

# Stili di vita correlati al rischio cardiovascolare in Toscana: epidemiologia e interventi di prevenzione nel Piano Regionale di Prevenzione (PRP)

Fabio Voller, Simona Olivadoti e Caterina Milli  
Agenzia Regionale di Sanità della Toscana

## Il rischio cardiovascolare in Toscana

EVENTO ECM IN MODALITÀ IBRIDA: IN PRESENZA E DA REMOTO Crediti ECM: 4

**3 marzo 2025 ore 9.00-13.00**  
inizio collegamento in modalità webinar ore 9.15

Sala Rita Dioguardi, Villa La Quiete alle Montalve  
via P. Dazzi, 1 - Firenze

### PROGRAMMA

**9.00** **Registrazione partecipanti in presenza.**  
(Il collegamento per i partecipanti in remoto avverrà dopo il completamento della registrazione dei partecipanti in presenza)

**9.15** **Apertura dei lavori. Enrico Sostegni**

Moderata: **Paolo Francesconi**

**9.30** Il rischio cardiovascolare in Toscana. **Sara D'Arenzo**

**9.50** Stili di vita correlati al rischio cardiovascolare in Toscana: epidemiologia e interventi di prevenzione nel Piano regionale di prevenzione (PRP). **Fabio Voller**

**10.10** L'epidemiologia degli eventi maggiori cardiovascolari e cerebrovascolari (MACCE) in Toscana. **Francesco Profili**

**10.25** **Indagine in tempo reale con l'ausilio di Mentimeter e discussione** (facilitatori: **Giacomo Galletti, Barbara Meoni**)

**10.45** Il controllo del colesterolo-LDL per livelli di rischio cardiovascolare. **Rossella Marcucci**

**11.05** La gestione del rischio cardiovascolare nei pazienti diabetici. **Edoardo Mannucci**

**11.25** La prevenzione secondaria degli eventi maggiori cardiovascolari e cerebrovascolari (MACCE) nel Nuovo sistema di garanzia (NSG). **Silvia Forni**

**11.40** **Indagine in tempo reale con l'ausilio di Mentimeter e discussione** (facilitatori: **Giacomo Galletti, Barbara Meoni**)

Tavola rotonda Conduce: **Fabrizio Gemmi**

**12.00** Le cure primarie. Il rischio cardiovascolare. **Lorenzo Roti e i dipartimenti di Medicina generale: Maria Stella Adami, Elisabetta Aiti, Renato Fortunato Tulino**

**12.30** **Chiusura dei lavori.** Gli indirizzi della Direzione salute per la gestione del rischio cardiovascolare. **Federico Gelli**

 Regione Toscana 

# Argomenti trattati

- ✓ Abitudine al fumo e malattie cardiovascolari
- ✓ Consumo di alcol sul cuore
- ✓ Attività fisica e rischio cardiovascolare
- ✓ Piano Regionale della Prevenzione



# Malattie cardiovascolari

## *Fattori di rischio non modificabili:*

- Età: il rischio aumenta con l'avanzare dell'età
- Sesso: gli uomini sono più a rischio delle donne
- Familiarità: parenti con eventi cardiovascolari in età giovanile (meno di 55 anni).

## *Fattori di rischio modificabili:*

- Fumo
- Alcol
- Attività fisica

# Fonte dei dati: l'insieme delle sorveglianze

Fonti dei dati statistici

STRUMENTI DI INDAGINE SUL FUMO							
INDAGINE	ANNI DI RILEVAZIONE	ETA' DEL CAMPIONE	PERIODO DI RILEVAZIONE	DATI NAZIONALI	DETTAGLIO REGIONALE	DETTAGLIO AZIENDALE E/O ZONA DISTRETTO	ARGOMENTI
<b>ITALIANI</b>							
<b>EDIT</b>	Dal 2005	14-18 anni	Sistemica triennale	No	Si	Entrambi	Frequenza di consumo, approvvigionamento, uso delle e-cig
<b>HBSC</b>	Dal 2003/2004, sistemica dal 2005/6	11, 13, 15 anni	Sistemica quadriennale	Si	Si	No	Frequenza di consumo
<b>ESPAD</b>	Dal 1995	15-16 anni	Sistemica annuale	Si	No	No	Frequenza di consumo, approvvigionamento, uso delle e-cig
<b>IPSAD</b>	Dal 2001	15-64 anni	Sistemica, biennale e quadriennale	Si	Si	No	Frequenza di consumo
<b>DOXA</b>	Dal 1957	Da 15 anni in poi	Sistemica biennale	Si	No	No	Frequenza di consumo, stato, smettere di fumare, uso dell e-cig
<b>ISTAT</b>	Dal 1993, escluso il 2004	Dai 14 anni in poi	Sistemica, annuale e quadriennale	Si	Fino al 2011	No	Frequenza di consumo, stato
<b>PASSI</b>	Dal 2007	18-69 anni	Sistemica, annuale	Si	Si	Entrambi	Frequenza di consumo, stato, fumo passivo, smettere di fumare
<b>PASSI D'ARGENTO</b>	Dal 2009	dai 65 anni in poi	Sistemica annuale e biennale	Si	Si	Entrambi	Frequenza di consumo, stato, smettere di fumare

