



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

rat

8

Rapporto ARS
febbraio 2025

La salute dei toscani: stili di vita e fattori di rischio nel 2024

Coordinamento e autori del rapporto

Simona Olivadoti¹ e **Fabio Voller¹**

Altri autori (in ordine alfabetico)

Elena Andreoni¹

Caterina Milli¹

Martina Pacifici¹

Layout, impaginazione ed editing:

Elena Marchini¹ e **Caterina Baldocchi¹**

¹ Agenzia regionale di sanità della Toscana

Indice

Introduzione	6
Abitudine al fumo	7
I fumatori in Italia e in Toscana	7
Le sigarette elettroniche e il tabacco riscaldato	11
Le abitudini di fumo dei giovani	12
Consumo di alcol	15
Il consumo di alcol nei dati HBSC	15
I dati EDIT	17
LOST in Toscana	19
I dati PASSI	20
I dati PASSI d'Argento	21
Indagine multiscopo sulle famiglie "Aspetti della vita quotidiana"	21
Uso di sostanze	23
Relazione annuale al Parlamento sul fenomeno delle tossicodipendenze in Italia	23
Genere e dipendenze da sostanze	26
Il consumo di sostanze stupefacenti nella popolazione toscana: i dati di LOST in Toscana	27
Il consumo nei giovani: i dati EDIT e ESPAD	28
Gioco d'azzardo	31
Attività fisica	35
La pratica dell'attività fisica lungo il corso della vita: i dati dell'Indagine multiscopo "Aspetti della vita quotidiana"	35
OKKIO alla salute: focus sui livelli di attività fisica nei bambini toscani	37
Gli adolescenti e lo sport nei dati di HBSC	37
Le abitudini sportive dei ragazzi toscani: EDIT	38
Attività fisica e sedentarietà nella popolazione adulta toscana: PASSI	39
Gli anziani e lo sport in PASSI d'Argento	40
Bibliografia	41

INTRODUZIONE

La promozione di stili di vita sani è l'arma più valida per combattere le malattie croniche. Tutti possono ridurre in modo significativo il rischio di sviluppare queste malattie semplicemente adottando abitudini salutari, in particolare evitando il fumo, avendo un'alimentazione corretta, limitando il consumo di alcol e svolgendo attività fisica regolare.

In sanità pubblica "sorvegliare" significa raccogliere informazioni mirate relative ad eventi ben definiti che possono essere modificati da un preciso intervento. La sorveglianza sanitaria è la sistematica raccolta, archiviazione, analisi e interpretazione dei dati, seguita dalla diffusione delle informazioni a coloro che devono decidere di intraprendere eventuali interventi.

Lo sviluppo di sistemi di sorveglianza con rappresentatività nazionale e territoriale è alla base delle politiche nazionali di prevenzione e promozione della salute e di contrasto alle malattie croniche.

Il Ministero della salute, in collaborazione con l'Istituto superiore di sanità e con le Regioni, sostiene e promuove la progettazione, la sperimentazione e l'implementazione di sistemi di sorveglianza di popolazione.

Le sorveglianze di popolazione attualmente attive sono:

- [OKKIO alla salute](#): promozione della salute e della crescita sana nei bambini della scuola primaria (coinvolti bambini di 8 anni);
- [HBSC](#) – *Health Behaviour in School-aged Children*: comportamenti collegati alla salute in ragazzi in età scolare (campione di 11-13-15-17 anni);
- [PASSI](#): Progressi delle Aziende sanitarie per la salute in Italia (popolazione adulta 18-65 anni);
- [PASSI d'Argento](#): salute e qualità della vita nella terza età in Italia (popolazione over 65 anni).

La Regione Toscana ha deciso di integrare la disponibilità di dati raccolti dalle sorveglianze sanitarie, con una propria sorveglianza, dedicata alla fascia d'età giovanile: [EDIT](#) – Epidemiologia dei Determinanti dell'Infortunistica Stradale in Toscana, dedicata ai ragazzi di 14 – 19 anni.

I sistemi di sorveglianza permettono di:

- Identificare priorità sulle quali intervenire;
- studiare l'influenza dei determinanti di salute;
- individuare le disuguaglianze di salute;
- ottenere informazioni sugli stili di vita;
- osservare cambiamenti a seguito di interventi e politiche adottati.

Anche l'ISTAT, attraverso il suo sistema di indagini multiscopo, "Aspetti della vita quotidiana" indaga i comportamenti di salute legati agli stili di vita.

Gli stili di vita costituiscono il principale fattore di protezione e di contro di rischio modificabile rispetto alla costruzione del proprio benessere e alla prevenzione delle patologie croniche. Prevenzione delle malattie e promozione della salute, quindi, si realizzano non solo tramite politiche e strategie intersettoriali ma anche attraverso azioni rivolte direttamente alla popolazione, nelle diverse fasce d'età, al fine di promuovere abitudini di vita salutari.

ABITUDINE AL FUMO

Il fumo di tabacco è tra i principali fattori di rischio per l'insorgenza di numerose patologie cronicodegenerative, in particolare a carico dell'apparato respiratorio e cardiovascolare e in Italia è il maggiore fattore di rischio evitabile di morte prematura. In Italia si stima che circa 90mila decessi all'anno dei circa 630.000 totali siano attribuibili al consumo di tabacco con costi diretti e indiretti pari a oltre 26 miliardi di euro. Il fumo di tabacco è una causa nota o probabile di almeno 27 malattie, tra le quali broncopneumopatie croniche ostruttive e altre patologie polmonari croniche, cancro del polmone e altre forme di cancro, cardiopatie, vasculopatie.

Il 70% dei fumatori inizia a fumare prima dei 18 anni di età e il 94% prima dei 25 anni.

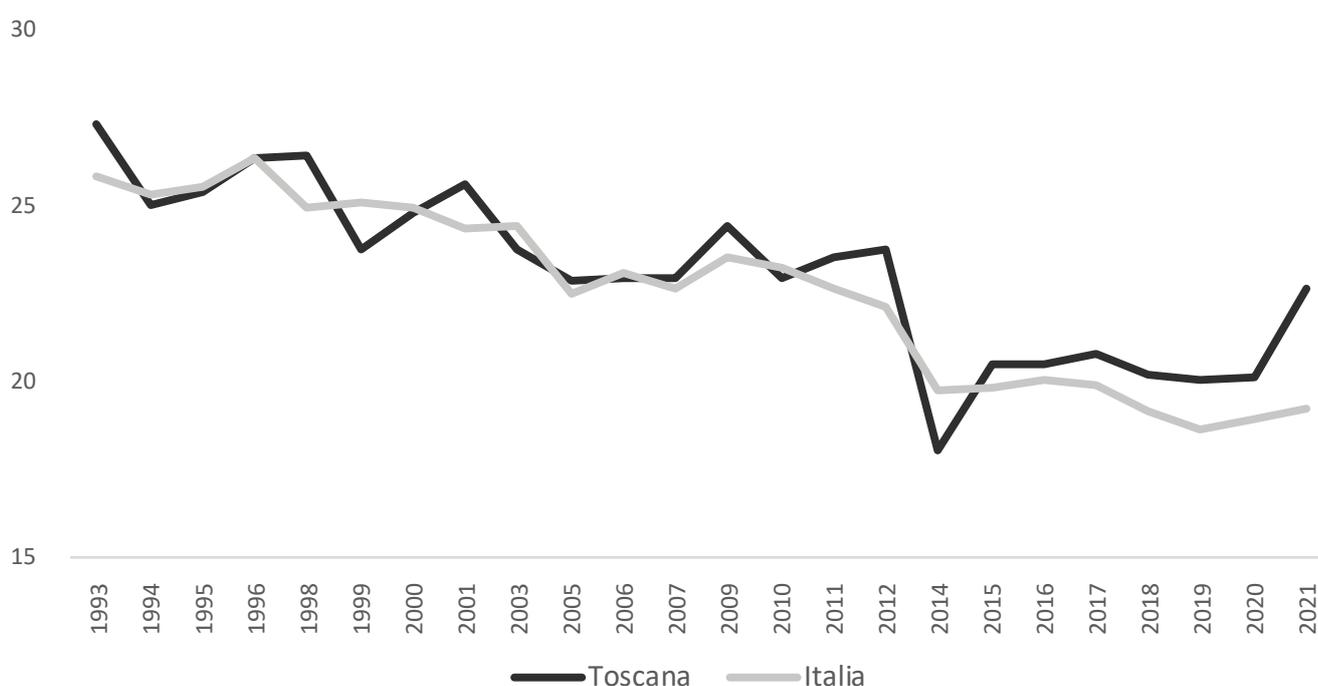
I fumatori in Italia e in Toscana

I dati sulla prevalenza del fumo tra gli adulti sono raccolti annualmente dall'ISTAT con [l'indagine sulla vita quotidiana](#) e dall'Istituto Superiore di Sanità con le sorveglianze [PASSI](#) e [PASSI D'Argento](#).

Nel 2023 secondo i dati ISTAT, i fumatori tra la popolazione di 14 anni e più sono poco meno di 10 milioni, circa il 19,3% (i toscani sono circa il 18,5%), con grosse differenze di genere: sono gli uomini a fumare di più, il 22,9% vs 15,3% delle donne (Toscana: uomini 25,2%, donne 20,2%). Il fumo di tabacco è risultato più diffuso nella fascia di età tra i 25-44 anni.

Negli anni si è assistito ad una diminuzione dei fumatori passando, a livello nazionale, da un 25% del 1993 al 19% del 2021, diminuzione che si è registrata anche a livello regionale, rimanendo comunque con livelli più alti della media nazionale. In Toscana siamo passati dal 27,3% del 1993 al 22% attuale.

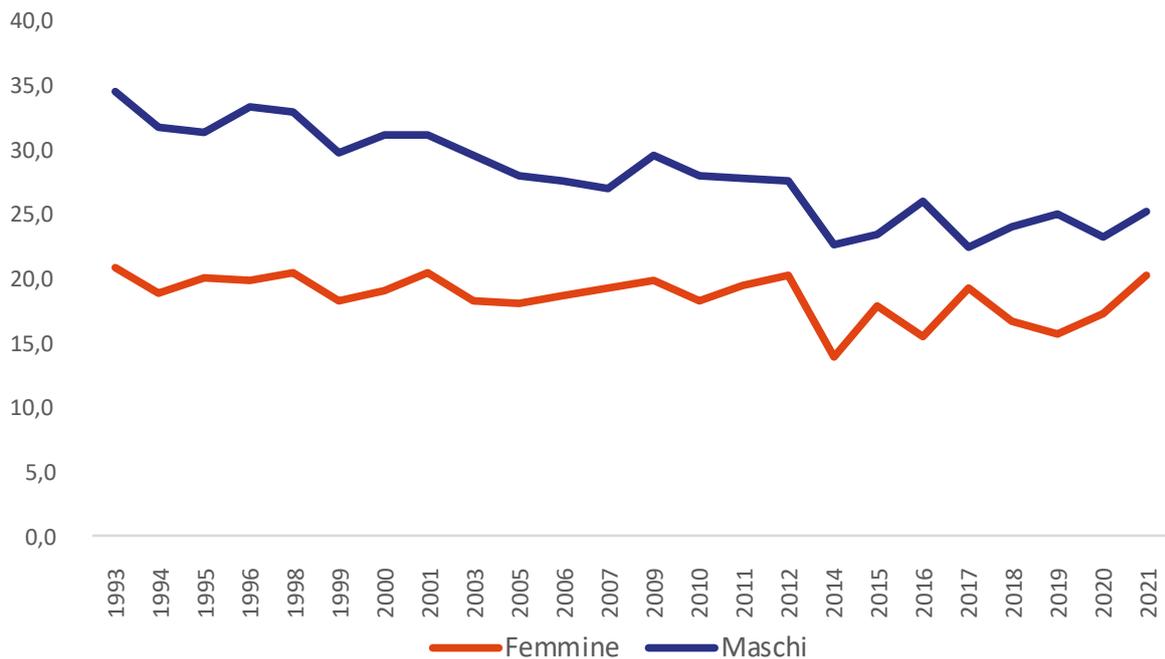
Figura 1. Trend storico fumatori, Italia, Toscana, fonte: Multiscopo, ISTAT, 2021



Il trend rilevato negli anni dal 2014 che vedeva una costante diminuzione delle fumatrici, non viene confermato nel 2021, dove si assiste ad un incremento nella percentuale delle fumatrici, con valori simili

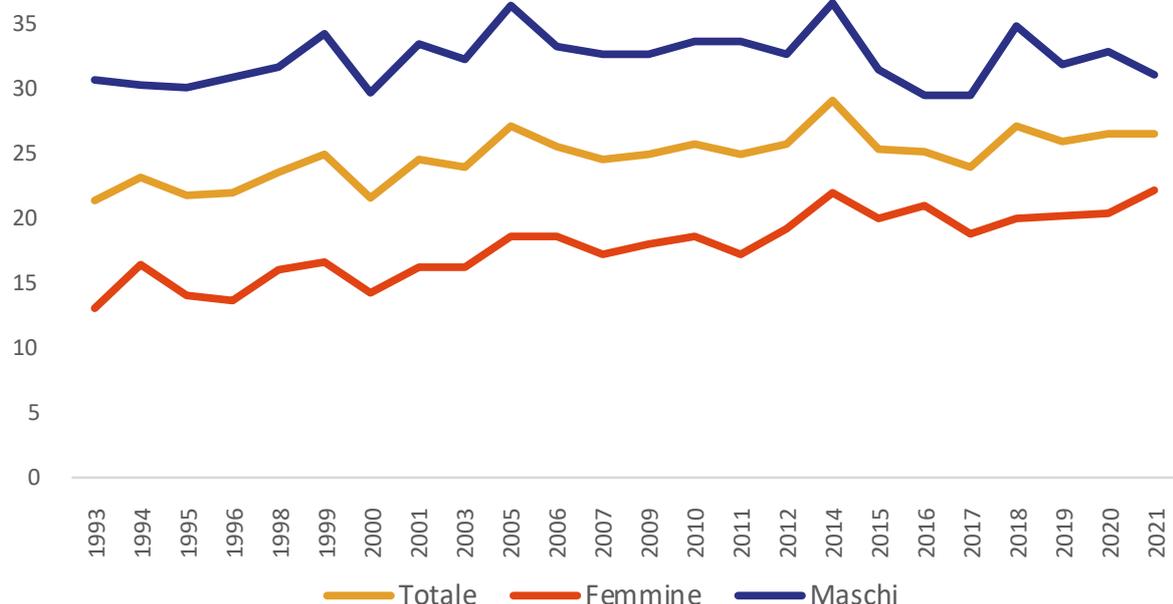
ai primi anni Novanta. Per gli uomini, invece, si assiste ad una diminuzione costante negli anni, con una riduzione di quasi 10 punti percentuali.

Figura 2. Fumatori femmine e maschi, trend storico Toscana. Fonte: Multiscopo, ISTAT, 2021



Se analizziamo il dato degli ex fumatori, emerge che coloro che dichiarano di non fumare più sono in costante aumento negli anni, questo spiegherebbe anche la diminuzione dei fumatori attuali: non sono in diminuzione i nuovi fumatori, ma sono in aumento le persone che scelgono di smettere di fumare, passando così da una categoria all'altra. In Toscana, gli ex fumatori sono passati dal 21,3% del 1993 al 26,3% del 2021. Ancora più interessante l'analisi per fasce d'età, che conferma che chi comincia a fumare presto mantiene l'abitudine stabile nel corso della propria vita e solo dopo i 55 anni che il dato sugli ex fumatori inizia ad aumentare. Sotto i 20 anni sono solo il 4,9% che smette di fumare, contro il 31,5% degli over 55 anni e il 37,7% degli over 65enni. Nel 1993 erano il 3,2% gli ex fumatori sotto i 20 anni.

Figura 3. Ex fumatori Toscana, trend storico. Fonte: Multiscopo, ISTAT, 2021.

