scadenze.

A livello nazionale, i dati mostrano che i quadri (51,7%) soffrono più spesso la pressione psichica rispetto ai dipendenti (35,7%) e agli operai (30,7%). Questi ultimi lamentano invece più frequentemente impegni fisici notevoli (44,5%) rispetto alle altre categorie socio-professionali.

Paura di perdere il posto di lavoro

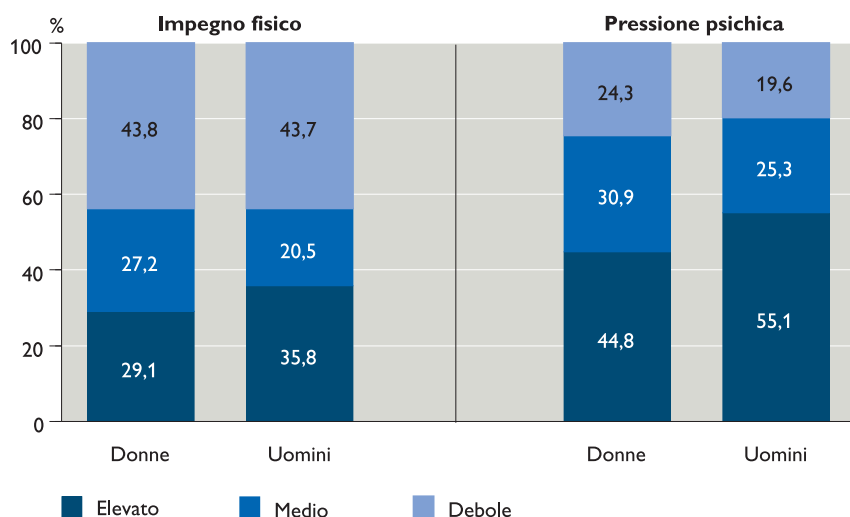
La paura di perdere il posto di lavoro rappresenta una pressione psichica potenziale particolarmente sentita. Tra il **2002** (45,9%) e il **2007** (41,7%), la percentuale di persone che non hanno alcuna paura di perdere il posto di lavoro è rimasta piuttosto

⁵ Questo ambito tematico dipende fortemente dalla congiuntura e rispecchia la situazione economica nel 2007. L'impegno fisico e la pressione psichica sul lavoro, così come la paura di perdere il posto, sono probabilmente ripartiti diversamente nel 2009, tenuto conto della crisi finanziaria e della recessione.

aver assunto un medicamento nella settimana precedente l'indagine rispetto a chi ha una formazione di grado secondario II o terziario (42,7%). In Svizzera, tra le persone che non hanno seguito una formazione post-obbligatoria, il consumo quotidiano di sedativi, son-

niferi e calmanti supera di due volte quello delle persone con una formazione di grado secondario II o terziario. Il consumo regolare a lungo termine, anche a piccole dosi, di questi medicinali psico-attivi può condurre a una dipendenza.

L Persone attive professionalmente secondo l'impegno fisico e la pressione psichica sul posto di lavoro (in %)



n Ticino = 516 (impegno fisico) / 527 (pressione psichica)

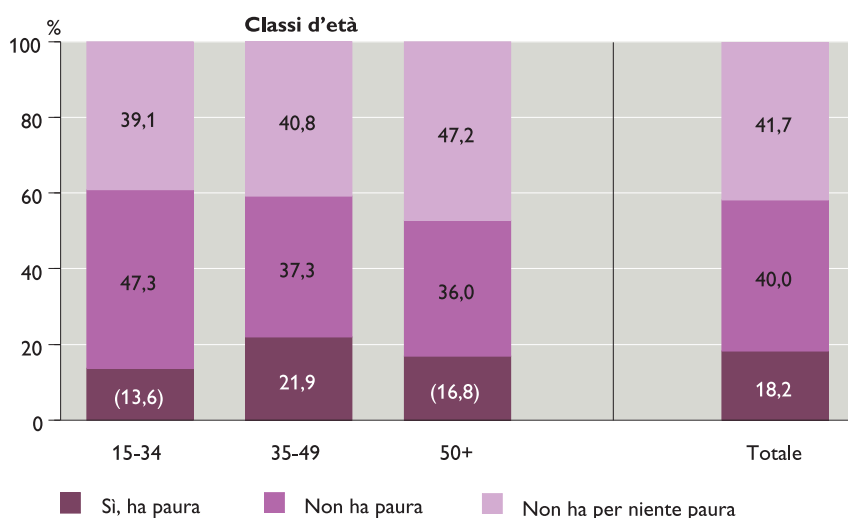
Fonte: UST, ISS 2007.