1. FUMO DI SIGARETTA E E-CIG

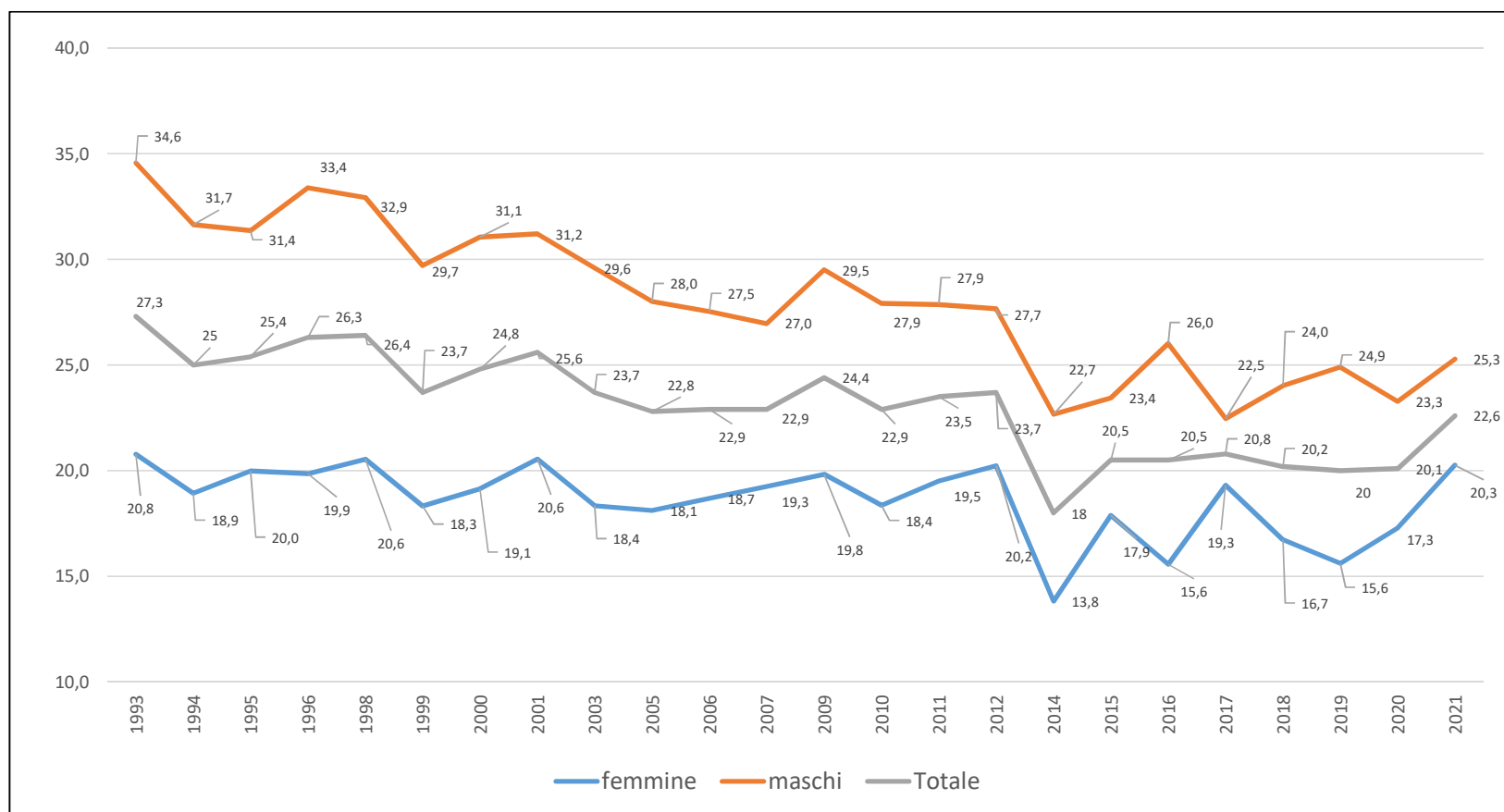
# Fumo e malattie cardiovascolari

**I fumatori hanno un rischio da due a quattro volte più alto di un non fumatore di andare incontro ad una malattia cardiovascolare.**