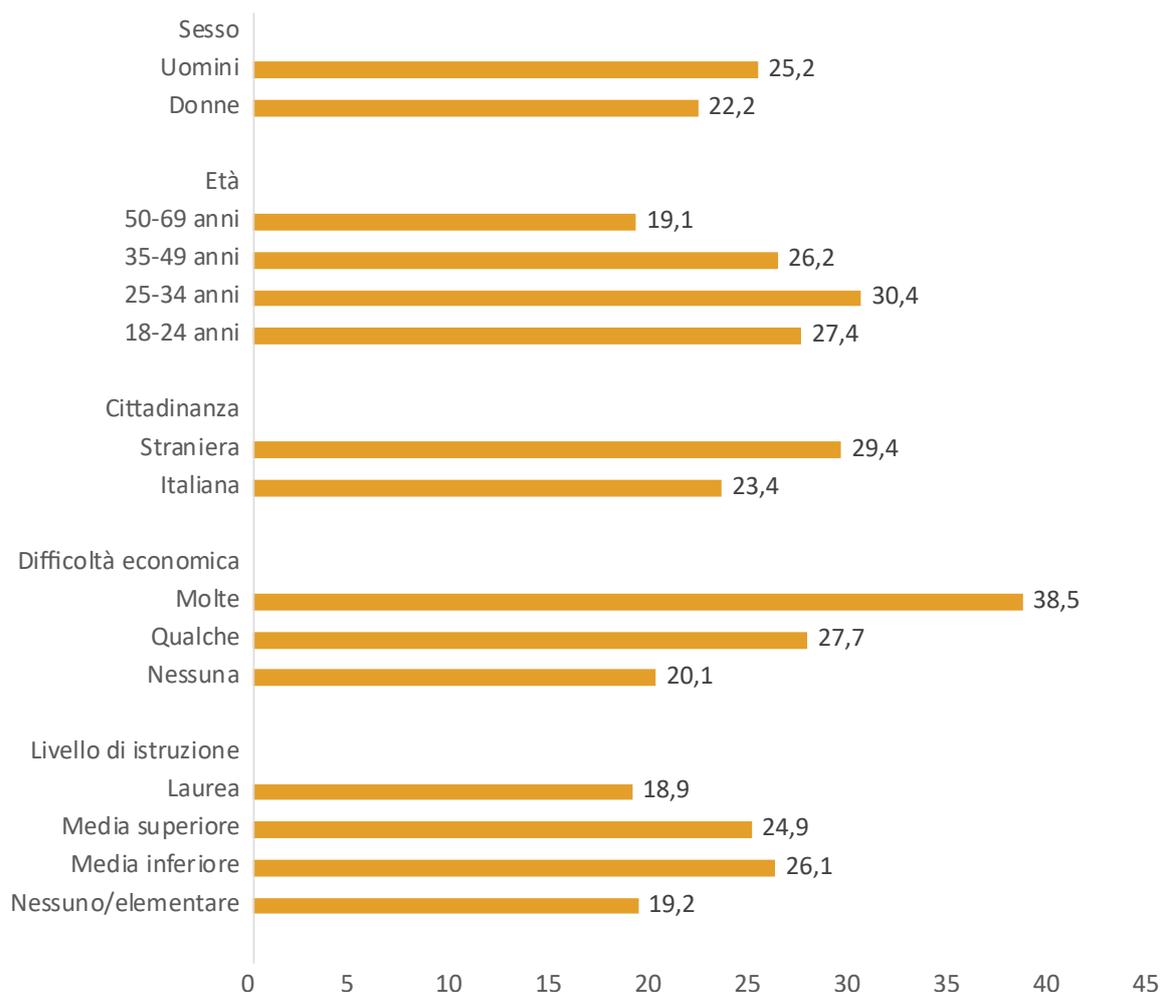


L'87,9% dei fumatori toscani sono fumatori abituali, mentre il 12,1% fuma saltuariamente. In questo caso non si rilevano grosse differenze di genere, con una percentuale leggermente più alta tra le fumatrici occasionali (14,3% vs 10,1%). Se analizziamo per fasce d'età, sono i più giovani, 14-19 anni a fumare di più occasionalmente con il 43,4%, tale dato va diminuendo con l'aumentare dell'età, confermando che dalle prime sperimentazioni fatte nell'adolescenza si passa ad un'abitudine confermata e stabile nell'arco della vita.

I fumatori toscani fumano in media tra le 6 e le 10 sigarette al giorno e solo il 2% dei fumatori ne fuma più di 20 al giorno. Il totale dei giovani fumatori non fuma più di 10 sigarette al giorno. In questo caso, i toscani sono più virtuosi dei connazionali: i livelli regionali di sigarette fumate al giorno sono inferiori alla media nazionale. Leggermente più alti i dati rilevati da PASSI. Secondo l'indagine dell'Istituto superiore di sanità i fumatori in Italia sono il 24% (nella fascia d'età 18-69 anni), l'ISS rileva anche il dato su gli ex fumatori: in Italia nel 2022 ad aver smesso di fumare sono il 17% degli italiani, mentre un 59% non ha mai fumato. I dati toscani¹ si allineano molto a quelli nazionali, infatti, sono fumatori il 23,8%, ex fumatori il 18% e non hanno mai fumato il 58,2%. Si conferma invece la graduale riduzione dei fumatori negli anni.

Per quanto riguarda le caratteristiche dei fumatori toscani, abbiamo già rilevato che per la maggioranza sono uomini, appartenenti alla fascia d'età 25-34 anni e per il 29,4% sono stranieri. Si delinea anche un gradiente sociale significativo, sono infatti le persone con maggiori difficoltà economiche (38,5%) e con titolo di studio medio basso (45% tra licenza elementare e media inferiore) a fumare di più.

Figura 4. Caratteristiche dei fumatori toscani. Fonte: PASSI 2021-2022



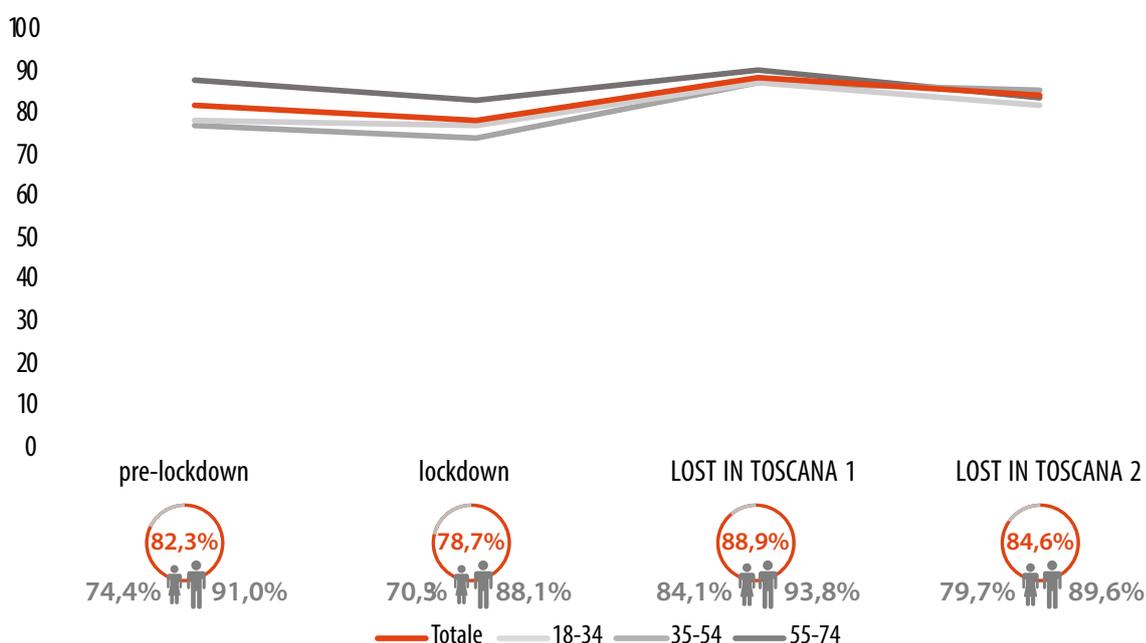
¹ Il campione non è del tutto rappresentativo della Regione Toscana, in quanto nel 2021 le interviste furono realizzate nella sola AUSL Toscana Sud-est. Nel 2022 invece sono rappresentate tutte e tre le AUSL.

Va infine segnalato che in Toscana il 55,7% dei fumatori ha ricevuto il consiglio di smettere di fumare da un sanitario (il dato italiano si ferma al 47%).

Dai dati di PASSI d'Argento, nel biennio 2021-2022, il 62% degli over 65enni non fuma e solo una persona su 10 è ancora fumatore. A livello regionale sono fumatori l'8,1% degli anziani toscani, mentre sono ex fumatori il 25,8%, un valore che è rimasto stabile negli anni.

L'indagine [LOST in Toscana](#) ha indagato le abitudini e i comportamenti dei toscani e degli italiani durante il lockdown e nel periodo successivo. Le abitudini riportate in Toscana differiscono da quelle nazionali, in particolare, si osserva un incremento della prevalenza dei fumatori dal 23,8% al 25,8% nella prima rilevazione, mentre nell'ultima rilevazione la percentuale dei fumatori scende al 22,1%. A livello nazionale, durante il lockdown si è osservata una iniziale diminuzione della prevalenza dei fumatori, passando dal 23,3% al 21,9%. Successivamente, nella prima fase post pandemia si è verificato un aumento dei fumatori (24,4%), per poi tornare ai livelli pre-pandemia.

Figura 5. Prevalenza di fumatori correnti, per sesso e classe di età, Toscana. Fonte: LOST in Toscana



Dalle analisi dello studio LOST in Italy è emerso che, durante il lockdown, il 5,5% del campione ha smesso o ridotto il fumo, mentre il 9% ha iniziato, ripreso o aumentato l'intensità del fumo. L'aver smesso o diminuito è associato alla giovane età e al fumo occasionale, invece l'aumento del consumo di sigarette durante il lockdown è maggiormente riportato tra le persone che hanno vissuto un peggioramento della qualità della vita, una riduzione della quantità di sonno e un aumento dei sintomi di ansia e depressione. Il questionario prevedeva anche domande sull'intensità di fumo e i tentativi fatti per smettere. Dalla prima rilevazione è emerso che i rispondenti fumavano mezza sigaretta al giorno in più, rispetto a prima del lockdown, con un aumento di oltre 1 sigaretta al giorno per le persone con livello di istruzione più basso, età più avanzata, di sesso maschile ed utilizzatori di psicofarmaci. Infine, lo studio ha evidenziato che a 2 anni dalla fine della pandemia, l'intensità di fumo non era ancora tornata ai livelli pre-pandemia. Analizzando il dato in relazione alle caratteristiche socio-demografiche, per quanto riguarda l'età, si conferma un'intensità di fumo maggiore tra le persone più anziane, mentre i fumatori lievi (<5 sigarette al giorno) sono prevalentemente più giovani. I forti fumatori (>15 sigarette al giorno) sono principalmente persone con basso titolo di studio, occupati e coniugati.

Tabella 1. Caratteristiche socio-demografiche dei fumatori per intensità di fumo, Toscana. Fonte: LOST in Toscana

		Fumatori lievi	Fumatori moderati	Fumatori forti
Totale		28,7	56,3	15
Sesso	Maschio	28,9	55,8	15,4
	Femmina	28,5	56,9	14,7
Classi di età	18-34	35,9	52,9	11,2
	35-54	27,5	56,7	15,8
	55-74	26,1	57,7	16,2
Titolo di studio¹	Alto	28,9	54,6	16,5
	Medio	26,9	61,3	11,8
	Basso	36,2	38,3	25,5
Stato civile	Coniugato	35,1	47,3	17,6
	Non coniugato	16,7	73,2	10,1
Condizione economica	Sopra la media	37,4	47	15,6
	In media	29,1	62,3	8,7
	Sotto la media	23,6	46,7	29,7
Condizione professionale	Occupata	29,6	54,5	15,9
	Economicamente inattivo	27,8	60,7	11,5
	Pensionato/a	23,8	62,5	13,7

¹ Alto: master, laurea specialistica o laurea triennale; Medio: diploma scuola media superiore; Basso: licenza scuola media inferiore, licenza elementare o nessun titolo.

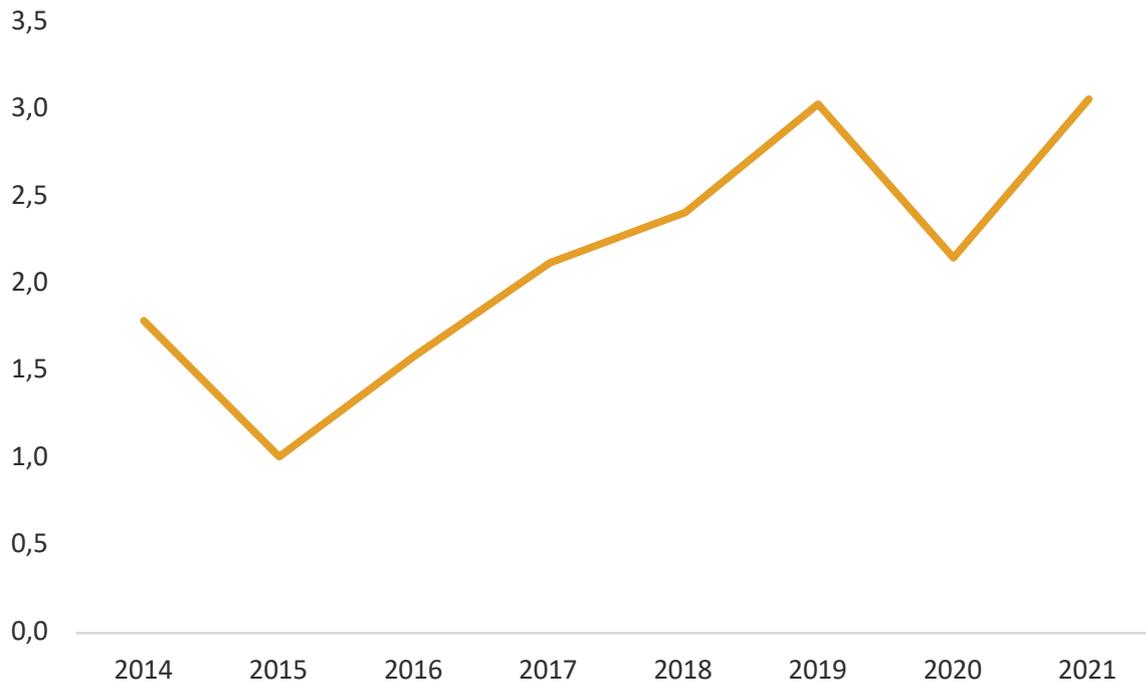
Le sigarette elettroniche e il tabacco riscaldato

Un altro dato importante, di cambiamento, è l'incremento dei nuovi prodotti del tabacco. Negli ultimi anni si è registrato un aumento delle persone che fumano sigarette a tabacco riscaldato e le e-cig, inoltre, il loro consumo si accompagna alla falsa percezione di consumare prodotti meno nocivi per la salute: più di una persona su tre (36,6%) le considera meno dannose delle sigarette tradizionali.

In Italia gli utilizzatori abituali e occasionali di e-cig sono il 2,4% della popolazione, ovvero circa 1.200.000 persone. Dopo un trend che vedeva negli anni precedenti una diminuzione degli utilizzatori, questi nel 2022 sembrano essere di nuovo in aumento (erano il 2,5% nel 2017, 2,1% nel 2018, 1,7% nel 2019). L'81,9% di chi usa la sigaretta elettronica è anche un fumatore, dunque un consumatore duale che fuma le sigarette tradizionali e contemporaneamente l'e-cig. Il 2,8% dei fumatori abituali o occasionali di sigaretta elettronica sono invece persone che prima di utilizzare l'e-cig non avevano mai fumato sigarette tradizionali.

In Toscana i fumatori di sigarette elettroniche sono il 3%, di poco superiori le donne rispetto agli uomini (3,1% vs 2,9%). Essendo un fenomeno relativamente recente, non abbiamo grandi comparazioni negli anni, però, dal 2014 anno in cui l'ISTAT ha inserito la domanda, l'abitudine all'uso delle sigarette elettroniche è andato aumentando, con un calo solo nel 2020.

Figura 6. Fumatori di sigarette elettroniche, serie storica, Toscana. Fonte: Multiscopo ISTAT, 2021



Per quanto riguarda le sigarette a tabacco riscaldato (HTP), queste vengono utilizzate abitualmente o occasionalmente dal 3,3% della popolazione italiana, circa 1.700.000 persone. Il loro consumo è triplicato, passando dall'1,1% nel 2019 al 3,3% nel 2022. Relativamente alla percezione del rischio per la salute derivante dall'uso delle sigarette a tabacco riscaldato, si osserva che sebbene la maggioranza dei fumatori (il 52,2%) ritenga che esse siano dannose al pari delle sigarette tradizionali, il 36,6% ritiene che lo siano meno: quest'ultima percezione si è maggiormente diffusa tra i fumatori rispetto a quanto rilevato nel 2019 (era il pensiero del 25,3% dei fumatori). Inoltre, il 38,8% della popolazione (48,4% dei fumatori) ritiene che questa tipologia di prodotti non portino al consumo di sigarette tradizionali mentre il 26,1% degli italiani (37,2% dei fumatori) ritiene che l'esposizione passiva al consumo di sigarette a tabacco riscaldato non faccia male alla salute.

Tra i toscani usano prodotti a tabacco riscaldato circa il 3% del campione, in linea col dato nazionale e non si rilevano differenze di genere. Principalmente i fumatori di prodotti a tabacco riscaldato, anche occasionale, sono persone fino ai 44 anni d'età.

Infine, abbiamo un 1,2% dei toscani (0,5% Italia) che fuma la pipa e il 3,6% i sigari (2,5% dato italiano). In Toscana, dai dati PASSI, emerge che il 3,5% usa prodotti a tabacco riscaldato non bruciato e il 2,4% sigarette elettroniche. Sono principalmente i giovani a usare l'HTP, il 12,7% nella fascia 18-24 anni e il 4,9% tra i 25-34enni. Il 4,1% ha un'abitudine di poliuso.