stabile e interessa la metà degli interrogati occupati. Nello stesso periodo, la percentuale di persone che hanno un timore elevato di perdere il posto di lavoro è rimasta vicina a un quinto della popolazione (2002: 19,9%, 2007: 18,2%).

Come si osserva nel grafico seguente, i **giovani** sono un po' più ottimisti degli occu-

pati più **anziani** per quanto attiene alla sicurezza del posto di lavoro. Gli **uomini** (20,6%) temono più delle **donne** (15,3%) di perdere l'impiego. La paura di perdere il posto di lavoro è più sentita in Ticino rispetto alla media svizzera: essa riguarda il 18,2% delle persone occupate in Ticino, a fronte del 12,5% a livello nazionale.

M Persone attive professionalmente secondo la paura di perdere il posto di lavoro (in %)



n TI = 526; le cifre tra parentesi indicano una rappresentatività statistica limitata (n<30)

Fonte: UST, ISS 2007.

Secondo i dati concernenti l'insieme della Svizzera, la paura di perdere il proprio posto di lavoro è nettamente più diffusa tra i dipendenti (16,8%) e gli operai (16,6%) che tra i quadri (9,6%) e gli indipendenti (6,0%).

Questo timore dipende molto dal **grado di formazione**: il 19,4% delle persone occupate senza una formazione post-obbligatoria ha paura di perdere il posto di lavoro. Questa percentuale scende al 13,7% tra le persone con un grado di formazione secondario II e al 9,2% tra le persone con un grado di formazione terziario.

Risultati per classi d'età: una panoramica

Stato generale della salute della popolazione ticinese

In Ticino, la percezione di essere in **buona salute** diminuisce con l'età. La percentuale delle persone che si sente in buona od ottima salute è del 92,2% nella classe d'età 15-34 anni e del 64,7% in quella dai 65 anni in su. Il 28,9% degli abitanti con più di 65 anni dichiara di essere **limitato** nelle attività quotidiane per un problema di salute, contro il 9,4% delle persone tra i 15 e i 34 anni.

Salute psichica

Nel cantone Ticino, i **problemi psichici** aumentano con l'avanzare dell'età. Quasi un Ticinese su cinque (19,3%) con meno di 35 anni dichiara di soffrire di problemi psichici medi o importanti. A partire dai 50 anni, questa percentuale raggiunge il 23,4%. La popolazione anziana è maggiormente interessata dai **sintomi depressivi** rispetto alle classi d'età più giovani. Un terzo delle persone dai 65 anni in su soffre di sintomi depressivi (donne: 37,6%; uomini: 27,1%). Tra chi ha meno di 65 anni, questi problemi interessano il 25,0% delle donne e il 13,8% degli uomini.

Attività fisica, alimentazione, peso corporeo

L'86,1% dei giovani (15-34 anni) del cantone Ticino è **fisicamente attivo** o **parzialmente attivo** (dopo l'età della pensione, questa percentuale è ancora del 53,6%). Il 74,6% delle persone anziane e il 72% delle persone tra i 15 e i 34 anni non rispettano la raccomandazione di consumare almeno **cinque porzioni di frutta o verdura al giorno**. Il **sovrappeso** (e l'obesità) aumenta con l'età. La percentuale più elevata di persone sovrappeso (64,5%) è quella degli uomini dai 65 anni in su (donne: 43,5%). La percentuale più bassa (13,4%) riguarda le donne tra i 18 e i 34 anni (uomini: 26,7%).