## Ruolo del consumo di tabacco nel rischio cardiovascolare secondo l'OMS

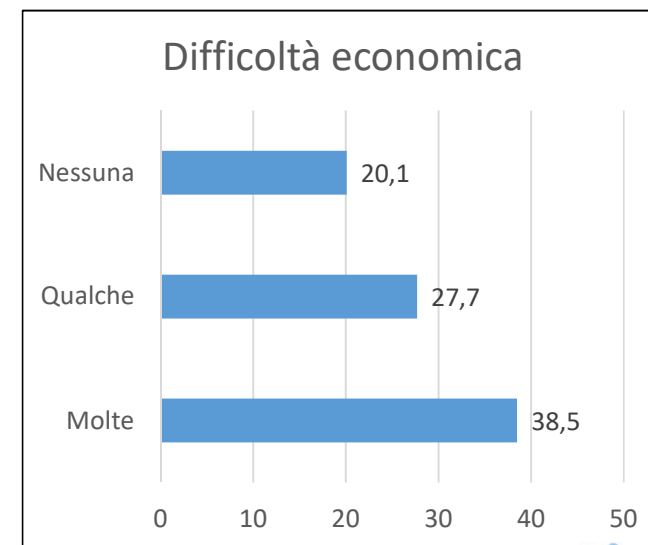
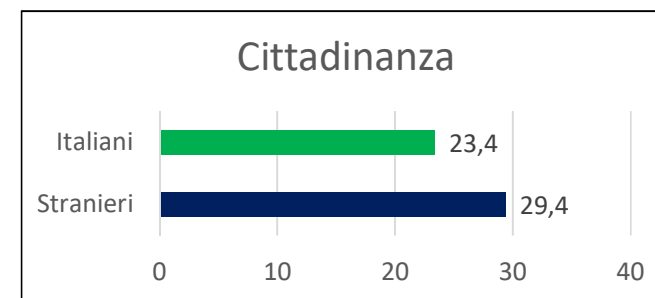
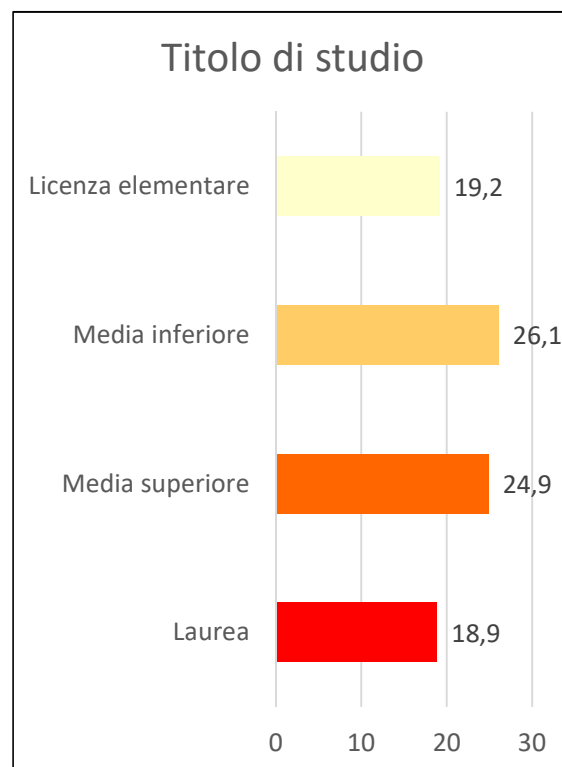
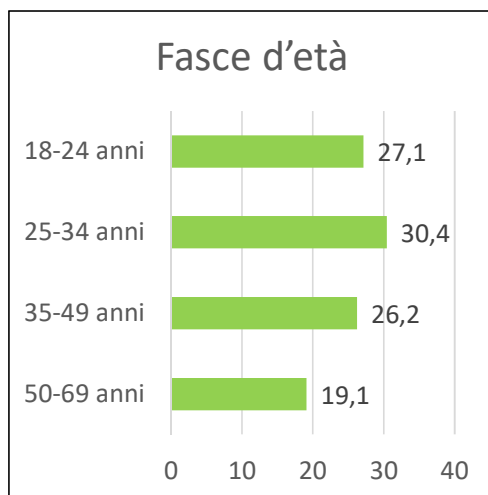
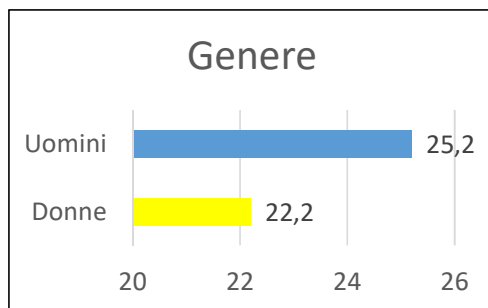
- **Aumento della pressione sanguigna e della frequenza cardiaca**  
La nicotina provoca una vasocostrizione (restringimento dei vasi sanguigni), che porta ad un aumento della pressione arteriosa e del battito cardiaco, sovraccaricando il cuore.
- **Danno ai vasi sanguigni e aterosclerosi**  
Le sostanze chimiche presenti nel fumo di tabacco danneggiano l'endotelio (rivestimento interno dei vasi sanguigni), favorendo la formazione di placche aterosclerotiche e aumentando il rischio di infarto e ictus.
- **Maggiore rischio di trombosi**  
Il tabacco favorisce la coagulazione del sangue, aumentando il rischio di formazione di trombi che possono bloccare le arterie e causare eventi cardiovascolari gravi.
- **Riduzione dell'ossigeno disponibile per il cuore**  
Il monossido di carbonio contenuto nel fumo di sigaretta si lega all'emoglobina nel sangue, riducendo la capacità del sangue di trasportare ossigeno e costringendo il cuore a lavorare di più.
- **Effetto combinato con altri fattori di rischio**  
Il fumo amplifica l'effetto negativo di altri fattori di rischio cardiovascolare, come l'ipertensione, il diabete e l'ipercolesterolemia, aumentando il rischio di infarto miocardico e ictus.

# I fumatori toscani per genere, trend storico, popolazione generale



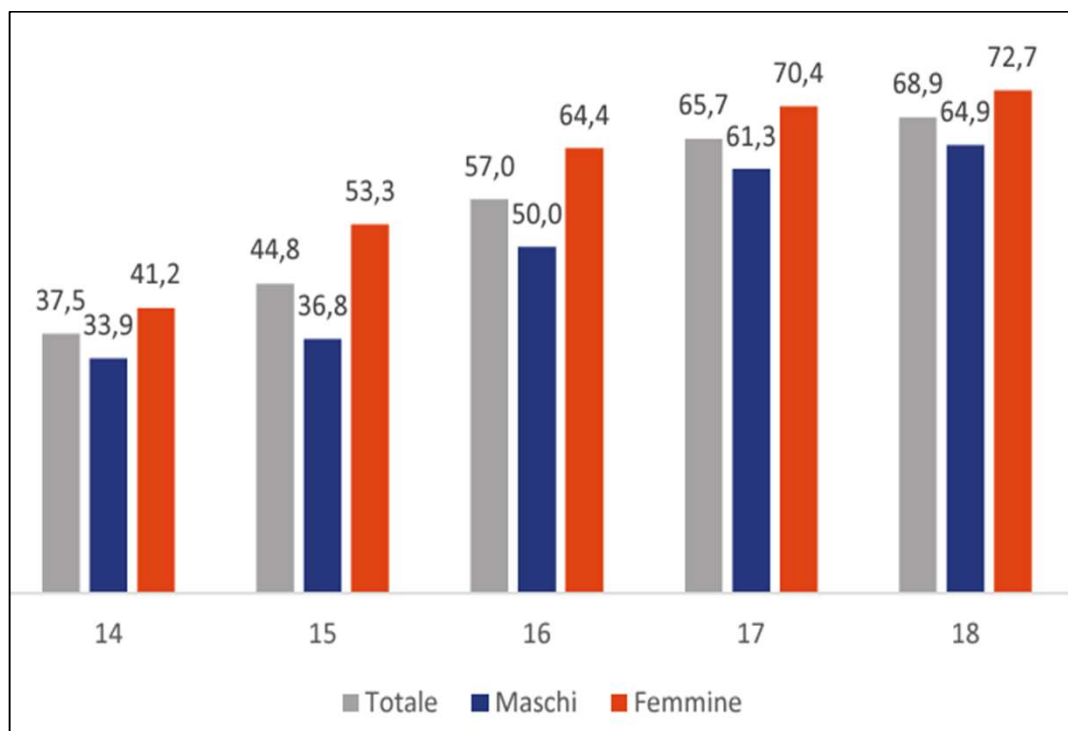
Fonte: Multiscopo, Istat, 2022.