Le abitudini di fumo dei giovani

Il consumo di prodotti a base di nicotina e dei nuovi dispositivi risulta essere piuttosto diffuso nella popolazione studentesca, secondo solo a quello dell'alcol. Le motivazioni che spingono i giovani a fumare dipendono da un processo multifattoriale complesso, che include fattori di rischio ambientali, la facile accessibilità ai prodotti a base di tabacco, l'accettazione nel contesto sociale, la scarsa capacità di resistere all'influenza sociale.

Per contrastare il fenomeno, che racchiude in sé sia aspetti sanitari che sociali, la comunità scientifica raccomanda programmi di prevenzione da rivolgere sia alla società nel suo complesso e alla popolazione

“sana” che a gruppi e individui a rischio. L’obiettivo degli interventi di prevenzione è quello di contrastare l’uso di sostanze nella comunità e tra i giovani e il contesto privilegiato dove poter sviluppare programmi efficaci è quello scolastico. La scuola è anche il contenitore all’interno del quale vengono effettuate le diverse sorveglianze che servono a monitorare il fenomeno.

[HBSC](#) indaga, sin dalle prime rilevazioni, il fenomeno del fumo di sigaretta nel corso della vita e negli ultimi 30 giorni. Nell’indagine 2021-2022 è stata introdotta anche la domanda sull’uso della sigaretta elettronica. Tra i ragazzi toscani intervistati la maggior parte ha dichiarato di non aver mai fumato, anche se, com’è prevedibile, la percentuale si abbassa con l’aumentare dell’età, infatti sono il 99% e il 92% degli undicenni e tredicenni a non aver mai fumato, ma diventano il 76% dei quindicenni.

Tabella 2. Frequenza del fumo di sigaretta negli ultimi 30 giorni, per età (%), Toscana. Fonte: HBSC, 2022

	11 anni	13 anni	15 anni	Totale
Mai	99	92,9	76,1	88,4
1-2 giorni	0,5	2,7	7,4	3,8
3-5 giorni	0,1	0,1	3,5	1,7
6-9 giorni	0	1,2	2,2	1,2
10-19 giorni	0,1	0,5	2	0,5
20-29 giorni	0	0,3	1,5	0,7
30 giorni o più	0,3	1,4	7,2	3,3

Rispetto alle differenze di genere, non si rilevano particolari differenze nei più piccoli, ma aumentano con il crescere dell’età e risultano essere le ragazze a fumare di più dei coetanei.

Tabella 3. Frequenze del fumo di sigaretta, per genere e età (%). Fonte: HBSC, 2022

	11 anni	13 anni	15 anni	Totale
Maschi	0,2	0,9	5,1	2,3
Femmine	0,5	1,9	9,6	4,3

Inizia a diffondersi anche tra i ragazzi l’abitudine alla sigaretta elettronica, anche in questo caso si può osservare un gradiente legato all’età, e fortunatamente con valori molto bassi.

Tabella 4. Frequenza del fumo di sigaretta elettronica negli ultimi 30 giorni, per età. Fonte: HBSC, 2022

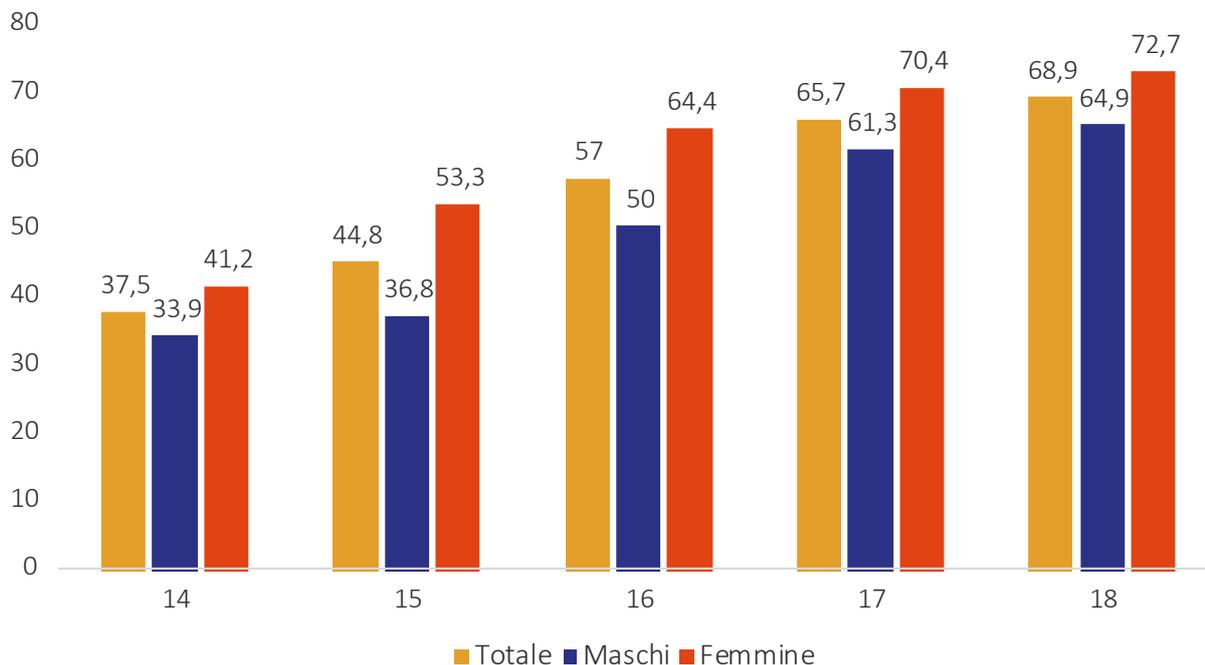
	11 anni	13 anni	15 anni	Totale
Mai	99,2	93,1	78,8	89,5
1-2 giorni	0,3	3	10,1	4,8
3-5 giorni	0,3	0,9	3,2	1,6
6-9 giorni	0	0,6	2,5	1,1
10-19 giorni	0	1,3	2,5	1,3
20-29 giorni	0	0	1	0,4
30 giorni o più	0,1	1,1	2,1	1,2

L’edizione 2022 di HBSC ha inserito per la prima volta i 17enni. In questa fascia d’età fumano il 16,3% dei maschi e il 20,1% delle ragazze.

L’indagine [EDIT 2022](#), focalizzata sulla popolazione adolescente toscana ha rilevato che negli anni la situazione è migliorata ma si osserva un’inversione di consumo rispetto al genere, infatti, la diffusione è maggiore nelle ragazze ma l’intensità rimane maggiore nei ragazzi. Dall’indagine emerge che il 54,7% degli studenti toscani ha provato a fumare, con le ampie differenze di genere: 60,2% delle ragazze contro

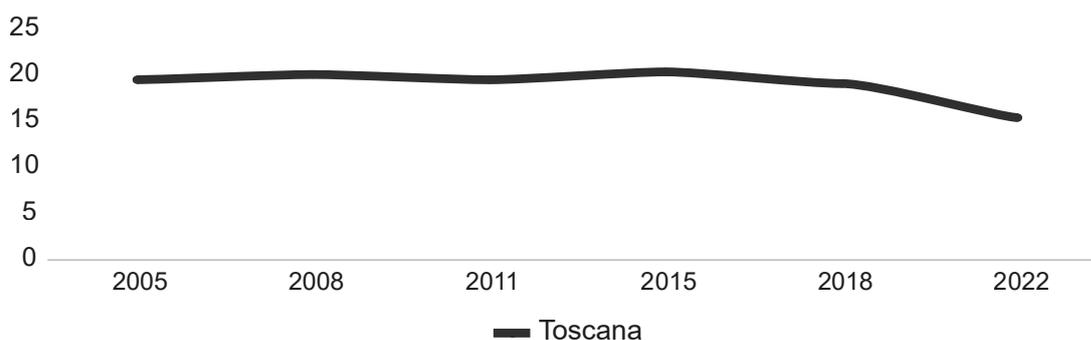
il 49,6% dei ragazzi. Rispetto all'edizione precedente, quella del 2018, i numeri sono in calo, anche se si mantiene la differenza per genere (nel 2018 fumavano il 63% delle ragazze e il 58% dei ragazzi).

Figura 7. Adolescenti che hanno provato a fumare sigarette per genere ed età. Fonte: EDIT 2022



Anche tra chi fuma regolarmente, la percentuale è più alta tra le ragazze, 18,2% vs 13,2%, così come l'età di inizio al fumo conferma questa tendenza, registrando andamenti peggiori tra le ragazze. Il 76,4% delle ragazze ha dichiarato di aver cominciato a fumare prima dei 16 anni, contro il 67,5% dei coetanei maschi. Mentre il numero di sigarette quotidiane resta maggiore tra i ragazzi.

Figura 8. Studenti e studentesse (14-19 anni) che fumano regolarmente, serie storica. Fonte: EDIT 2022



EDIT 2022 ha anche rilevato l'utilizzo della sigaretta elettronica, rilevando che il 45,3% del campione l'aveva provata, senza particolari differenze di genere (maschi 45,7%, femmine 44,8%). Per quanto riguarda la frequenza, tra coloro che l'hanno utilizzata almeno una volta nella vita, 1 rispondente su 2 non l'ha usata nei 30 giorni precedenti, ed è un'abitudine quotidiana per il 18,9% delle ragazze e il 12,4% dei ragazzi.

CONSUMO DI ALCOL

L'alcol rappresenta oggi uno dei maggiori fattori di rischio evitabile. I dati epidemiologici e il monitoraggio alcol-correlato rappresentano gli strumenti indispensabili e insostituibili per la pianificazione e attuazione delle strategie di prevenzione e degli indirizzi sanitari e sociali che sono alla base della maturazione di un'auspicabile cultura del benessere, invocata, ma spesso ostacolata, da modelli e stili di vita tutt'altro che salutari.

Il consumo di alcol è responsabile di circa 1 milione di decessi ogni anno e del 5,1% di anni di vita persi nel mondo al netto della disabilità. Nella fascia d'età tra i 20 e i 24 anni l'alcol è responsabile di un decesso su quattro, diventando una delle principali cause di anni di vita lavorativa persi. Tra i giovani maschi fino ai 29 anni l'incidentalità stradale alcol-correlata continua a rappresentare la prima causa di morte in Europa.

Il consumo di alcol nei dati HBSC

La sorveglianza HBSC – *Health Behaviour in School-aged Children* raccoglie la frequenza auto-risportata delle abitudini sul consumo di alcolici degli adolescenti. In particolare viene chiesto a ragazzi e ragazze di riportare il numero di volte in cui hanno bevuto alcol, se si sono ubriacati negli ultimi 30 giorni e se hanno praticato binge drinking (la consumazione di 5 bicchieri o più di bevande alcoliche, anche diverse, in un'unica occasione) nell'ultimo anno. Vengono inoltre raccolte anche le frequenze auto-risportate nel consumo di diverse bevande alcoliche e nello specifico: birra, vino, superalcolici, alcolpops (bevande gassate leggermente alcoliche) e aperitivi (spritz o bevande simili).

HBSC indaga una fase particolare della vita, in cui il gruppo dei pari e le relazioni sociali acquisiscono sempre maggiore importanza e aumenta la probabilità di sperimentare e adottare comportamenti trasgressivi che possono avere conseguenze sulla salute attuale e futura, tra questi, l'uso di sostanze lecite come l'alcol e il tabacco.

L'alcol rimane la sostanza maggiormente utilizzata dai giovani, è quindi indispensabile monitorarne i consumi, identificare i fattori ad essi associati e stabilire politiche utili a limitarli. Tali politiche devono tener conto anche dei cambiamenti che negli ultimi anni si stanno osservando sul consumo di bevande alcoliche. Nel nostro Paese a fronte di una riduzione del consumo di vino durante i pasti, si registra un progressivo aumento di consumo di bevande alcoliche occasionale al di fuori dei pasti.

Dai dati dell'indagine 2022 emerge che il consumo di alcol, così come le ubriacature, cresce all'aumentare dell'età e in misura maggiore nelle ragazze. A livello nazionale il 37,9% degli adolescenti riporta di aver bevuto alcolici negli ultimi 30 giorni e il 14,5% riporta di essersi ubriacato. Il 38,3% dei partecipanti riporta di aver fatto esperienza di binge drinking nell'ultimo anno.

Il trend emerso a livello nazionale si conferma anche per il territorio toscano. La maggior parte dei ragazzi intervistati ha dichiarato di non aver mai bevuto alcol, come per il campione nazionale, la percentuale si riduce col crescere dell'età: passando dal 87,9% degli undicenni al 67,5% dei tredicenni, fino al 31,4% dei quindicenni.

Tabella 5. Frequenza del consumo di alcol nella vita, per età, Toscana (%). Fonte: HBSC, 2022

	11 anni	13 anni	15 anni	Totale
Mai	87,9	67,5	31,4	59,8
1-2 giorni	7,2	15,1	19,7	14,5
3-5 giorni	2	5	8,7	5,5
6-9 giorni	1,1	2,6	6,5	3,6
10-19 giorni	0,7	2,4	8,9	4,4
20-29 giorni	0,3	1,5	5,4	2,6
30 giorni o più	0,8	5,9	19,4	9,5

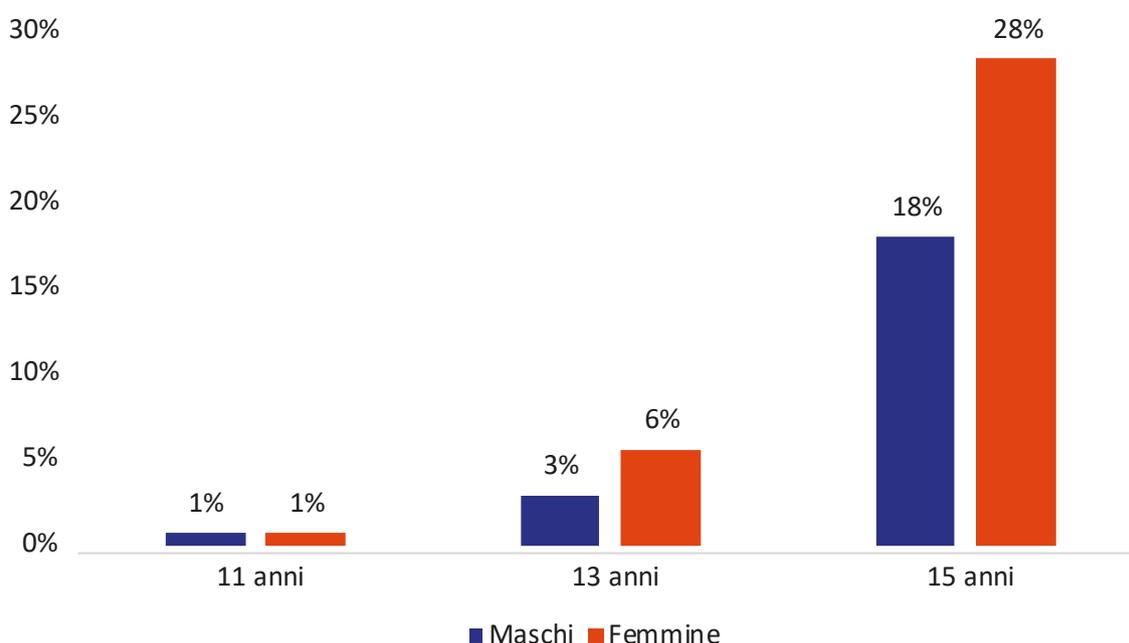
Si osservano anche delle differenze di genere, che cambiano con l'età. Nei più piccoli, 11 e 13, bevono di più i ragazzi, mentre dai quindici anni in su, le ragazze superano i ragazzi, tendenza confermata anche a livello nazionale.

