Stili di vita e comportamenti alimentari: le donne rischiano meno

Uno sguardo d'insieme

Il fumo e l'eccesso di peso espongono la popolazione a maggiori rischi per le condizioni di salute. I governi europei negli ultimi anni hanno investito risorse per sensibilizzare la popolazione rispetto ai rischi che comportamenti alimentari e stili di vita sbagliati possono comportare. In particolare è stata inasprita la normativa nel tentativo di limitare il consumo di tabacco e proteggere i non fumatori.

Definizioni utilizzate

Un criterio diagnostico per conoscere la diffusione dell'obesità in diversi gruppi della popolazione adulta è l'*Indice di massa Corporea – Imc* (o Body mass index - Bmi), calcolato come rapporto tra il peso corporeo di un individuo, espresso in chilogrammi, ed il quadrato della sua statura, espressa in metri. Secondo la classificazione dell'Organizzazione mondiale della sanità una persona si definisce in sovrappeso se il valore soglia dell'Imc è compreso tra 25 e 30, sottopeso per valori dell'indice che non raggiungono 18,5 ed infine normopeso quando assume tutti gli altri valori.
I *fumatori* sono coloro che fumano abitualmente. Per *grandi fumatori* si intendono, invece, le persone che fumano oltre 20 sigarette al giorno.

L'Italia nel contesto europeo

La percentuale di fumatori abituali è in tutti i paesi maggiore tra gli uomini che tra le donne. Si distingue solo la Svezia, dove la quota di fumatrici supera di due punti percentuali quella dei fumatori di sesso maschile. I paesi con la maggiore quota di donne fumatrici sono la Danimarca, l'Austria e il Regno Unito.
Le differenze di comportamento tra i due generi sono molto accentuate nei paesi mediterranei e nei paesi dell'Est Europa. In Italia la quota di fumatori abituali è del 32% tra gli uomini e del 18% tra le donne. In Lettonia il 50% degli uomini fuma abitualmente, contro il 17% delle donne. Molto più ravvicinate sono le incidenze registrate per i due generi nei paesi scandinavi. In generale per le donne si registra tra i paesi europei una maggiore variabilità dell'incidenza delle persone che fumano abitualmente sul totale della popolazione.

L'Italia e le sue regioni

Uno dei motivi della più lunga speranza di vita delle donne viene individuato nella maggiore attenzione che esse prestano al corpo e all'adozione di stili di vita più sani che seguono rispetto agli uomini. Recentemente, anche a causa dell'avvicinarsi dei comportamenti dei due generi, il vantaggio femminile nella speranza di vita si è ridotto.

Osservando alcuni comportamenti ritenuti a rischio, si può notare, tuttavia, come in generale le donne seguano regole di vita più sane o al limite in linea con quelle maschili.
Le donne in Italia fumano meno degli uomini, anche se la quota di fumatori maschi sta scendendo, avvicinandosi a quella delle donne che resta, invece, quasi costante. Gli uomini fumano di più al Sud, mentre sono le donne del Centro che presentano la maggiore incidenza di fumatrici (nel Mezzogiorno le donne fumano meno che nelle altre ripartizioni). I comportamenti variano notevolmente da regione a regione, specialmente per gli uomini. L'incidenza di fumatori di sesso maschile passa dal 19% del Friuli-Venezia Giulia al 34% della Campania. Per le donne la percentuale varia dal 14% del Lazio all'8% del Veneto.
Comportamenti più vicini per i due generi si registrano in Friuli-Venezia Giulia (soltanto 6 punti percentuali di differenza), mentre lo scarto maggiore tra uomini e donne si rileva in Puglia (quasi 22 punti).
Per quanto riguarda l'eccesso di peso le donne risultano, in generale, maggiormente protette rispetto agli uomini. È sempre il Sud, per entrambi i sessi, a far registrare la maggiore incidenza di popolazione a rischio.
Diversa è la situazione relativamente all'obesità. In questo caso le differenze tra i sessi sono quasi irrilevanti e, per l'Italia centrale, l'incidenza di persone obese è leggermente maggiore tra le donne che tra gli uomini.