# Caratteristiche dei fumatori toscani

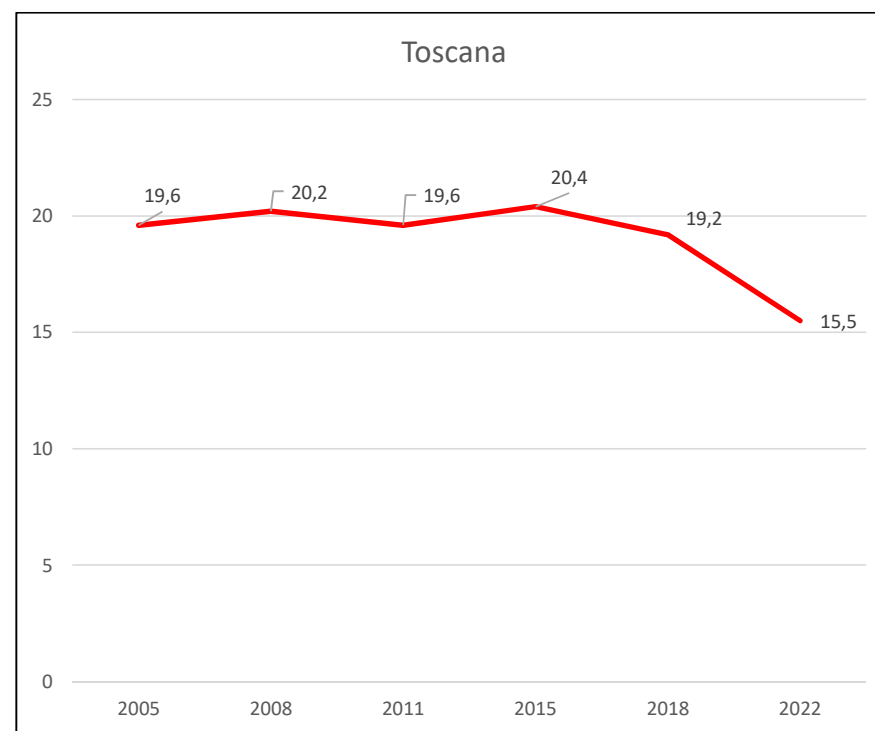


Fonte: Passi, 2022.

## Le abitudini di fumo dei giovani toscani - EDIT 2022



Adolescenti che hanno provato a fumare sigarette per genere ed età.



Studenti e studentesse che fumano regolarmente, serie storica.



# Alcol e cardiovascolare

## Ruolo del consumo di alcol nel rischio cardiovascolare secondo l'OMS

- **Aumento della pressione sanguigna (ipertensione)**

Il consumo regolare di alcol può aumentare la pressione arteriosa, incrementando il rischio di infarto miocardico, ictus e insufficienza cardiaca.

- **Alterazioni del ritmo cardiaco (aritmie)**

L'alcol può provocare episodi di fibrillazione atriale e altre aritmie, aumentando il rischio di formazione di coaguli e ictus.

- **Cardiomiopatia alcolica**

L'uso cronico e pesante di alcol può indebolire il muscolo cardiaco, riducendone la capacità di pompare il sangue in modo efficace, portando a insufficienza cardiaca.

- **Aumento del colesterolo e dei trigliceridi**

Il consumo di alcol può aumentare i livelli di trigliceridi nel sangue, contribuendo allo sviluppo di aterosclerosi e aumentando il rischio di malattie coronariche.

- **Aumento del rischio di ictus**

L'OMS evidenzia che il consumo eccessivo di alcol può raddoppiare il rischio di ictus, sia ischemico che emorragico.

- **Effetto combinato con altri fattori di rischio**

L'alcol agisce in sinergia con altri fattori di rischio cardiovascolare come fumo, obesità, diabete e sedentarietà, peggiorando ulteriormente il quadro di rischio.