Tabella 6. Frequenza di consumo di alcol ogni giorno negli ultimi trenta giorni, per genere ed età, Toscana (%). Fonte: HBSC, 2022

	11 anni	13 anni	15 anni	Totale
Maschi	0,7	1,4	1,6	1,3
Femmine	0,5	1	3,6	1,8

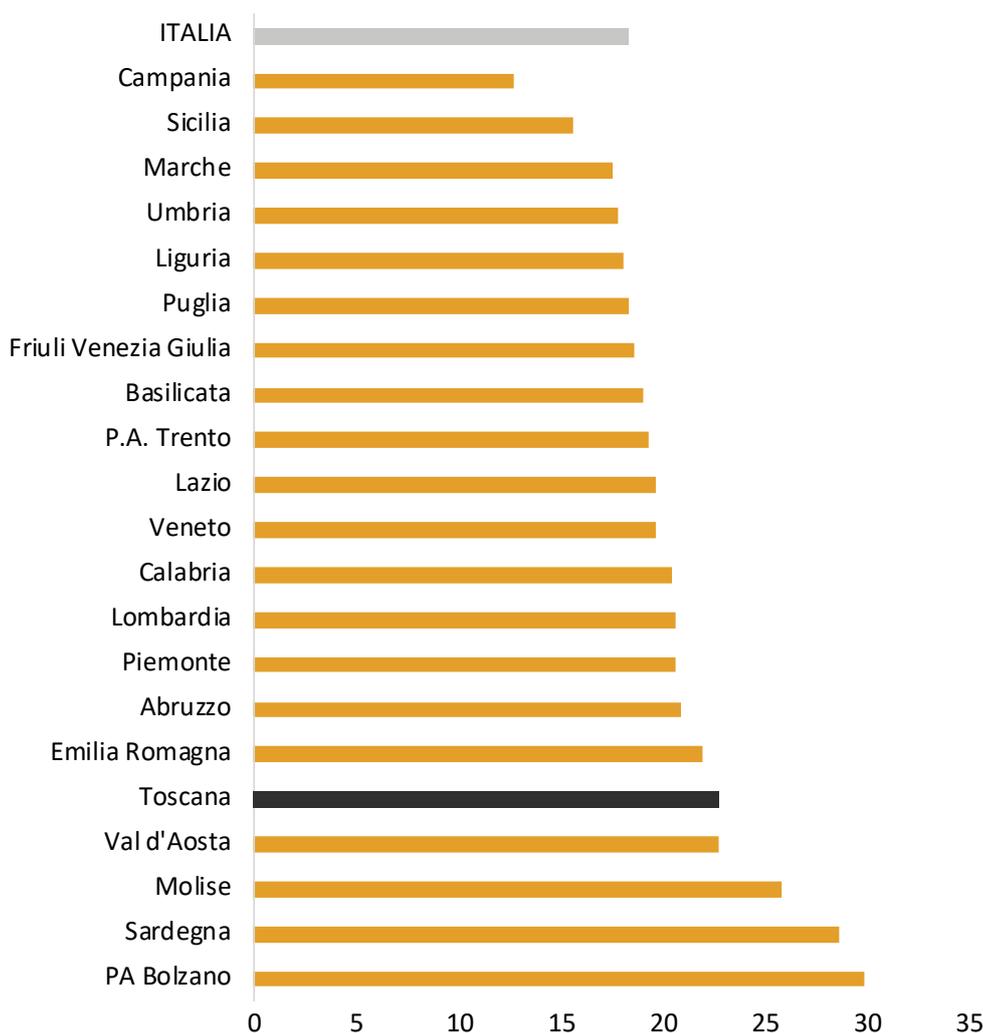
È stato poi indagato il fenomeno dell'ubriacatezza. In questo caso, il dato presentato è relativo ai ragazzi e ragazze che dichiarano di essersi ubriacati almeno due volte nella vita. Com'era prevedibile, il fenomeno aumenta significativamente con l'età: sono lo 0,7% dei ragazzini e delle ragazzine toscane di 11 anni ad essersi ubriacate almeno 2 volte nella vita (contro l'1% dei maschi italiani e lo 0,7% delle femmine italiane); abbiamo poi il 2,9% dei tredicenni toscani (3,7% dato italiano) e il 5,6% delle tredicenni toscane (4,1% dato italiano). La differenza più grossa, anche per genere, si osserva tra i quindicenni. Nella Regione Toscana sono il 28,4% delle quindicenni ad essersi ubriacate e il 18% dei maschi, a livello nazionale sono il 21,3% delle femmine contro il 15,6% dei maschi. Emerge chiaramente e forte come il dato delle ragazze sia significativamente più alto rispetto a quello dei maschi e come il dato toscano sia, purtroppo, superiore alla media nazionale.

Figura 9. Frequenza di coloro che dichiarano di essere stati ubriachi 2 volte o più nella vita, per età e genere, Toscana. Fonte: HBSC, 2022



Se si analizza il dato dei soli quindicenni e si compara tra le regioni, possiamo notare come la Toscana sia sopra alla media nazionale (18%) e sia tra le regioni con le più alte percentuali.

Figura 10. Quindicenni che si sono ubriacati almeno due volte nella vita, per regione. Fonte: HBSC, 2022



L'edizione 2022 di HBSC ha introdotto anche la fascia dei 17enni.

Per i 17enni toscani si conferma il dato emerso con i 15enni: sono le ragazze a bere di più e ad ubriacarsi di più (58,2% vs 54,3%), mentre sono i ragazzi ad aver sperimentato di più il binge drinking, anche se di poco superiore.

I dati EDIT

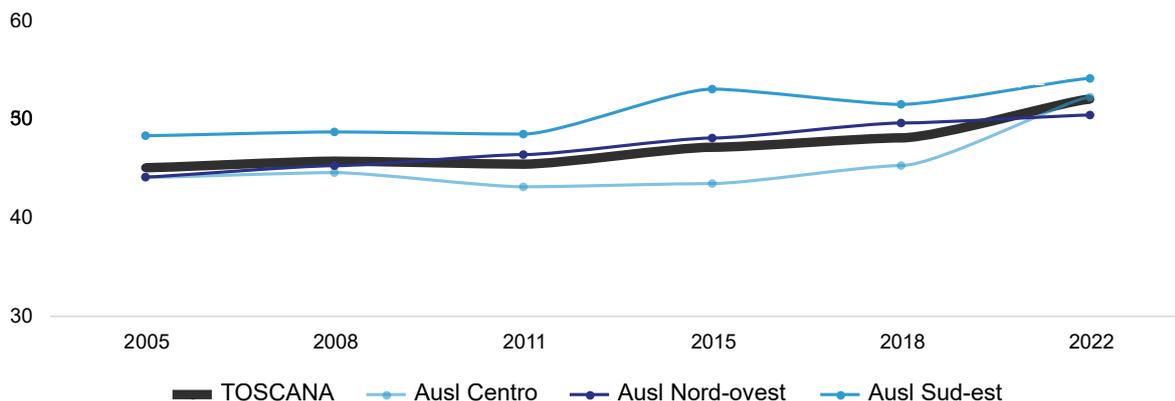
La VI° edizione di EDIT (Epidemiologia dei Determinanti dell'Infortunistica stradale in Toscana) è stata realizzata nel 2022 ed ha coinvolto circa 8000 studenti della secondaria di II° grado.

Dalla rilevazione del 2022 è emerso che 8 adolescenti su 10 hanno bevuto almeno una volta nella vita, percentuale inferiore rispetto al 2018 (93%), l'abitudine è più diffusa tra le ragazze (83,7% vs 80,5%).

Per quanto riguarda il fenomeno delle ubriacature, è emerso che nei 12 mesi precedenti la somministrazione del questionario 1 adolescente su 2 in Toscana si è ubriacato almeno una volta. Si tratta di una pratica più diffusa tra le ragazze, 55,9% contro il 48,5% dei compagni maschi e con differenze territoriali, con un picco nell'AUSL Sud-est (54%) e una concentrazione lievemente minore nelle AUSL Centro (52%) e Nord-ovest (51%).

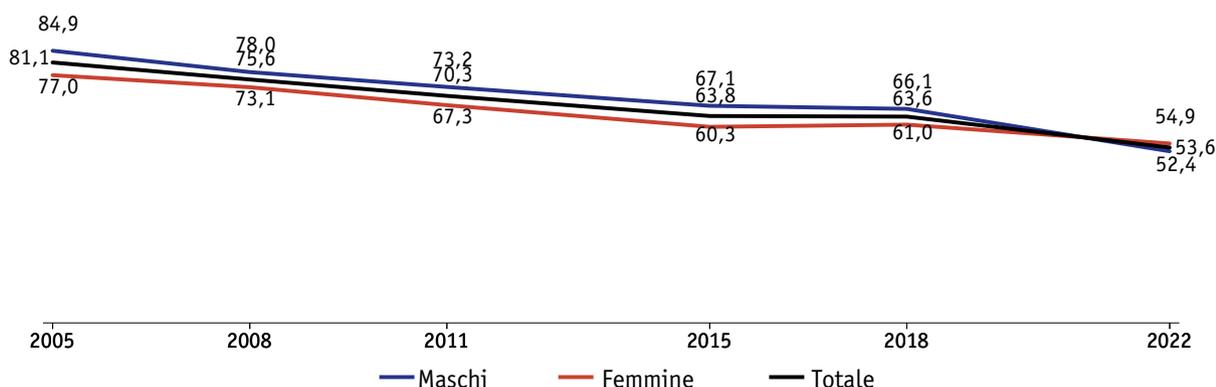
Il dato è andato aumentando negli anni.

Figura 11. Studenti e studentesse (14-19 anni) a cui è capitato di ubriacarsi almeno una volta negli ultimi 12 mesi. Fonte: EDIT, 2022



Confrontando il consumo di almeno una bevanda alcolica nella settimana precedente alla rilevazione nelle diverse edizioni, emerge che le abitudini sono in costante calo dal 2005. Va anche segnalato che, nel 2005 il consumo di alcol era maggiore per i ragazzi, nell'ultima edizione è leggermente maggiore nelle ragazze.

Figura 12. Andamento % del consumo di almeno una bevanda alcolica nella settimana precedente alla rilevazione per genere. EDIT 2005 - 2022



Se le ubriacature risultano più diffuse tra le ragazze, il binge drinking è più diffuso tra i maschi. Nei 12 mesi precedenti la rilevazione è accaduto a 1 adolescente su 4 di aver bevuto 5 o più alcolici in un'unica occasione, con maggiore frequenza tra i ragazzi (27,1%), rispetto alle ragazze (21,6%).

Figura 13. Studenti e studentesse (14-19 anni) che hanno avuto un episodio di binge drinking. Fonte: EDIT, 2022

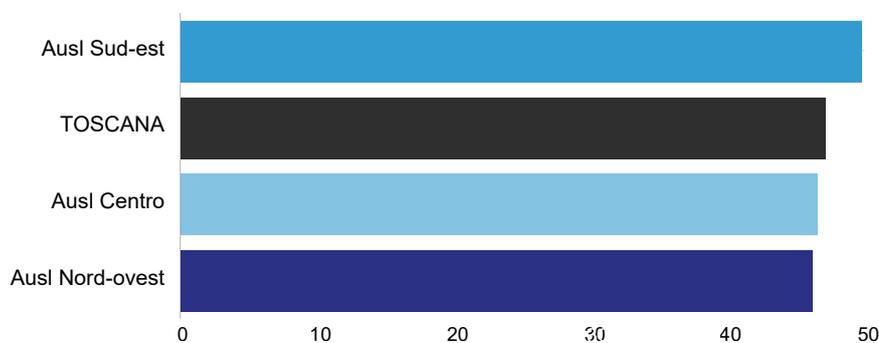


Tabella 7. % dei consumi eccedentari dei 12 mesi precedenti. Fonte: EDIT, 2022

	Totale	Maschi	Femmine
Almeno un'ubriacatura	52,2%	48,5%	55,9%
Almeno un episodio di Binge drinking	47,1%	48,9%	45,2%

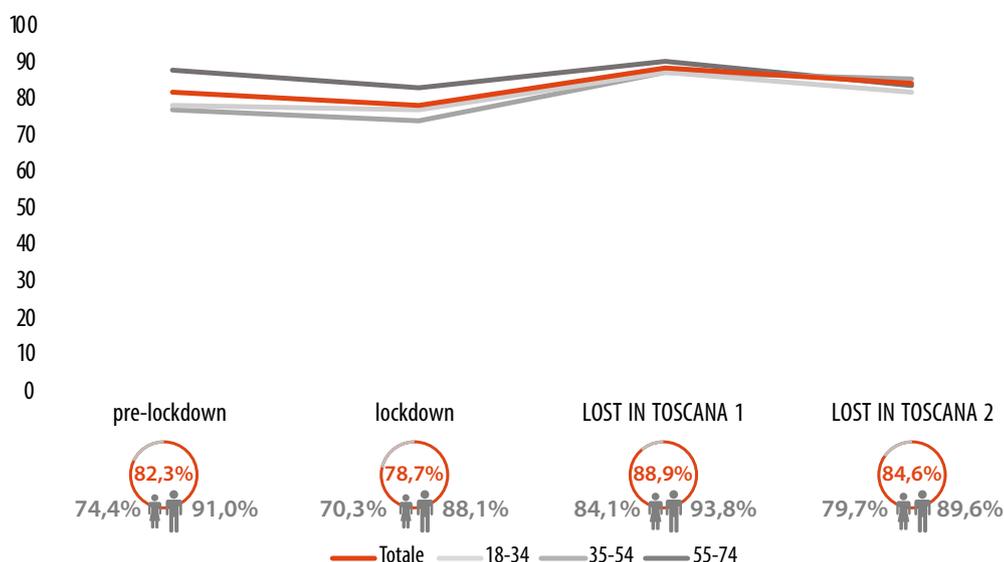
LOST in Toscana

La pandemia da COVID-19 e i conseguenti periodi di lockdown hanno influenzato le nostre abitudini, con ricadute sia sul breve che sul medio periodo. È ancora presto per valutarne la reale portata sul lungo periodo, ma in tutte le sorveglianze sanitarie sono stati inseriti nuovi indicatori per indagare gli effetti del COVID-19 e sono state anche predisposte indagini ad hoc, è il caso dello studio “LOckdown e STili di vita in Toscana” (LOST In Toscana) che ha raccolto, attraverso 2 successive rilevazioni, dati comparabili con quelli nazionali preventivamente raccolti dallo studio LOST In Italy, con l’obiettivo di investigare le condizioni psicologiche, gli stili di vita e i comportamenti nelle fasi pandemiche successive alla prima ondata. Le misure di lockdown, adottate a livello nazionale e regionale per il contenimento della diffusione del virus, hanno improvvisamente rivoluzionato la vita e le abitudini di milioni di italiani e, sebbene le misure di contenimento abbiano avuto effetti positivi sulla riduzione dei casi, specialmente durante la prima ondata, tali azioni potrebbero aver comportato l’insorgenza o l’aumento di disagi psicologici dovuti all’ansia, alla riduzione della vita sociale, a preoccupazioni a livello economico dovute alla perdita di molti posti di lavoro. Il carico psicologico, insieme all’impossibilità di uscire di casa, hanno avuto un impatto immediato sugli stili di vita degli italiani, determinando, ad esempio, riduzione dell’attività fisica, modifiche nel consumo di alcol o di sostanze stupefacenti e cambiamenti nell’abitudine al fumo, ma possono aver agito anche sul lungo termine, consolidando modifiche dei comportamenti e dei consumi da monitorare con attenzione nel corso del tempo.

Lo studio ha previsto due rilevazioni: la prima condotta nel marzo 2022 e la seconda a distanza di 12 mesi. Il primo dato che emerge, in Toscana, è che si nota una diminuzione delle persone che hanno assunto bevande alcoliche durante il lockdown (78,7%) rispetto al periodo precedente (82,3%), mentre emerge un aumento durante l’immediato periodo successivo registrato dalla prima rilevazione di LOST In Toscana, arrivando all’88,9% e assestandosi sull’84,6% durante la seconda rilevazione. Le stesse dinamiche sono state riscontrate a livello nazionale. Si conferma la differenza per genere, con gli uomini che bevono di più, con una differenza di 10-18 punti percentuali.

Il gradiente per età mostra che in Toscana il consumo è rimasto molto diffuso soprattutto nella fascia d’età 55-74 anni, senza evidenziare una vera e propria inversione di tendenza, ma mostrando un superamento della diffusione di questo comportamento tra le persone di 35-54 anni (86,3%) rispetto alle altre due classi di età (18-34 anni: 82,2%; 55-74 anni: 84,5%), registrato in occasione dell’ultima rilevazione, coerente con il dato italiano ma con meno divario rispetto alla classe di età più bassa.

Figura 14. Prevalenza di utilizzo di alcol, totale, per classe di età. Trend percentuale, Toscana. Fonte: LOST in Toscana, 2022



Entrando nel dettaglio della quantità di alcol consumata e dividendo il campione in 3 categorie, astemio, con consumo moderato² e consumo a rischio³, notiamo che sebbene il consumo moderato sia in tutti i momenti prevalente, la quota di soggetti a rischio è aumentata, in Italia e in Toscana. Infatti in Italia è passata dal 10,7% prima del lockdown al 17,7% nella seconda rilevazione LOST In Toscana e in Toscana dal 12,9% al 16,9%. In linea con i risultati esposti sopra, durante il lockdown si osserva una diminuzione del consumo e un relativo aumento dei soggetti considerati astemi, che tornano a diminuire nei periodi successivi, in Italia come in Toscana.

Tabella 8. Consumatori di alcol quotidiano per quantità di alcol consumata. Italia e Toscana. Fonte: LOST in Toscana, 2022

		Pre-lockdown	Lockdown	LOST in Toscana 1	LOST in Toscana 2
Italia	Astemio	16,5	25,6	12,7	13,5
	Moderato	72,8	64,2	72,4	68,9
	A rischio	10,7	10,2	14,8	17,7
Toscana	Astemio	17,7	21,3	11,1	15,4
	Moderato	69,4	65,1	73,8	67,8
	A rischio	12,9	13,6	15	16,9

I dati di PASSI

La sorveglianza PASSI è una sorveglianza di sanità pubblica che raccoglie le informazioni della popolazione italiana adulta.