Consumo di sostanze

Nel cantone Ticino, il consumo quotidiano di **alcol** aumenta con l'età: il 42,4% delle persone dai 65 anni in su consuma bevande alcoliche tutti i giorni, contro il 6,8% della classe d'età 15-34 anni. Un terzo delle persone minori di 35 anni **fuma** (tabacco). La percentuale scende al 22,3% tra le persone con 50 anni e più. Sette Ticinesi su dieci con più di 65 anni hanno assunto almeno un **medicamento** nella settimana precedente l'indagine. Tra le persone con meno di 35 anni, questa percentuale scende a meno di un terzo (28,0%).

Salute sul lavoro

Il 32,8% degli interrogati nel cantone Ticino lamenta **impegni fisici** pesanti, il 50,4% forti pressioni psichiche sul lavoro. Le persone maggiori di 50 anni temono più dei giovani di **perdere il posto di lavoro**. ■

Note metodologiche

Fonte dei dati: Indagine sulla salute in Svizzera (ISS)

L'Indagine sulla salute in Svizzera dell'Ufficio federale di statistica fornisce informazioni sullo stato di salute della popolazione e i suoi fattori determinanti, sulle conseguenze di malattie, sull'utilizzo delle prestazioni sanitarie e sulle condizioni assicurative della popolazione residente in Svizzera.

Persone interrogate Campione casuale rappresentativo formato da persone di almeno 15 anni che vivono in economie domestiche munite di collegamento telefonico.

Campionamento La selezione delle persone interrogate si è svolta in due tappe: 1. campione regionale di economie domestiche, stratificato per cantone; 2. selezione casuale di una persona all'interno dell'economia domestica.

Nel quadro dell'ISS 2007, 18.760 persone hanno partecipato all'indagine principale condotta al telefono, di cui 14.432 hanno compilato il questionario cartaceo complementare. Nel cantone Ticino, 1.523 persone sono state interrogate al telefono e 1.131 hanno fornito informazioni anche per iscritto.

13 Cantoni e la Città di Zurigo hanno finanziato l'ampliamento del loro campione in vista della realizzazione di analisi su scala cantonale: AG, AR, BE, FR, GE, JU, LU, NE, SZ, TI, UR, VD, VS.

Periodicità Ogni cinque anni. Indagini realizzate finora: 1992/ 1993, 1997, 2002, 2007. Prossima indagine: 2012.

Pertinenza I dati del campione sono ponderati. Ciò consente di effettuare analisi affidabili a livello di popolazione svizzera o di cantoni partecipanti.

Osservazioni sui risultati presentati

Il presente opuscolo espone i risultati principali dell'ISS 2007 per la *popolazione del cantone Ticino*. Laddove le osservazioni sono troppo poche a livello cantonale, le analisi sono presentate a livello nazionale.

Come per tutti i risultati dell'ISS, le analisi si basano sulle *risposte delle persone interrogate* e non su dati clinici. Queste risposte possono comportare imprecisioni. Può darsi per esempio che una persona fornisca un peso corporeo inferiore al suo peso effettivo, dichiari di consumare meno alcol di quanto non faccia effettivamente o dimentichi di menzionare la sua ultima visita medica.

In questo opuscolo vengono indicate come tali solo le *differenze* statisticamente significative. Il termine tendenza è impiegato quando i risultati non sono significativi a un livello del 5%.



- RISCALDAMENTI - SANITARI
- RAFFREDDAMENTO - CLIMA
- IMPERMEABILIZZAZIONE
- LATTONIERE EDILE
- STUDIO TECNICO

091 646 50 44
www.conconi.com