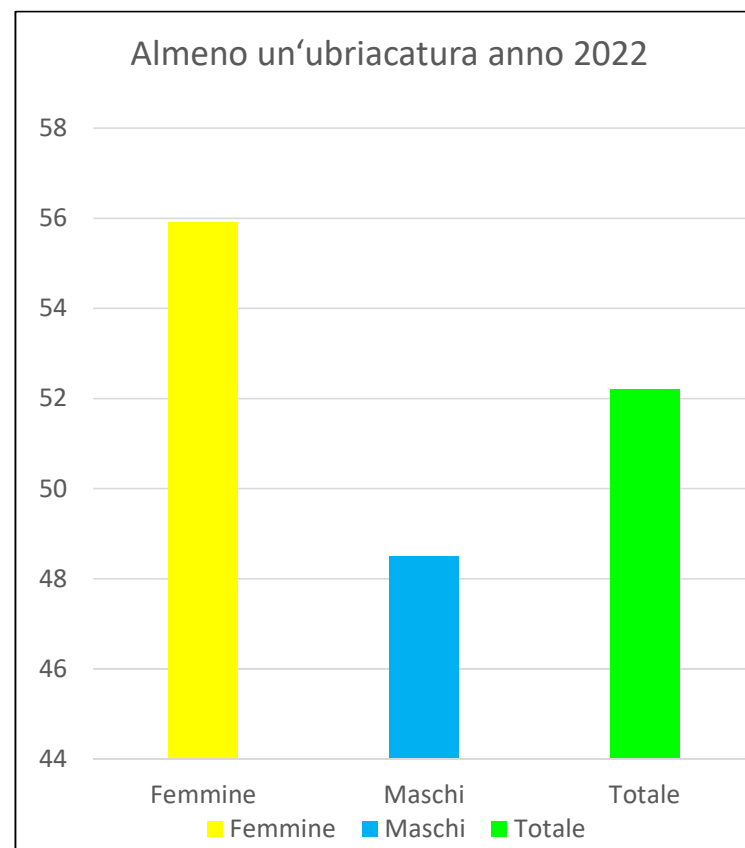
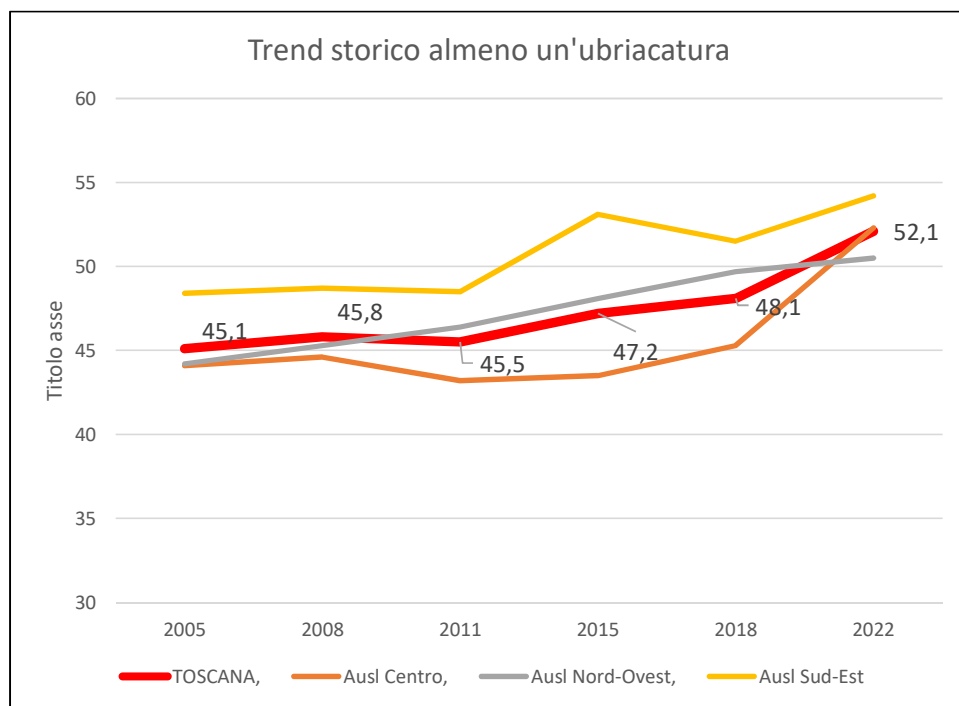
# Fonte dei dati: l'insieme delle sorveglianze

Fonti dei dati statistici

STRUMENTI DI INDAGINE SUL FUMO							
INDAGINE	ANNI DI RILEVAZIONE	ETA' DEL CAMPIONE	PERIODO DI RILEVAZIONE	DATI NAZIONALI	DETTAGLIO REGIONALE	DETTAGLIO AZIENDALE E/O ZONA DISTRETTO	ARGOMENTI
<b>ITALIANI</b>							
<b>EDIT</b>	Dal 2005	14-18 anni	Sistemica triennale	No	Si	Entrambi	Frequenza di consumo, approvvigionamento, uso delle e-cig
<b>HBSC</b>	Dal 2003/2004, sistemica dal 2005/6	11, 13, 15 anni	Sistemica quadriennale	Si	Si	No	Frequenza di consumo
<b>ESPAD</b>	Dal 1995	15-16 anni	Sistemica annuale	Si	No	No	Frequenza di consumo, approvvigionamento, uso delle e-cig
<b>IPSAD</b>	Dal 2001	15-64 anni	Sistemica, biennale e quadriennale	Si	Si	No	Frequenza di consumo
<b>DOXA</b>	Dal 1957	Da 15 anni in poi	Sistemica biennale	Si	No	No	Frequenza di consumo, stato, smettere di fumare, uso dell e-cig
<b>ISTAT</b>	Dal 1993, escluso il 2004	Dai 14 anni in poi	Sistemica, annuale e quadriennale	Si	Fino al 2011	No	Frequenza di consumo, stato
<b>PASSI</b>	Dal 2007	18-69 anni	Sistemica, annuale	Si	Si	Entrambi	Frequenza di consumo, stato, fumo passivo, smettere di fumare
<b>PASSI D'ARGENTO</b>	Dal 2009	dai 65 anni in poi	Sistemica annuale e biennale	Si	Si	Entrambi	Frequenza di consumo, stato, smettere di fumare