Nel biennio 2021-2022 il 42% degli italiani tra i 18 e i 69 anni non ha consumato bevande alcoliche, di contro, una persona su 6, circa il 17%, ha avuto un consumo definito "a rischio" per la salute. Il consumo a "maggiore rischio" è più frequente fra i giovani (fra i 18-24enni la quota sfiora il 35%), fra gli uomini (21% vs 13% nelle donne) e fra le persone socialmente più avvantaggiate, senza difficoltà economiche (19% vs 14% di chi ha molte difficoltà economiche) o con un alto livello di istruzione (20% fra i laureati vs 8% fra chi ha, al più, la licenza elementare).

Dal 2010 si osservava un lento ma progressivo aumento del consumo di alcol a maggior rischio, determinato dall'aumento del binge drinking e del consumo prevalentemente/esclusivamente fuori pasto. Dal 2018 si inizia a osservare un'inversione di tendenza che si conferma, e anzi si accentua, durante la pandemia, per poi tornare a valori pre-pandemici nel 2022. Si tratta di modeste variazioni in termini assoluti, sostenute evidentemente dalle minori occasioni di incontro e socialità (cui il binge drinking e il consumo di alcol fuori pasto si associano), determinate dalle chiusure dei locali imposte dalle misure per il contenimento dell'emergenza. A fronte della riduzione del binge drinking o del bere fuori pasto, aumenta però il consumo abituale elevato.

La popolazione toscana mantiene dei livelli di consumo di alcol superiori alla media nazionale, con un trend in salita soprattutto per i bevitori a maggior rischio⁴, che sono passati dal 16,9% del 2010 al 21% del 2022. In lento aumento anche l'abitudine al binge drinking.

² Moderato equivale a bere 2 o meno unità alcoliche per le donne, 4 o meno unità alcoliche per gli uomini.

³ A rischio equivale a bere 3 unità alcoliche o più per le donne, 5 o più per gli uomini.

⁴ È un indicatore composito, che include consumo abituale elevato, consumo episodico eccessivo, consumo fuori pasto: consente di valutare la quota cumulativa di popolazione con un consumo alcolico non moderato. Questo indicatore corrisponde alla prevalenza di intervistati, che riferiscono, negli ultimi 30 giorni, un consumo abituale elevato (>2 UA medie giornaliere per gli uomini; >1 UA per le donne) oppure almeno un episodio di *binge drinking* (>4 UA per gli uomini; >3 UA per le donne) oppure un consumo (esclusivamente o prevalentemente) fuori pasto.

Tabella 9. indicatori PASSI 2021. Fonte: ISS, 2022

	Consumo alcol	Consumo fuori pasto	Consumo abituale elevato	Consumo binge drinking	Consumo a maggior rischio
Toscana	66	11,4	2,4	9,1	20,2
Italia	57,9	9,1	2,3	9,3	17,3

I dati in PASSI d'Argento

La situazione degli anziani toscani è sicuramente buona: il 65,8% degli intervistati durante l'ultima indagine ha dichiarato di essere astemio e di non bere nessun alcolico, nemmeno ogni tanto. Tra i bevitori saltuari, il 52,3% è maschio e il 20,3% donna. Il consumo diminuisce con l'età, passando dal 37,5% dei 65-74enni, al 34,4% dei 75-84enni, fino al 24,9% degli over 85.

Rispetto alle edizioni precedenti il consumo di alcol tra gli anziani è in diminuzione, in particolare i consumatori a rischio (2+ bicchieri di alcol al giorno), che diminuiscono di circa 10 punti percentuali rispetto al 2017.

Tabella 10. Consumo di alcol, Toscana 2017-2021. Fonte: Sorveglianza PASSI d'Argento, ISS, 2021

Consumo di alcol	2017	2019	2021
Moderato	18,7	12,8	17,9
A rischio	27,3	13,5	16,3

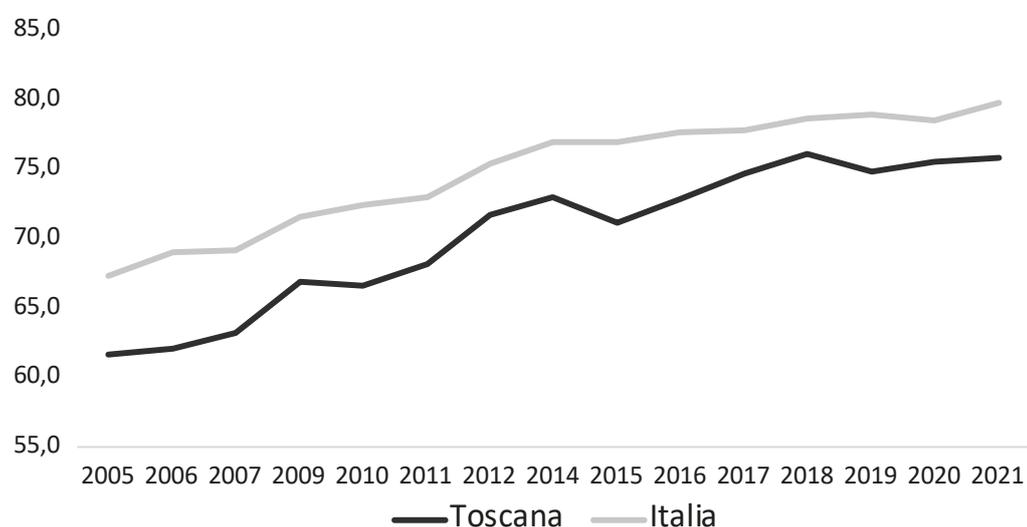
Infine, si segnala che tra le persone che bevono alcolici, anche saltuariamente, solo l'1,5% ha ricevuto dal proprio medico il consiglio di ridurre il consumo di alcol.

Indagine multiscopo sulle famiglie "Aspetti della vita quotidiana"

Attraverso l'Indagine multiscopo sulle famiglie l'ISTAT raccoglie informazioni dettagliate sulla popolazione italiana di 11 anni e più, incluse le abitudini e il consumo di alcol.

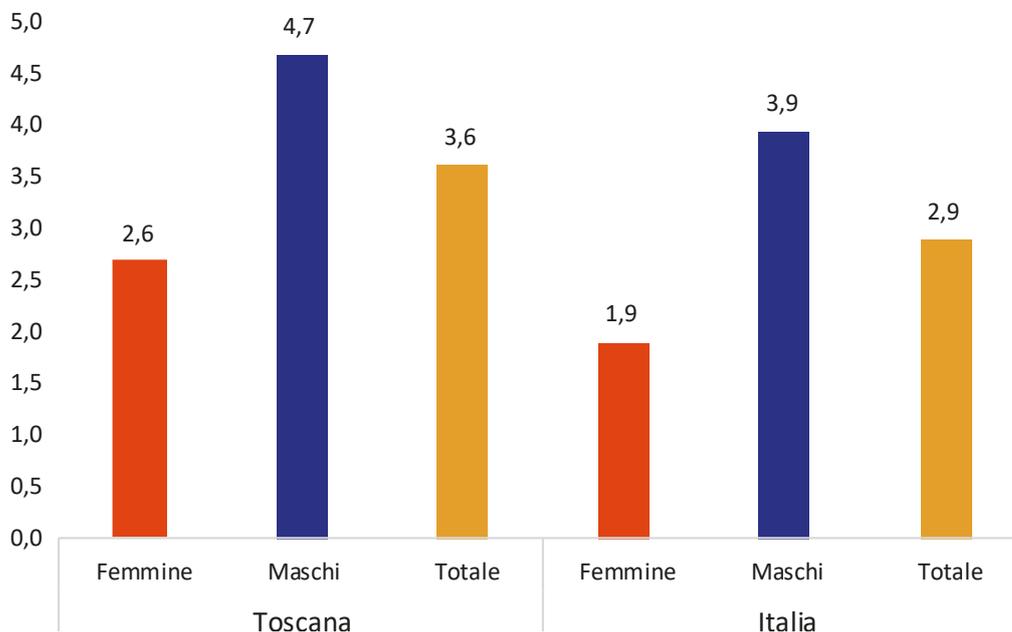
Nell'indagine 2021 hanno dichiarato di essere astemi il 75,8% dei toscani e il 79,7% degli italiani. Analizzando le differenze di genere, si dichiarano astemi l'83% delle donne toscane (88,4% Italia) e 68% degli uomini (70,3% Italia). Un dato che è andato migliorando negli anni, ma che per la regione Toscana resta inferiore alla media italiana.

Figura 15. Trend storico astemi. Fonte: Indagine Multiscopo ISTAT, 2021



Analizzando, invece, il dato sui bevitori a rischio⁵ si evidenzia che la Toscana ha una percentuale più alta, rispetto all'Italia (3,6% vs 2,9%)⁶. Sono gli uomini ad essere maggiormente dei bevitori a rischio, sia a livello nazionale che regionale, anche in questo caso il dato regionale è superiore a quello nazionale.

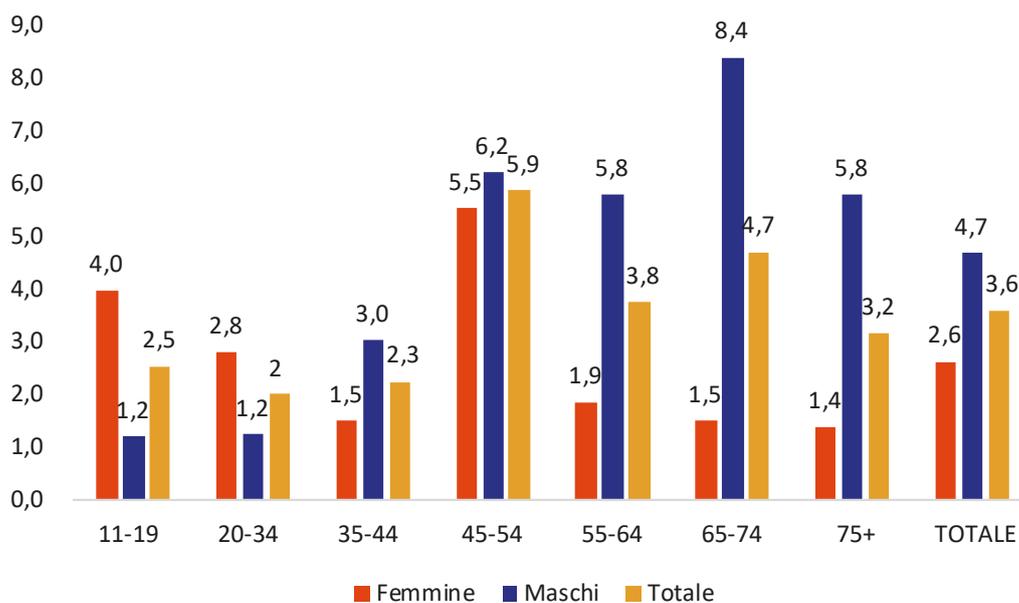
Figura 16. Bevitori a rischio per genere, Toscana e Italia. Fonte: Indagine Multiscopo ISTAT, 2021



Confrontando in particolare il dato dell'ultima rilevazione (2021) con la rilevazione del 2019, cioè l'anno prima del COVID-19 si può notare che il COVID e il lockdown non hanno influito in modo preoccupante sui consumi a rischio. Infatti il dato sui consumatori a rischio è passato da 3,9% del 2019 al 3,6% del 2021 per la Toscana e da 2,8% a 2,9% per l'Italia.

Se scorporiamo per genere, come confermato anche nelle altre sorveglianze, le donne di giovane età bevono di più dei coetanei maschi.

Figura 17. Bevitori a rischio, per genere, Toscana. Fonte: Indagine Multiscopo ISTAT, 2021



⁵ Sono considerati bevitori a rischio coloro che consumano abitualmente più di 20 gr. alcol se donna o più di 40 gr. se uomo.

⁶ Variabile ricostruita sulla base dei consumi abituali di vino, birra, amari, superalcolici e aperitivi alcolici.

Uso DI SOSTANZE

L'OMS definisce la "dipendenza patologica" come "condizione psichica, talvolta anche fisica, derivante dall'interazione tra un organismo e una sostanza, caratterizzata da risposte comportamentali e da altre reazioni che comprendono un bisogno compulsivo di assumere la sostanza in modo continuativo o periodico, allo scopo di provare i suoi effetti psichici e talvolta di evitare il malessere della sua privazione". Dal punto di vista psico-fisico ogni singola sostanza produce differenti effetti sulla salute del consumatore. Tutte le sostanze stupefacenti possono causare gravi conseguenze sulla salute mentale: ansia, depressione, schizofrenia, apatia, paranoia, disturbi bipolari e della personalità. Dal punto di vista fisico gli effetti sulla droga sono: danni al sistema nervoso, danni irreversibili alla memoria, malattie cardiovascolari, insufficienza renale, lesioni polmonari, infezioni come HIV, overdose e talvolta morte. Inoltre, il consumo e la dipendenza portano in alcuni casi la persona a comportamenti criminali per potersi procurare il denaro per le sostanze, causando così gravi conseguenze sulle relazioni familiari, arrivando anche alla perdita del lavoro e a seri problemi economici.

Relazione annuale al Parlamento sul fenomeno delle tossicodipendenze in Italia

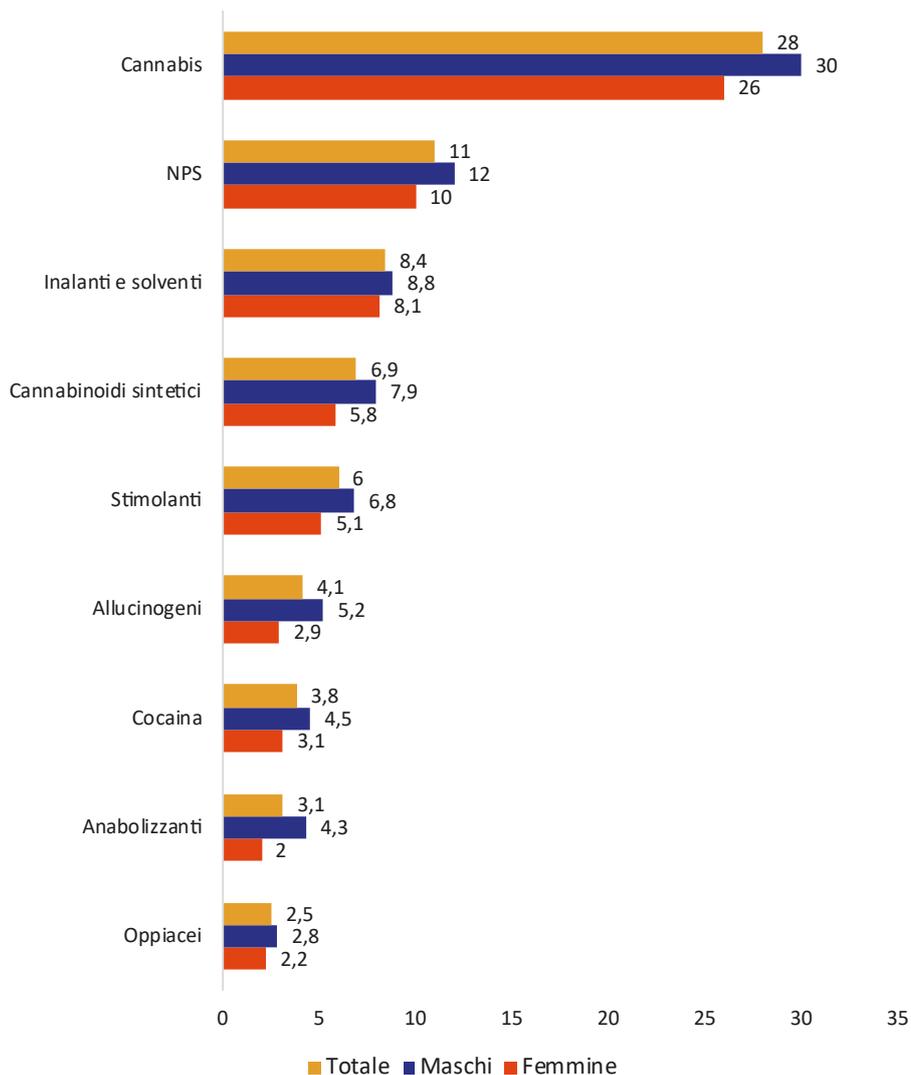
La [Relazione annuale al Parlamento sul fenomeno delle tossicodipendenze in Italia](#), prevista dal DPR 309/90, è la principale fonte informativa nazionale del Dipartimento per le Politiche Antidroga. I dati in essa presente vengono raccolti dalle amministrazioni centrali, periferiche, dai centri di ricerca e dagli enti del privato sociale. Lo scopo principale della relazione è di inquadrare il fenomeno nel modo più aderente possibile alla realtà, in modo da poter orientare gli interventi pubblici nel settore.

Dalla Relazione 2024 emerge che nel corso del 2023 il consumo di sostanze è in aumento, sia dal lato dei consumi, sia per quanto riguarda i reati penali. In particolare, è preoccupante l'incremento nella fascia giovanile, quasi 960mila studenti, pari al 39% della popolazione studentesca, riferiscono di aver consumato una sostanza illegale almeno una volta nella vita.