Fonti

- Istat, Database Health for All
- Eurostat, Statistical Office of the European Communities

Altre informazioni

Pubblicazioni

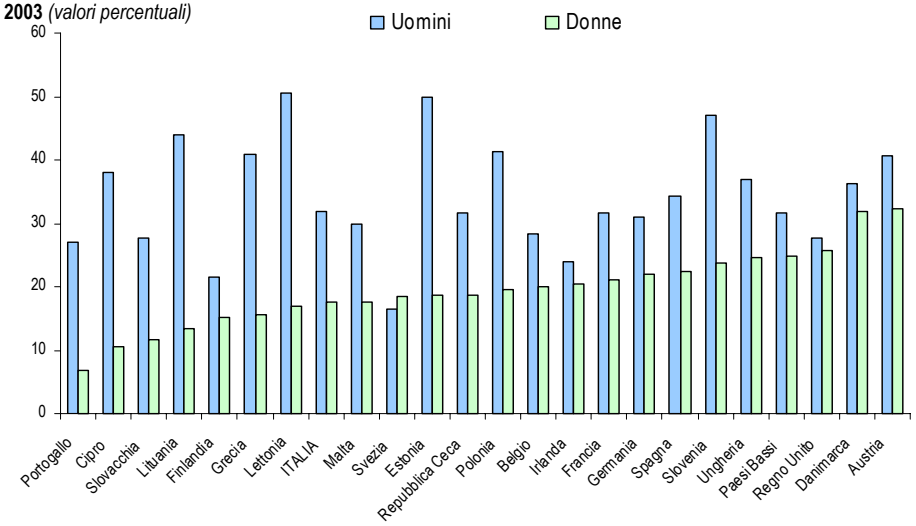
- Istat, Condizioni di salute, fattori di rischio e ricorso ai servizi sanitari, Nota per la Stampa. 2 marzo 2007
- Eurostat, Health in Europe, data 1998-2003, 2005

Siti Internet

- http://www.istat.it
- http://www.istat.it/sanita/Health/
- http://www.epp.eurostat.ec.europa.eu

Salute – Fattori di rischio

Incidenza delle persone che fumano quotidianamente sul totale della popolazione per genere nei paesi Ue – Anno 2003 *(valori percentuali)*



Fonte: Eurostat, Health in Europe, data 1998-2003

Indicatori relativi a persone obese, sovrappeso e fumatori di 15 anni e più per regione - Anno 2005 *(valori percentuali)*

REGIONI	Persone obese di 18 anni e più		Persone sovrappeso di 15 anni e più		Fumatori di 15 anni e più		Grandi fumatori di 15 anni e più	
	Uomini	Donne	Uomini	Donne	Uomini	Donne	Uomini	Donne
Piemonte	8,24	8,33	42,17	21,49	28,14	14,56	8,35	3,49
Valle d'Aosta	6,64	6,51	39,04	22,93	25,38	14,84	12,75	4,35
Lombardia	9,08	8,04	38,96	21,19	29,3	18,33	8,55	2,94
Trentino-Alto Adige	8,95	8,56	43,03	25,6	22,17	16,64	10,97	1,9
Veneto	10,55	9,19	44,2	23,32	24,8	15,02	8	1,06
Friuli-Venezia Giulia	11,16	9,63	47,35	26,34	19,21	15,6	9,32	2,31
Liguria	8,49	8,56	39,67	27,88	26,42	15,92	6,99	7,2
Emilia-Romagna	10,94	9,67	43,61	28,67	26,16	19,18	7,71	1,73
Toscana	8,6	9,1	42,97	27,3	27,15	17,58	8,97	3,68
Umbria	7,57	7,5	44,8	28,61	29,2	20,68	8,77	4,02
Marche	10,33	9,33	43,82	25,54	24,81	16,45	10,82	4,06
Lazio	8,76	9,89	44,8	25,53	30,51	20,35	14,08	2,45
Abruzzo	12,97	10,76	46,5	32,21	30,53	17,43	9,11	2,78
Molise	10,95	9,95	46,09	30,26	30,19	11,27	7,89	2,63
Campania	10,85	10,38	48,03	31,96	34,24	17,4	12,65	3,77
Puglia	12,23	13,53	47,26	30,33	30,75	8,89	8,69	4,66
Basilicata	13,04	11,06	49,72	30,34	26,99	13,21	9,36	0,89
Calabria	11,59	11,05	46,2	31,14	27,83	11,4	9,88	5,08
Sicilia	12,33	10,94	46,08	27,31	30,5	14,78	12,17	2,21
Sardegna	10,22	10,68	41,46	22,54	28,36	16,93	14,73	4,21
Nord-ovest	8,76	8,16	39,94	22,01	28,65	16,97	8,38	3,52
Nord-est	10,63	9,37	44,22	25,9	24,48	16,81	8,23	1,56
Centro	8,83	9,37	44,06	26,35	28,53	18,95	11,69	3,14
Sud	11,66	11,45	47,42	31,28	31,55	13,75	10,64	3,84
Isole	11,78	10,88	44,87	26,12	29,95	15,32	12,79	2,76
Italia	**10,15**	**9,7**	**43,85**	**26,23**	**28,66**	**16,38**	**10,11**	**3,03**

Fonte: Istat, Database Health for All