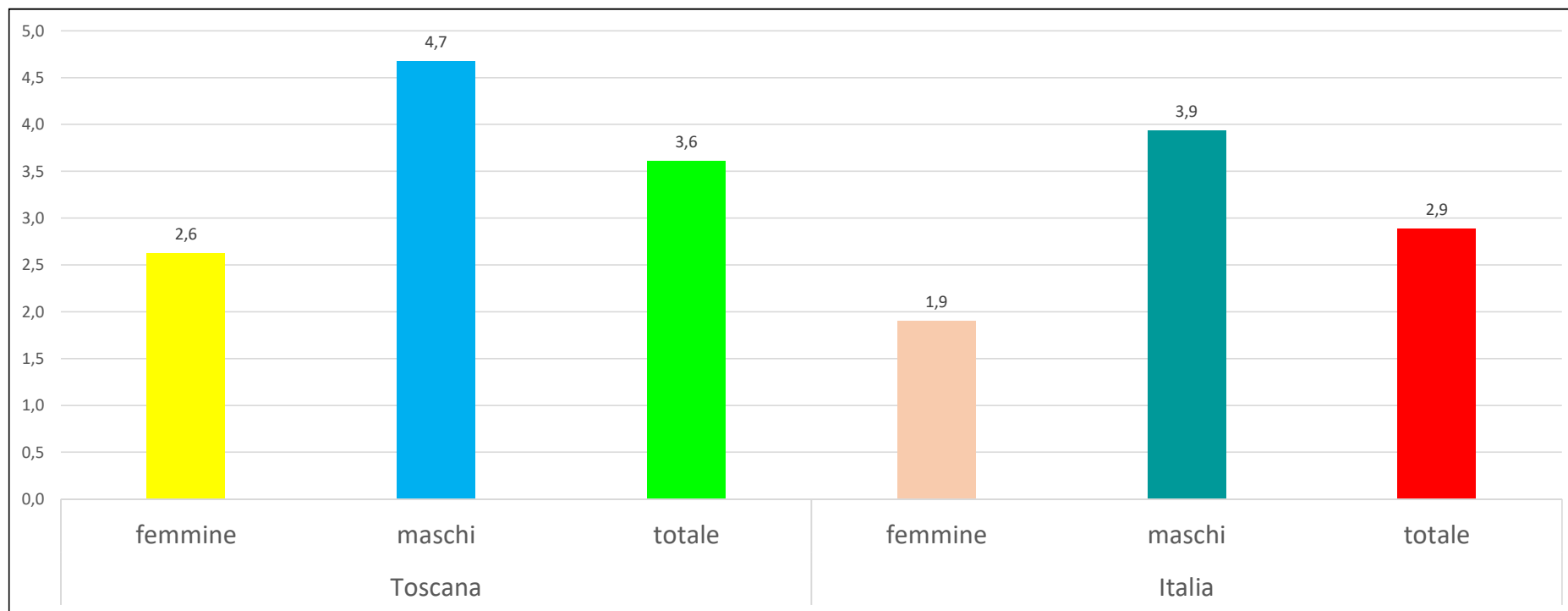
1. FUMO DI SIGARETTA E E-CIG

# Studenti e studentesse toscane (14-19 anni) a cui è capitato di ubriacarsi almeno una volta negli ultimi 12 mesi.



Fonte: Edit, 2022.

## Bevitori a rischio per genere (popolazione generale), confronto Toscana e Italia.



Fonte: Multiscopo, Istat, 2022

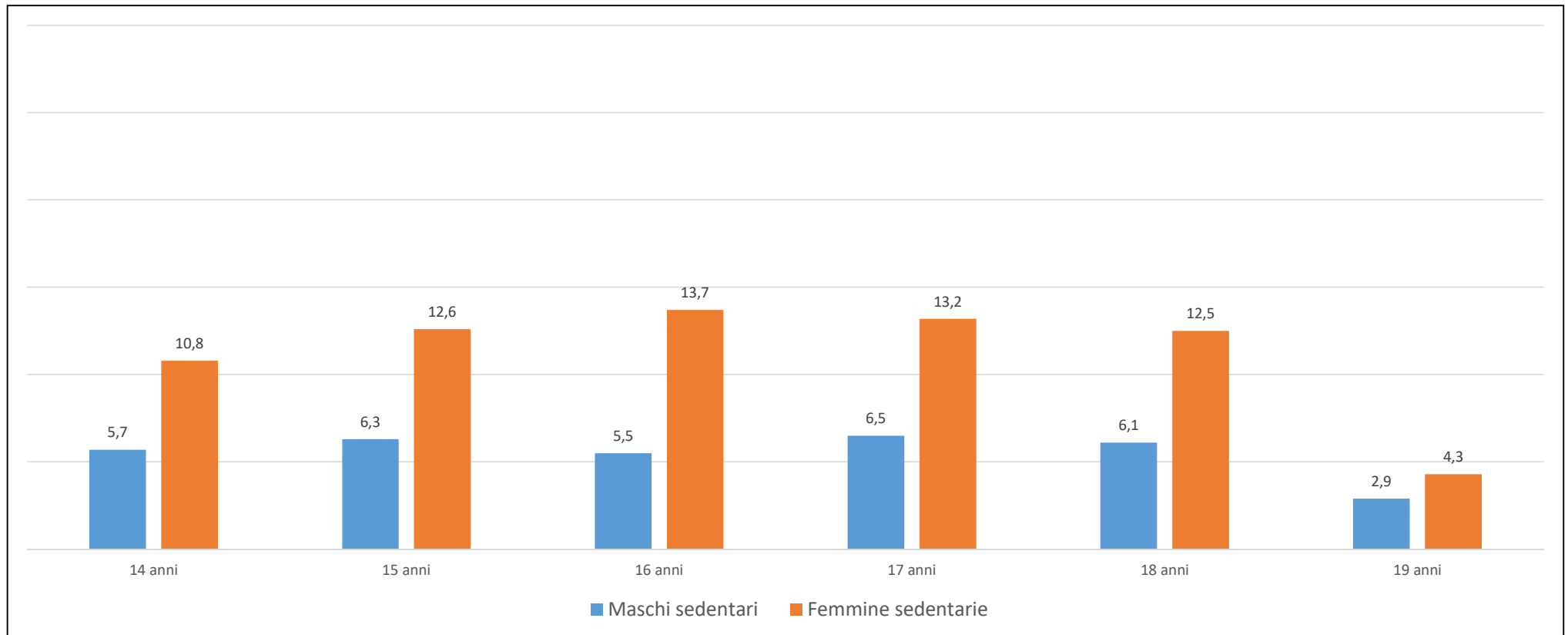
## Attività fisica e rischio cardiovascolare

Un'attività fisica regolare è uno degli elementi più importanti per ridurre il rischio cardiovascolare. Le persone inattive hanno un rischio doppio di avere un attacco cardiaco rispetto alle attive.