Sono i ragazzi ad avere un consumo maggiore di sostanze (30% vs 25% delle ragazze). Entrando nel dettaglio delle sostanze consumate, la cannabis rimane la sostanza più usata dai giovani. Il 28% degli studenti riferiscono di averla utilizzata almeno una volta nella vita e il 22% nell'ultimo anno. Rispetto all'anno precedente, il consumo di cannabis ha registrato una lieve contrazione. Un altro dato che colpisce molto è l'uso di nuove sostanze psicoattive riportato nella fascia 15-19 anni (11%). Dopo la pandemia il consumo di queste sostanze risulta in crescita: in particolare, nel 2023 si osservano i valori più elevati mai registrati in rapporto all'uso di ketamina.

Infine, il 3,8% degli studenti intervistati da ESPAD (14-19 anni) riferiscono di aver fatto uso di cocaina almeno una volta nella vita, il 2,2% lo hanno fatto nel corso del 2023 e per 18mila il consumo è avvenuto 10 o più volte negli ultimi 30 giorni (0,7%). Sono soprattutto i 17enni ad aver consumato cocaina nell'ultimo anno e, in tutte le fasce d'età, i consumi maschili risultano superiori a quelli femminili. Tra gli studenti che hanno utilizzato cocaina, la metà circa riferisce un primo utilizzo tra i 15 e i 17 anni, mentre il 39% si è approcciato a questa sostanza prima dei 15 anni (dato in crescita rispetto al 2022). Anche in questo caso, in seguito a un lungo periodo di consumi in diminuzione, a partire dal 2021 si registra un trend in aumento che, nel 2023, raggiunge valori superiori a quelli pre-pandemia.

Figura 18. Consumo di sostanze stupefacenti nella popolazione studentesca. Fonte: ESPAD, 2023

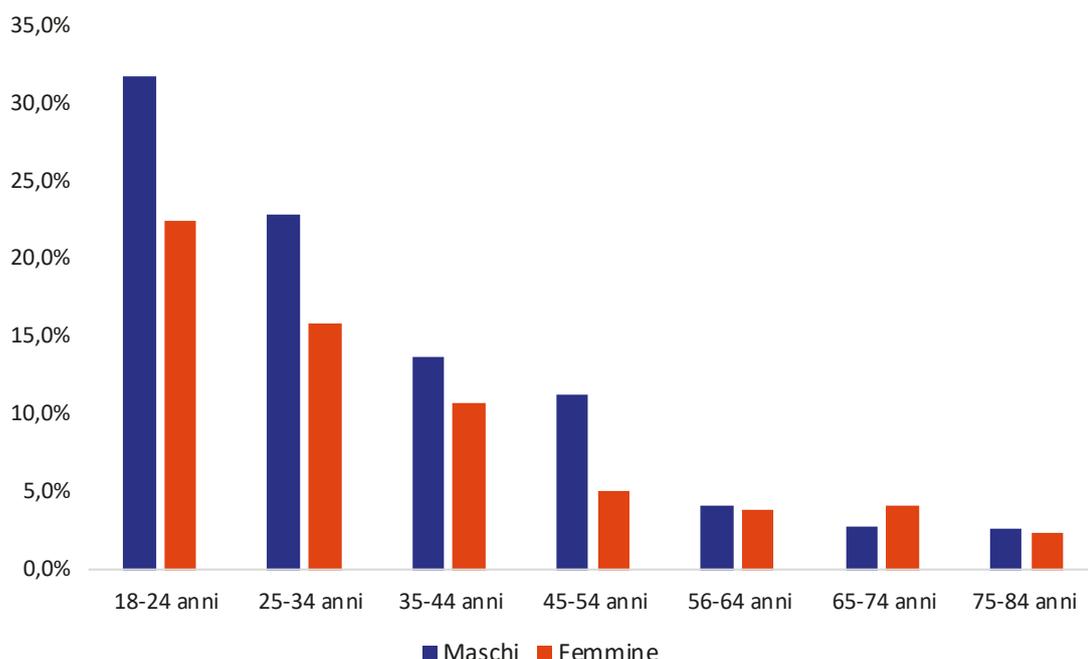


Un ultimo dato che merita attenzione e monitoraggio, riguarda il consumo di psicofarmaci senza prescrizione medica. Sono circa 440mila (18%) gli studenti che hanno dichiarato l'utilizzo di almeno una tipologia di psicofarmaci nel corso della vita, oltre 280mila (11%) sono gli utilizzatori nel corso dell'ultimo anno e per 58mila studenti si è trattato di un consumo frequente di almeno 10 volte negli ultimi 30 giorni (2,3%). Anche il consumo di queste sostanze, dopo il calo del 2020, risulta in crescita tra gli studenti. Nel 2023 gli psicofarmaci maggiormente assunti dai giovani sono quelli per dormire e/o rilassarsi (8,3%), seguono quelli per l'attenzione e/o l'iperattività (3,5%), per dimagrire (2,6%) e per l'umore (2,5%). Il consumo di psicofarmaci, complessivamente, registra prevalenze doppie tra le ragazze, ma se si osservano i consumi di quelli per dormire e ancor più quelli per le diete, le quote femminili sono almeno triple rispetto a quelle dei coetanei.

In generale, si registra nella popolazione studentesca una percezione del rischio associata all'uso di sostanze psicoattive appena superiore al 50%. Una quota di studenti tra il 52% e il 59% associa un rischio elevato al provare sostanze come cocaina/crack, oppiacei, stimolanti, NSP e allucinogeni, mentre al consumo occasionale di cannabis viene associato un rischio elevato solo dal 28% degli studenti.

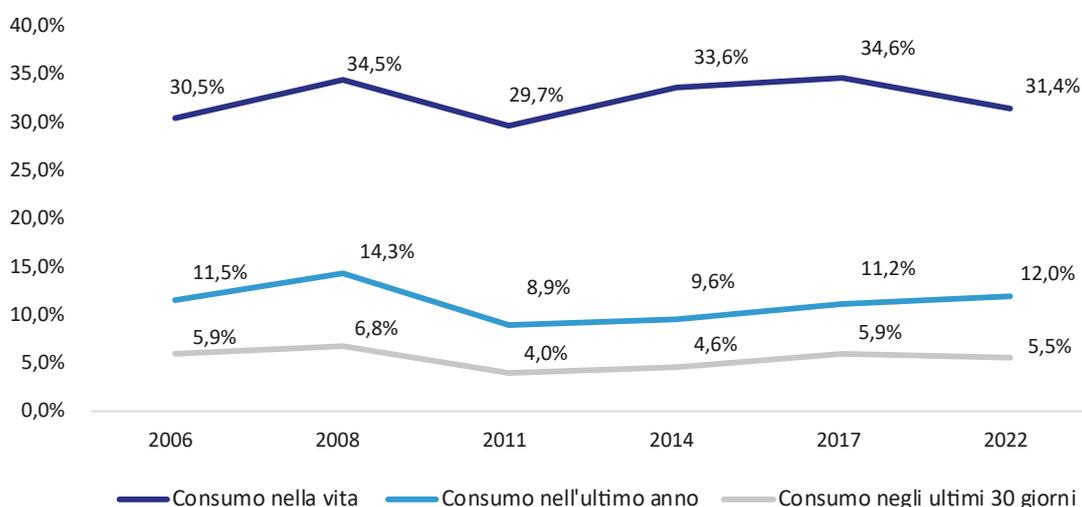
Per quanto riguarda la popolazione generale, la prevalenza dell'utilizzo di sostanze nel corso del 2022 è maggiore nel genere maschile e con percentuali che diminuiscono all'aumentare dell'età. Prevalenze maggiori si osservano tra i giovani adulti: il 27% dei 18-24enni e il 19% dei 25-34enni ne ha fatto uso nell'ultimo anno, contro il 7,7% dei 35-64enni. Nelle due ultime fasce di età le prevalenze si assestano attorno al 3%.

Figura 19. Uso di sostanze psicoattive negli ultimi 12 mesi nella popolazione generale per genere e fascia d'età. Fonte: CNR-IFC, 2022



L'analisi temporale dei consumi rileva, a fronte di una generale diminuzione delle persone che hanno utilizzato almeno una volta le sostanze nella vita, un leggero aumento di coloro che lo hanno fatto nel corso dell'ultimo anno e valori stabili di coloro che riferiscono un consumo corrente, ovvero negli ultimi 30 giorni.

Figura 20. Consumi di almeno una sostanza psicoattiva nella popolazione di 18-64 anni. Anni 2006-2022. Fonte: CNR-IFC, 2022



Analizzando l'accesso ai servizi, si registra un aumento nei servizi pubblici e nelle comunità terapeutiche, oltre che un contemporaneo aumento degli accessi al pronto soccorso e dei ricoveri dovuti a problematiche droga-correlate. Nel 2023 gli accessi in Pronto soccorso (PS) per patologie direttamente droga-correlate sono stati in totale 8.596 (+5% rispetto agli 8.152 accessi del 2022), pari allo 0,05% degli accessi avvenuti complessivamente a livello nazionale nel corso dell'anno. Gli accessi hanno riguardato nella maggior parte uomini (67%) e persone di età compresa tra i 25 e i 44 anni (41%) e tra i 45 e i 64 anni (24%) e quasi il 10% minorenni.

Nel corso del 2022 (ultima annualità disponibile), i ricoveri ospedalieri con diagnosi principale droga-correlata sono stati 6.555, corrispondenti a 8,6 ogni 10.000 ricoveri avvenuti in Italia nell'anno. L'incidenza,

in aumento tra il 2014 e il 2018, si mantiene costante negli ultimi anni. Il 70% dei ricoveri direttamente droga-correlati ha coinvolto pazienti di genere maschile e il 10% persone di nazionalità straniera, quote che nel corso degli anni mostrano un andamento crescente.

In riferimento all'età media dei ricoverati per patologie direttamente droga-correlate, nel corso degli ultimi anni si registra un progressivo abbassamento: da 41 anni nel 2012 a 39 anni del 2022. L'età media maschile dei ricoverati per patologie direttamente droga-correlate nel 2022 è 37 anni, mentre quella femminile è 41. La fascia d'età maggiormente ospedalizzata è quella dei 25 ai 54 anni (70%), mentre quella degli under 24 rappresenta il 17%.

Si registra, inoltre, un aumento delle diagnosi di infezioni da HIV e AIDS. Rispetto alle 1.888 diagnosi di infezioni da HIV pervenute nell'anno 2022 al Centro operativo AIDS (COA) dell'Istituto superiore di sanità, le nuove diagnosi di HIV riferite a IDU (*Injecting Drug Users*) sono state 82, delle quali l'85% si riferisce a persone di sesso maschile, il 23% a persone di nazionalità straniera.

Nel 2023 sono state condotte 20.489 operazioni antidroga, rispetto al 2022 sono aumentate del 6%. Durante queste operazioni, sono state sequestrate quasi 89 tonnellate di sostanze stupefacenti, circa il 76% è costituito da prodotti della cannabis, poco più del 22% da cocaina/crack, lo 0,3% da eroina o altri oppiacei, lo 0,2% da sostanze sintetiche e quasi l'1,3% da altre sostanze.

Figura 21. Percentuale di operazioni svolte
Fonte: Dipartimento Politiche Antidroga 2024

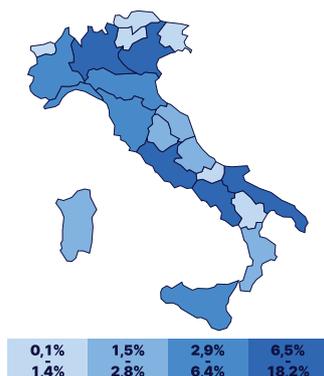


Figura 22. Quantitativi sequestrati (Kg)
Fonte: Dipartimento Politiche Antidroga 2024



Genere e dipendenze da sostanze

Storicamente l'uso eccessivo di sostanze psicotrope, siano esse legali o illegali, è stata abitudine del genere maschile, negli ultimi anni, alcuni indicatori descrivono un'inversione di tendenza in Italia: il genere femminile all'interno del panorama delle dipendenze sta diventando protagonista di importanti cambiamenti, specialmente nelle popolazioni giovanili. Il dato più rilevante è quello osservato fra le studentesse di 15 e 16 anni che presentano prevalenze di consumo uguali o superiori ai coetanei per quanto riguarda l'uso di cannabinoidi, NSP, cocaina e oppiacei. Il 2022 ha segnato il sorpasso dei consumi femminili su quelli maschili per quanto riguarda l'utilizzo di tabacco e gli eccessi alcolici, dato che si va a sommare al consumo di psicofarmaci senza prescrizione medica da sempre appannaggio tipicamente femminile.

Anche nella popolazione adulta si osservano prevalenze in crescita nel genere femminile. Il dato relativo ai consumi di eroina e oppiacei descrive un quadro completamente nuovo dove è la popolazione adulta femminile a riferire un utilizzo maggiore, dato che potrebbe essere da imputare al consumo di farmaci a base oppiacea.

Analizzando gli eccessi al Pronto Soccorso droga-correlati, se pur in numeri assoluti siano maggiori gli uomini, nella fascia under 17, le ragazze sono il 13% contro il 7% dei ragazzi e di nuovo nella fascia over 75 sono di più le donne (13% vs 4%) (dati riferiti al 2022).

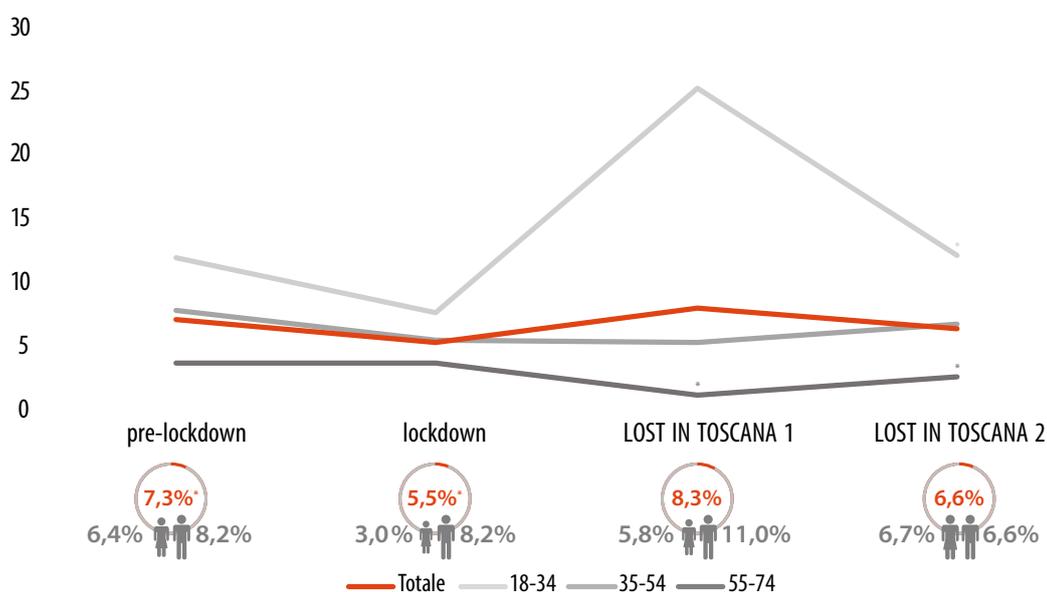
In aumento anche i decessi per overdose nel genere femminile, rispetto al biennio precedente, sono passati da 30 a 45 casi.

Il consumo di sostanze stupefacenti nella popolazione Toscana: i dati di LOST in Toscana

L'indagine LOST in Toscana nelle sue diverse fasi, durante e post lockdown, ha indagato anche il consumo di cannabis e altre sostanze stupefacenti nella popolazione generale.

L'andamento del consumo di cannabis in Toscana risulta diverso da quello rilevato a livello nazionale, anche se con alcuni tratti comuni. In particolare, dopo la diminuzione registrata durante il lockdown (da 7,3% a 5,5%) e la seguente risalita dopo (arrivando a 8,3%), si osserva un'ulteriore diminuzione (6,6%). A livello nazionale i fumatori di cannabis passano dal 7% al 5,9% del periodo del lockdown, con un trend simile a quello rilevato anche nella regione Toscana, seguito però da un incremento nella fase post-pandemica in continuo aumento, con il 6,7% nella prima rilevazione e il 7,5% nella seconda.

Figura 23. Prevalenza di utilizzo di cannabis o cannabis light, per sesso e classe di età, Toscana. Fonte: EDIT, 2022



Analizzando le differenze di genere si notano prevalenze maggiori di utilizzatori tra gli uomini in ciascuna delle rilevazioni, con eccezione dell'ultima, nella quale le prevalenze per sesso sono pressoché uguali. In linea con il dato nazionale, anche in Toscana è confermato un gradiente per età, con una prevalenza nettamente maggiore nella classe più giovane per tutti gli istanti temporali considerati.

Un'importante precisazione, nell'indagine sono state raccolte informazioni anche sulle altre sostanze stupefacenti, che in Toscana risultano in linea con quanto emerso a livello nazionale, seppure le basse numerosità riscontrate richiedano cautela nell'interpretazione dei dati. Infatti, sono solo l'1,2% degli italiani a dichiarare di aver usato sostanze stupefacenti nelle 4 settimane precedenti l'intervista e l'0,7% dei toscani. Se analizziamo le condizioni e le motivazioni che potrebbero portare all'uso di sostanze, in particolare la cannabis, emerge che tra i rispondenti toscani la maggiore prevalenza di utilizzatori è registrata tra chi riporta una bassa qualità della vita, insufficienti qualità e quantità del sonno, alti livelli di ansia e depressione e infine tra chi fa uso di farmaci psicoattivi.