Svolgere regolarmente attività fisica riduce il rischio perché:

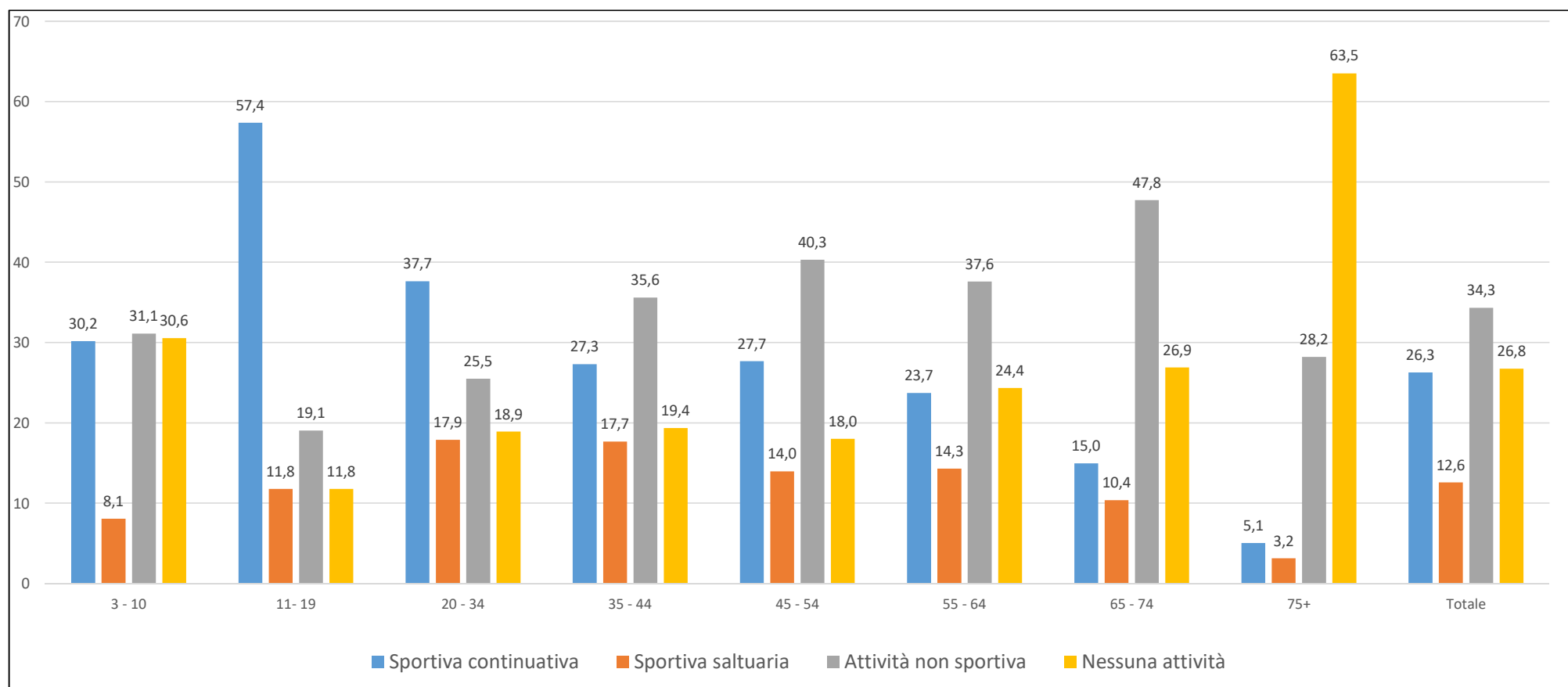
- Aiuta a tenere sotto controllo la pressione e previene l'ipertensione
- Aiuta a mantenere un peso giusto
- Aiuta a tenere sotto controllo il colesterolo

# Soggetti sedentari per genere e per età (%) Età 14-19 anni - Toscana



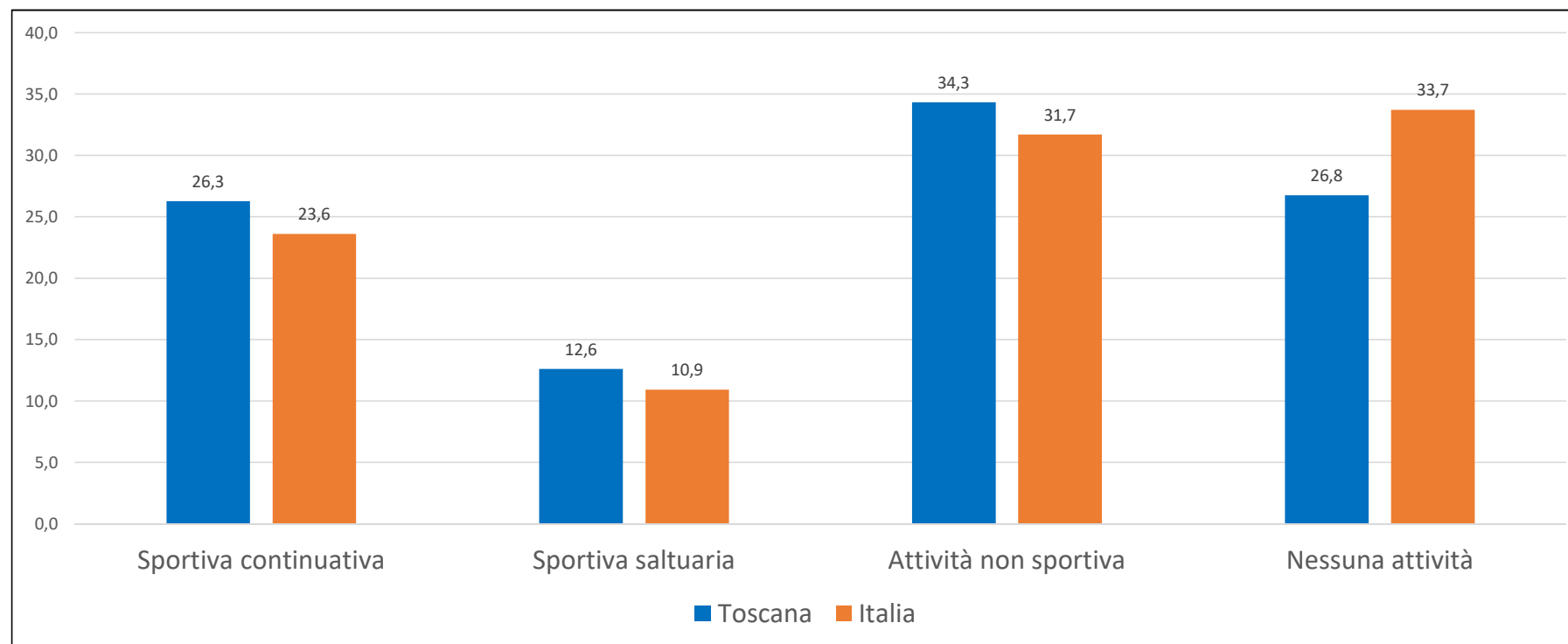
Fonte: Edit, 2022

## Attività fisica per fasce d'età, Toscana



Fonte: Multiscopo, Istat, 2022

# Tipo di attività fisica praticata, confronto Toscana-Italia, popolazione generale



Fonte: Multiscopo, Istat, 2022



# Piano Regionale della Prevenzione 2020 - 2025

Il documento fissa obiettivi, strategie e azioni per la promozione della salute e la prevenzione delle malattie, sulla base dello stato di salute della popolazione toscana, in linea con i principi e gli obiettivi del Piano Nazionale della Prevenzione.

## Introduzione al Piano Regione di Prevenzione 2020-2025

Il **Piano Regionale della prevenzione (PRP)** rappresenta la cornice comune degli obiettivi di molte delle aree rilevanti per la Sanità Pubblica.

Ciascun PRP si struttura in **10 Programmi Predefiniti** dal Ministero e un numero a scelta di **Programmi Liberi**.

→ I Programmi del PRP di Regione Toscana che contengono azioni che promuovono corretti Stili di vita ed interventi di prevenzione correlati a fattori di rischio per patologie cardiovascolari sono:

- **PP01:** Scuole che promuovono salute
- **PP02:** Comunità attive
- **PP03:** Luoghi di lavoro che promuovono salute
- **PP4:** Dipendenze
- **PP05:** Sicurezza negli ambienti di vita

# PRP Toscana e interventi di prevenzione delle malattie cardiovascolari

## PP01 «Scuole che promuovono salute» e PP02 «Comunità attive»:

- interventi di contrasto al consumo di prodotti del tabacco e con nicotina
- contrasto al consumo dannoso e rischioso di alcol
- riduzione dell'inattività fisica e della sedentarietà
- contrasto all'obesità/sovrappeso.

→ Inoltre il PP02 «Comunità attive» si pone come ulteriore obiettivo lo sviluppo di programmi finalizzati alla riduzione del rischio per le Malattie Croniche.

# PRP Toscana e interventi di prevenzione delle malattie cardiovascolari

## PP03 - Luoghi che promuovono salute:

- Sviluppo di programmi di promozione della salute trasversali ai principali fattori di rischio, condivisi a livello intersettoriale tra servizi sanitari, sociosanitari, istituzioni educative e datori di lavoro
- sviluppo di conoscenze e competenze sull'importanza della sana alimentazione per prevenire le complicanze di numerose patologie croniche
- Iniziative da attivare nei luoghi in cui si svolgono attività sportive, mirate ad accrescere la consapevolezza sui rischi correlati al consumo di alcol

## PP04 Dipendenze:

- Implementazione di percorsi per tabagisti
- Unplugged: formazione degli insegnanti affinché diventino promotori di prevenzione dell'uso di tabacco, alcol e sostanze tra gli adolescenti

## PP05 - Sicurezza negli ambienti di vita:

- Implementazione di programmi trasversali che impattino sui fattori di protezione per un invecchiamento in buona salute e con ridotto carico di malattia e disabilità
- sviluppo di programmi per la promozione di corretti stili di vita con particolare riguardo all'attività fisica.

# Conclusioni

- Le malattie cardiovascolari rappresentano una delle principali cause di morbilità e mortalità, ma la loro prevenzione è possibile attraverso la modifica di stili di vita non salutari. Fumo, consumo eccessivo di alcol e sedentarietà sono tra i principali fattori di rischio modificabili, e intervenire su questi aspetti può ridurre significativamente l'incidenza di eventi cardiovascolari nella popolazione;
- In Toscana, il **Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025** offre un quadro di interventi mirati per promuovere corretti stili di vita e ridurre i fattori di rischio. Programmi specifici, come "**Scuole che promuovono salute**", "**Comunità attive**", "**Luoghi di lavoro che promuovono salute**" e "**Dipendenze**", evidenziano l'importanza di un approccio integrato e intersettoriale nella prevenzione delle malattie cardiovascolari;
- Per ottenere un impatto significativo, è fondamentale un **impegno collettivo** che coinvolga istituzioni, servizi sanitari, scuole, ambienti di lavoro e comunità locali. Solo attraverso azioni coordinate e una maggiore consapevolezza da parte dei cittadini sarà possibile migliorare la salute cardiovascolare della popolazione e ridurre il carico di malattia.

# Grazie dell'attenzione

EDIT

## Comportamenti a rischio e stili di vita dei giovani toscani



LA SALUTE DEI TOSCANI:  
STILI DI VITA E FATTORI DI RISCHIO  
NEL 2024

8

Rapporto ARS  
febbraio 2025

### I semafori del rischio