Tabella 11. Caratteristiche psicologiche e utilizzo di cannabis, Toscana. Fonte: EDIT, 2022.

		Non utilizzatori	Utilizzatori
Qualità della vita¹	Bassa	85,6	14,4*
	Media	95	5
	Alta	93,4	6,6*
Qualità di sonno²	Insufficiente	89,1	11 ⁺
	Adeguate	94,8	5,3
Quantità di sonno²	Insufficiente	92,8	7,2
	Adeguate	95,2	4,8*
Ansia³	Bassa	94,8	5,2
	Alta	88,8	11,2
Depressione⁴	Bassa	95,3	4,7
	Alta	83,1	16,9
Uso dei farmaci psicoattivi⁵	No	94,2	5,8
	Sì	87,3	12,7*

¹ Valutato mediante Visual Analogue Scale (VAS)

² Valutato mediante Pittsburg Sleep Quality Index (PSQI)

³ Valutato mediante Generalized Anxiety Disorder 2-Item (GAD-2) scale

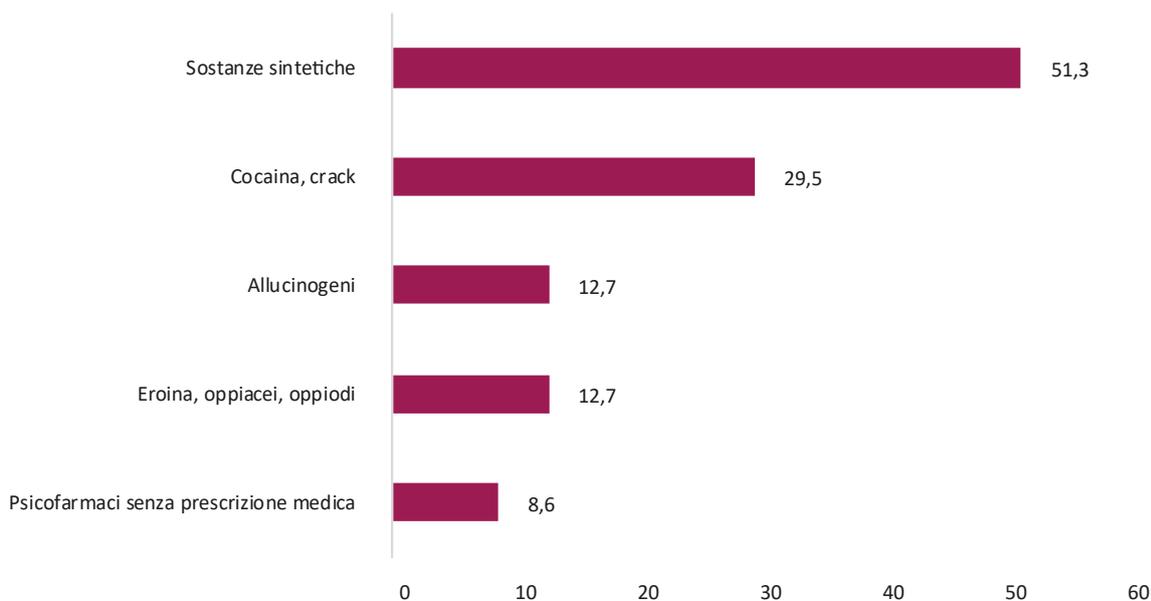
⁴ Valutato mediante Patient Health Questionnaire 2-Item (PHQ-2) scale

⁵ Utilizzo di almeno uno tra: antidepressivi, ansiolitici, ipnotici, antipsicotici, stabilizzatori dell'umore

* In conseguenza della scarsa numerosità dei rispondenti, l'interpretazione di questo dato richiede cautela.

Tra gli utilizzatori toscani di sostanze stupefacenti, le sostanze maggiormente usate sono sostanze psicostimolanti sintetiche (anfetamine, metamfetamine, ecstasy, GHB, MD) (51,3%), seguite da cocaina o crack (29,5%), eroina/oppiacei/oppioidi (12,7%) e allucinogeni (LSD, funghi allucinogeni, ketamina) (12,7%) e infine psicofarmaci senza prescrizione medica (8,6%). Non risultano nel campione toscano consumatori di nuove sostanze psicoattive/*smart drugs*.

Figura 24. Utilizzatori di sostanze stupefacenti per tipologia in Toscana. Fonte: EDIT, 2022



Il consumo nei giovani: i dati EDIT e ESPAD

L'adolescenza e i primi anni dell'età adulta costituiscono una fase di vita universalmente riconosciuta come particolarmente delicata, caratterizzata da profondi mutamenti a livello fisico, emotivo e sociale. Durante questo periodo, l'impulsività e la ricerca di nuove esperienze possono indurre i giovani ad adottare

comportamenti rischiosi, tra cui l'uso di sostanze psicoattive. In particolare, le sostanze psicoattive, legali e illegali, risultano piuttosto diffuse tra i giovanissimi. Nel 2022 si è osservato un generale aumento dei consumi che sono tornati a valori in linea o superiori rispetto a quelli pre-pandemici.

In forte aumento anche l'uso di psicofarmaci senza prescrizione medica che nell'ultimo anno ha coinvolto quasi 270mila 15-19enni. Queste sostanze risultano da sempre più diffuse tra le studentesse, per le quali, nel 2022, si registrano i valori di consumo nell'anno più elevati mai osservati fino a oggi (15,1%).

Il consumo di sostanze psicoattive illegali ha interessato circa il 30% della popolazione studentesca, il dato è in crescita rispetto al 2021 e ha raggiunto valori superiori a quelli pre-pandemici. La sostanza maggiormente utilizzata è la cannabis, seguita dalle nuove sostanze psicoattive, inalanti e solventi, cannabinoidi sintetici, stimolanti, allucinogeni, cocaina, anabolizzanti e oppiacei. La cannabis è stata consumata dal 24% degli studenti e da oltre un quarto dei 18-24enni, con percentuali che tendono a diminuire dopo i 25 anni.

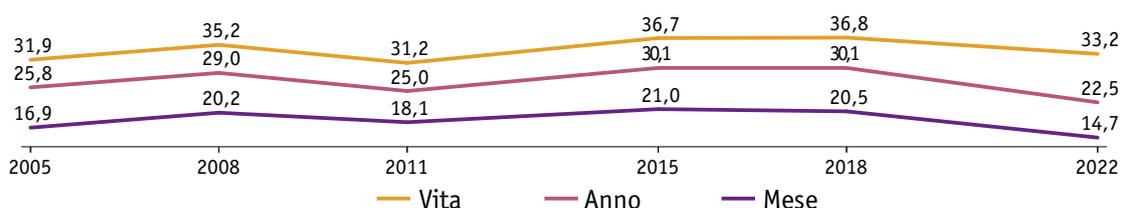
Aumenta anche la quota di minorenni segnalati per violazione dell'Art.75 DPR n.309/1990, in particolare tra le ragazze che, nel 2022, raggiungono il 16% (M=11%; Totale=12%). Così come crescono del 15%, rispetto all'anno precedente, le denunce alle Autorità Giudiziarie per reati droga-correlati a carico di minorenni (Dipartimento per le Politiche Antidroga).

Nel 2022, quasi il 10% degli accessi al Pronto Soccorso direttamente droga-correlati ha riguardato minorenni e circa il 14% 18-24enni. Tra i ricoveri con diagnosi principale droga-correlata, il 15% ha riguardato persone con meno di 24 anni, valore che risulta anch'esso in aumento.

Nello specifico della popolazione studentesca toscana, grazie ai dati forniti da EDIT, indagine condotta sulla popolazione tra i 14 ed i 19 anni frequentante le scuole secondarie superiori condotta dall'Agencia Regionale di Sanità con cadenza triennale dal 2005, possiamo avere un quadro dei comportamenti e degli stili di vita della popolazione giovanile.

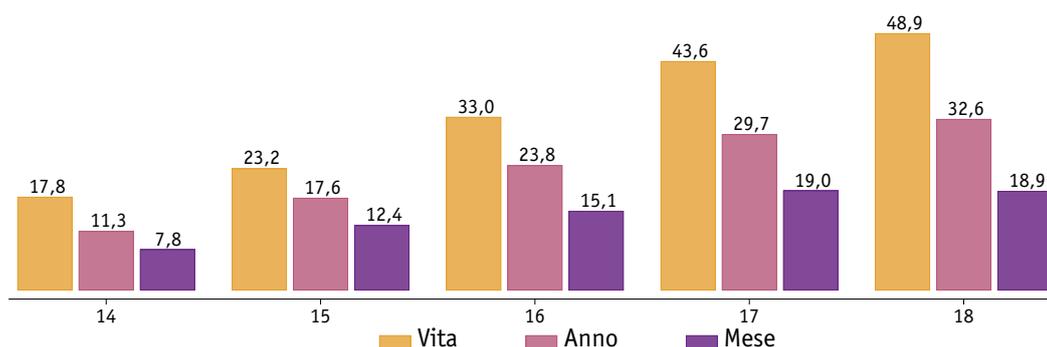
Dall'ultima edizione emerge che il 33,2% del campione ha consumato una sostanza psicotropa illegale almeno una volta nella vita, con livelli quasi uguali fra ragazzi e ragazze (34,1% vs 32,2%), il 22,5% nei 12 mesi precedenti alla rilevazione (maschi 23,6% e femmine 21,4%) e il 14,7% nei 30 giorni prima (maschi 15,8% e femmine 13,5%). Si evidenzia, infine, una leggera differenza di consumo rispetto al genere di appartenenza, con una maggiore diffusione tra i ragazzi rispetto alle coetanee.

Figura 25. Andamento % delle prevalenze d'uso di sostanze illegali nella vita, nell'ultimo anno e nell'ultimo mese. Fonte: EDIT, 2022



Analizzando le differenze per età, si nota che il consumo di sostanze illegali aumento al crescere dell'età.

Figura 26. Percentuale del consumo di almeno una sostanza illegale per età. Fonte: EDIT, 2022



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

Entrando nel dettaglio delle sostanze usate, la più utilizzata si conferma la cannabis, provata nel corso della vita da 3 adolescenti su 10, e consumata dal 19% del campione nei 12 mesi precedenti e dall'11,8% nei 30 prima del questionario e diffusa equamente tra ragazzi e ragazze. Come per le altre sostanze, è utilizzata prevalentemente in modo sporadico, e si rileva che quasi 1 consumatore/consumatrice di cannabis su 5 ne fa un uso quotidiano.

Osservando la frequenza dei 30 giorni precedenti alla rilevazione emerge che le sostanze illegali più utilizzate dopo la cannabis sono state gli psicofarmaci senza prescrizione medica (2%) e i cannabinoidi e la cocaina (entrambi 1,1%), tutte le altre registrano percentuali inferiori all'1%.

Il questionario EDIT indaga anche le eventualità di aver avuto guai con la polizia e/o segnalazioni al Prefetto e il 2% ha dichiarato di averne avuti a causa delle sostanze stupefacenti (3% dei maschi e lo 0,9% delle femmine), l'1,4% a causa degli alcolici (1,7% dei maschi e 1,1% delle femmine), mentre il 9,2% del campione ha dichiarato di essersi trovato in difficoltà ma per altri motivi (12,5% dei maschi e 5,6% delle femmine).

Ultimo aspetto indagato, gli accessi al Pronto soccorso o i ricoveri in ospedale, ed è emerso che una piccola percentuale della popolazione adolescenziale toscana è dovuta ricorrere ai servizi sanitari per intossicazione o per aver esagerato nel consumo di sostanze (0,6% del totale, 0,7% dei maschi e 0,5% delle femmine) o di bevande alcoliche (totale 1,6%, maschi 1,5%, femmine 1,8%).

Dai dati ESPAD emerge che il 26,9% della popolazione studentesca toscana ha consumato almeno una sostanza illegale nella vita, il 19,5% nei 12 mesi precedenti allo studio e il 12,1% nei 30 giorni prima, percentuali più alte di quelle italiane. In positivo, si registra un calo rispetto al 2019, dove erano il 37% degli studenti e delle studentesse toscane ad aver assunto una sostanza almeno una volta nella vita, il 29% nei 12 mesi precedenti all'indagine e il 18% nei 30 giorni prima.

GIOCO D'AZZARDO

Il manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* – DSM IV) indica il gioco d'azzardo (DGA) come un "comportamento persistente, ricorrente e maladattativo di gioco, che compromette le attività personali, familiari o lavorative", che risulta correlato con una frequente comorbidità psichiatrica, una bassa qualità della salute fisica, dinamiche relazionali e sociali nocive, impattando a livello individuale e sociale.

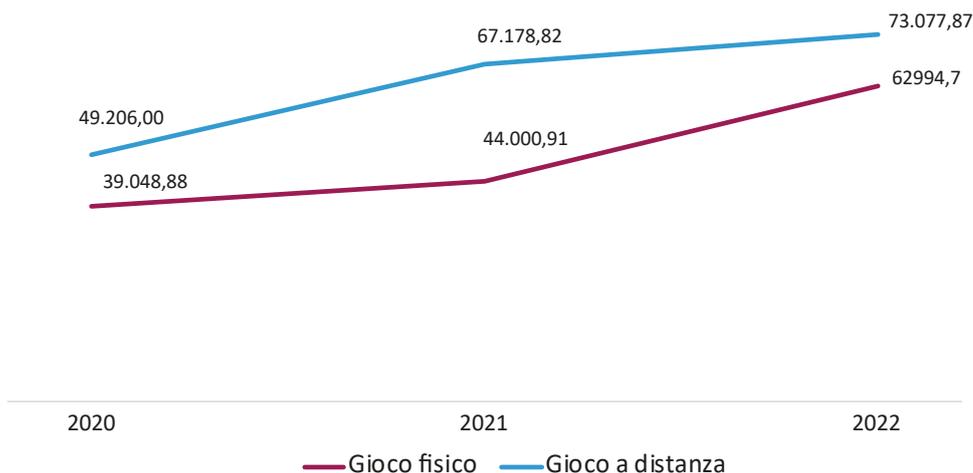
Alla luce di ciò, è noto che il disturbo da gioco d'azzardo sia riconosciuto come dipendenza patologica (GAP), che non di rado risulta ostico riconoscere come un problema di salute, inquadrandolo come uno svago innocuo. Il DGA risulta invece un fenomeno rilevante non solo per la salute individuale, ma di impatto anche su quella pubblica, e come tale richiede interventi nazionali, a partire da cornici normative come quella rappresentata dal decreto n. 136 del Ministero della salute, emanato nel 2021 per l'adozione del regolamento "Linee di azione per garantire le prestazioni di prevenzione, cura e riabilitazione rivolte alle persone affette dal gioco d'azzardo patologico", volto a contrastare i problemi connessi con il disturbo della ludopatia. In parte la diffusione del fenomeno può essere ricostruita con indagini dedicate al gioco d'azzardo legale, tuttavia monitorarne l'andamento dal punto di vista epidemiologico rappresenta un'ardua sfida perché questo spesso si verifica in contesti che sfuggono ai circuiti legalmente riconosciuti, demandando quindi a stime basate su indagini dirette di prevalenza per conoscere il fenomeno relative a specifiche sottopopolazioni giovanili, l'acquisizione di fotografie aggiornate sul GAP.

In Italia l'osservazione del gioco d'azzardo legale è regolarmente offerta dall' Agenzia delle dogane e dei monopoli di stato (AAMS), che - oltre a regolare e controllare costantemente gli adempimenti a cui sono tenuti i concessionari e gli operatori del settore - monitora attraverso alcuni indicatori l'andamento anche del settore "Giochi" e ne illustra i principali risultati nel Libro Blu, pubblicato ogni anno. Nell'ultima edizione disponibile si legge che le entrate erariali del settore "Giochi" nell'anno 2022 sono state pari a 11,22 miliardi di euro, con un aumento del 33,4% rispetto al 2021.

Nel 2022 si evidenzia che il contributo all'erario è stato fornito soprattutto dagli "Apparecchi da intrattenimento", seguiti da giochi numerici e le lotterie e infine dalle scommesse (soprattutto "Gioco a base sportiva"). Il restante "Altri Giochi" è attribuibile soprattutto ai "Giochi di abilità a distanza" e al "Bingo". Nel 2022, il settore giochi conferma il trend positivo, con un aumento di tutte le dimensioni: l'abbandono delle restrizioni attivate nel periodo pandemico ha provocato un nuovo slancio verso il settore dei giochi.

Un aspetto da considerare è il setting di gioco, che può avvenire in luoghi fisici o in contesti online. Nel 2022 la raccolta del gioco fisico ha registrato un aumento del 43,2% rispetto al 2021, riferibile soprattutto all'utilizzo di "Apparecchi", "Gioco a base sportiva", "Gioco a base ippica" e "Bingo"; la raccolta del gioco a distanza mostra invece una crescita più modesta (dell'8,8%), con preferenze su giochi a base sportiva, giochi di abilità a distanza, giochi di carte e giochi di sorte.

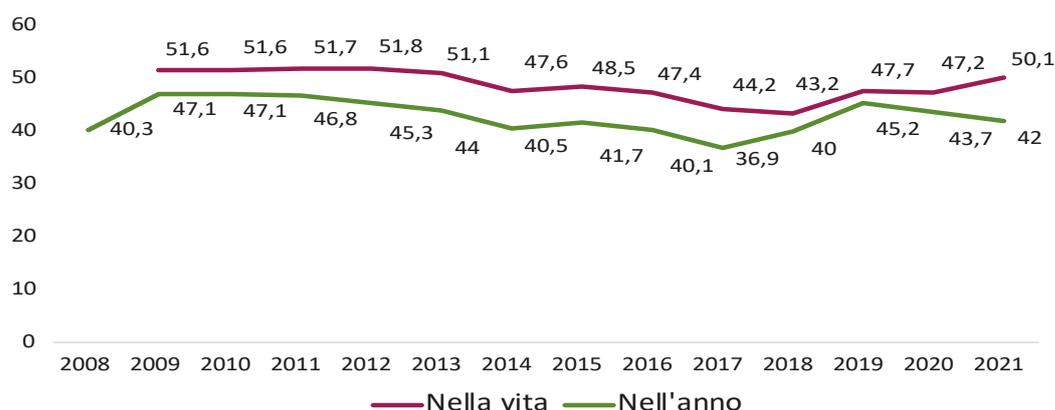
Figura 27. Confronto tra Raccolta gioco fisico vs gioco a distanza. Fonte: Agenzia delle dogane e dei monopoli, 2022



Come riportato dall'Agenzia delle dogane e dei monopoli di stato (ADM) nel Libro Blu del 2020, sono stati incrementati i meccanismi idonei a impedire ai minori di età l'accesso al gioco, quali ad esempio l'introduzione dell'utilizzo della tessera sanitaria. Questa attenzione alla popolazione adolescente risulta necessaria in quanto essa è esposta a questo comportamento a rischio sia per il tipo di caratteristiche del fenomeno, sia per i mezzi attraverso i quali il gioco d'azzardo si diffonde.

Per monitorare l'efficacia delle misure pensate per intervenire specificamente sui giocatori e sulle giocatrici più giovani si rivelano necessarie le ricerche condotte a diversi livelli territoriali: nazionali e locali. Il gioco d'azzardo nella popolazione adolescente italiana è indagato dallo studio ESPAD Italia, che offre un monitoraggio sui principali stili di vita e determinanti di salute effettuato ogni anno su un campione nazionale rappresentativo delle scuole superiori, coinvolgendo studenti e studentesse di 15 -19 anni con questionario autosomministrato. Nel 2021, anno dell'ultima edizione disponibile, il 50,1% della popolazione adolescente italiana ha giocato d'azzardo almeno una volta nella vita, in aumento rispetto agli anni precedenti, con il 42% che lo ha fatto almeno una volta nel corso dei 12 mesi precedenti alla rilevazione.

Figura 28. Gioco d'azzardo nella vita e nell'ultimo anno: trend percentuale. Fonte: ESPAD, 2021



L'indagine mostra inoltre che in Italia il gioco d'azzardo è più diffuso tra i ragazzi, tuttavia la percentuale di ragazze che ha adottato questo comportamento nell'anno prima è stabile rispetto al 2019, mentre fra i ragazzi si assiste a un calo più marcato. Osservando invece le prevalenze di gioco d'azzardo ed età, notiamo che aumentano al suo crescere.

Il dato ESPAD Italia relativo al gioco d'azzardo online è disponibile a partire dal 2013 e il fenomeno sembra essere in aumento. Dopo un calo osservato nel 2015-2017, le percentuali sono tornate a

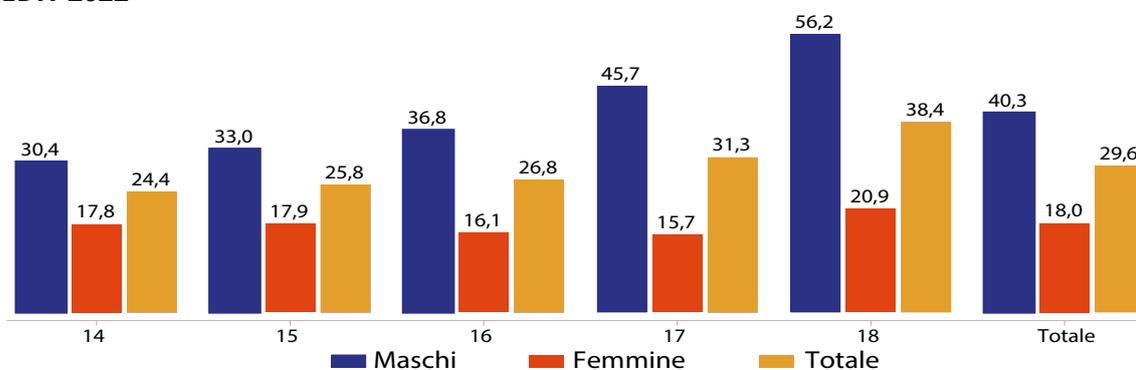
crescere con un picco nel 2019, diminuendo poi fino al 9,5% del 2021. Anche questo si caratterizza come fenomeno prevalentemente maschile, con il 15,5% di prevalenze nel 2021, rispetto al 3,3% femminile. L'indagine propone anche il test di screening utilizzato SOGS-Ra⁷ che evidenzia che una quota pari al 10,8% dei soggetti giocatori ha un comportamento "a rischio" (M=13,6%; F=7,3%), mentre il 6,6% risulta "problematico" (M=9,2%; F=3,0%). Sono valori in calo rispetto al 2008, mentre rispetto al 2019 è in diminuzione la percentuale a rischio e stabile quella problematica.

Lo studio indaga infine la diffusione dei videogame e evidenzia che nel 2021, 9 adolescenti su 10 hanno giocato ai videogame almeno una volta nella vita, quota in aumento, e il 7 su 10 nel corso dell'anno precedente, quota stabile. Il gaming a rischio riguarda soggetti che hanno dichiarato di aver giocato per sessioni di oltre 4 ore senza interruzioni nei giorni di scuola, pari al 6,8%, e che hanno affermato di passare troppo tempo a giocare, di diventare di cattivo umore se non può giocare e/o che i propri genitori li/le rimproverano, il 21,3% (M:25,2%; F:13%).

Calando l'interesse sul contesto regionale toscano rivolgiamo l'attenzione alla rilevazione EDIT, indagine conoscitiva sugli stili di vita della popolazione studentesca toscana (14-19 anni), che dal 2008 indaga le prevalenze del gioco d'azzardo.

L'ultima edizione dello studio, avvenuta nel 2022, ha messo in luce risultati differenti rispetto alle percentuali di ESPAD Toscana 2021, calcolando il gioco d'azzardo come fenomeno diffuso tra il 29,6% del campione toscano (*lifetime*) e in continua diminuzione negli anni, con un calo costante dal 2008, quando 1 rispondente su 2 (52%) aveva dichiarato di aver giocato almeno una volta nella vita. Emerge invece, in continuità con i risultati nazionali, la differenza per genere, con una frequenza doppia tra i maschi (40,3%) rispetto alle femmine (18%), mentre non si sono riscontrate differenze rilevanti rispetto all'area socio-sanitaria (AUSL Centro 30,4%; AUSL Sud-est 29,1%; AUSL Nord-ovest 28,8%).

Figura 29. Distribuzione % per età e genere di coloro che hanno giocato almeno una volta nella vita. Fonte: EDIT 2022



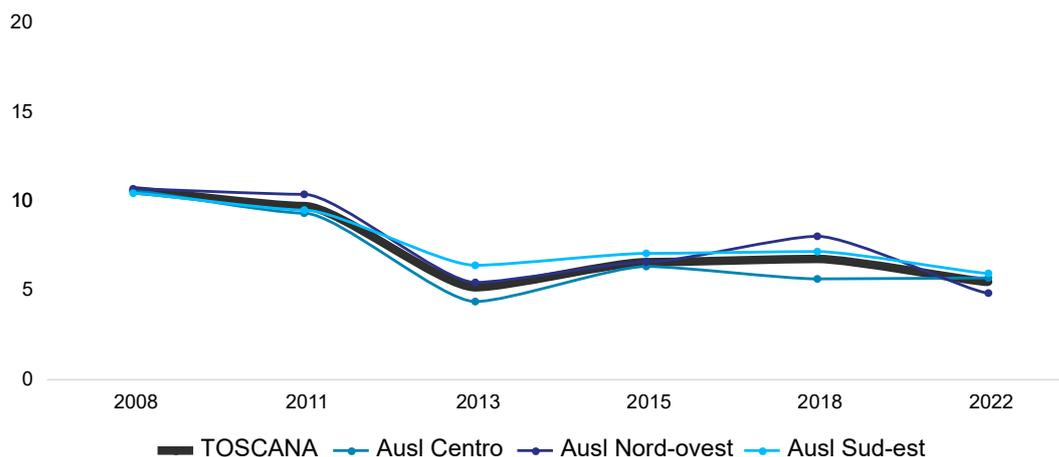
In merito ai tipi di giochi più diffusi EDIT 2022 ha mostrato che, tra chi scommette, il Gratta e vinci si conferma come il più frequente (73,9%), soprattutto tra le femmine (89,3% contro il 67,6% dei maschi), seguito, come nel 2018, da scommesse sportive legali e non (50%), scelte più spesso dai maschi (64,4% contro il 14,3% delle femmine). Restano molto diffusi anche altri giochi con le carte (38,1%), biliardo o altro gioco di abilità (31,9%), il Bingo (o la tombola; 31,3%) e Lotto/SuperEnalotto (27,3%), apprezzati in particolare tra le femmine. Seguono le preferenze per le slot machine (19,9%), le scommesse su altri eventi (17,6%), Totocalcio, Totogol (17,2%) e altri giochi (14,2%), concentrate soprattutto tra i ragazzi. Infine troviamo il Poker texano (9,9%) e il Lotto istantaneo (8,2%).

Inoltre dai dati è emerso i luoghi prediletti in cui giocare sono le ricevitorie e le sale da gioco, ma risulta frequente anche l'abitudine a scommettere online e talvolta in casa privata o circolo.

⁷ Test di screening South Oaks Gambling Screen, Revised for Adolescents (Langhinrichsen-Rohling et al., 2004; Colasante et al., 2014).

Anche nell'indagine EDIT si rileva il rischio di sviluppare il disturbo da gioco d'azzardo patologico, attraverso il Lie/Bet Questionnaire, strumento di screening non diagnostico a due domande, selezionate dai criteri del DSM-IV risultati più affidabili nel predire la possibilità che si verifichino le condizioni per lo sviluppo della ludopatia. Il 5,5% del campione toscano che ha scommesso almeno una volta nella vita ha risposto affermativamente al test, mostrando la probabilità di avere un problema con il gioco d'azzardo. Un rischio più diffuso tra i maschi (8,8%) rispetto alle femmine (2,1%), e piuttosto omogeneo tra le tre AUSL. Osservando l'evoluzione del fenomeno, il dato del 2022 mostra un calo rispetto al 2008 (10,5%), trend rimasto stabile fino al 2018, quando anno in cui era stato registrato un lieve aumento (6,8% nel 2018).

Figura 30. Studenti e studentesse (14-19 anni) con profilo di "giocatori problematici". Fonte: EDIT 2022



In conclusione lo scenario toscano appare migliorato, risultato da continuare a osservare nella sua evoluzione anche considerate le differenze rispetto ad altre rilevazioni. Certamente è auspicabile continuare a intervenire sulle misure di contrasto, da concentrare nella sottopopolazione maschile nella quale il gioco d'azzardo è più diffuso.

ATTIVITÀ FISICA

Secondo la definizione dell'OMS, per attività fisica si intende ogni movimento corporeo prodotto dai muscoli scheletrici che comporti un dispendio energetico, incluse attività effettuate lavorando, giocando, facendo le faccende domestiche, durante i viaggi o in qualunque attività ricreativa in movimento (WHO, 2020). Un'attività fisica regolare di intensità moderata (es. camminare, andare in bicicletta, praticare uno sport) apporta benefici significativi alla salute e alla prevenzione delle malattie croniche. La letteratura scientifica ha confermato che la pratica di livelli adeguati e regolari di attività fisica apporta significativi benefici per la salute, sia in termini di riduzione del rischio di morte prematura, sia in termini di riduzione del rischio di alcune patologie, come le malattie cardiovascolari e il diabete mellito di tipo 2.

L'Organizzazione mondiale della sanità ha stimato che nel mondo un adulto su quattro non è sufficientemente attivo e l'80% degli adolescenti non raggiunge i livelli raccomandati di attività fisica, con differenze di genere. Le ragazze e le donne sono meno attive rispetto ai ragazzi e agli uomini.

L'attività fisica porta vantaggi anche psicologici e sociali, in quanto contribuisce al miglioramento della qualità di vita e delle relazioni sociali degli individui e alla prevenzione dell'ansia, degli attacchi di panico, della depressione e più in generale dei disturbi psichici. La pratica dell'attività fisica produce effetti positivi significativi per la salute.

Nei soggetti che svolgono attività fisica si è osservato una riduzione della morbilità e mortalità cardiovascolare da danno coronarico, stroke, pressione arteriosa e dislipidemia. Forti evidenze dimostrano un'associazione tra attività fisica e protezione dal diabete di tipo II, dai tumori alla mammella, colon, polmone ed endometrio. L'inattività fisica, al contrario, rappresenta di per sé un importante fattore di rischio per le malattie croniche, causando il 9% della mortalità prematura. L'OMS ha definito i livelli di attività fisica raccomandata: i bambini e ragazzi da 5 a 17 anni dovrebbero praticare almeno 60 minuti al giorno di attività da moderata⁸ a vigorosa con almeno 3 volte alla settimana attività vigorosa, anche con esercizi che rafforzano muscoli e ossa.

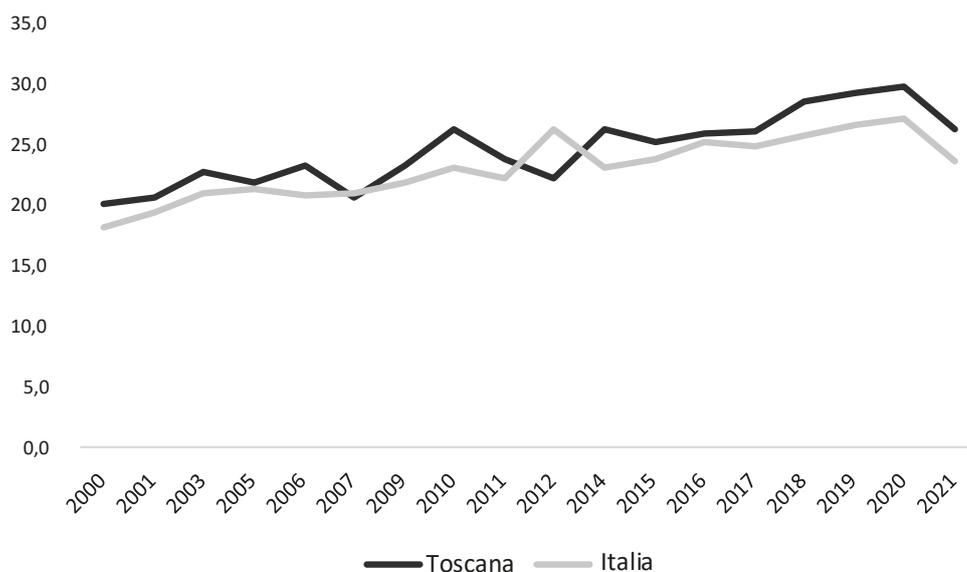
La pratica dell'attività fisica lungo il corso della vita: i dati dell'Indagine multiscopo "Aspetti della vita quotidiana"

L'ISTAT, attraverso l'indagine multiscopo sulle famiglie indaga diversi aspetti della vita quotidiana, inclusa la pratica e la propensione all'attività fisica.

Dagli ultimi dati dell'Indagine ISTAT multiscopo "Aspetti della vita quotidiana" che sono a disposizione emerge che, a livello nazionale, fino al 2020 l'attività fisico-sportiva nel tempo libero è andata aumentando nel corso degli anni, passando da circa 34 milioni di italiani nel 2000 a più di 38 milioni nel 2020. La pandemia da COVID-19 con il conseguente lockdown ha dato una battuta di arresto. A risentirne di più sono stati soprattutto i bambini e gli adolescenti, con la chiusura dei centri sportivi, la pratica sportiva di tipo continuativo è passata dal 51,3% al 36,2% nel 2021. I dati delle indagini 2022 e 2023 serviranno per capire se c'è stato un recupero dei livelli di attività fisica e sportiva, una volta che la pandemia ha progressivamente esaurito la sua forza con il conseguente allentarsi delle misure di limitazione alla circolazione delle persone.

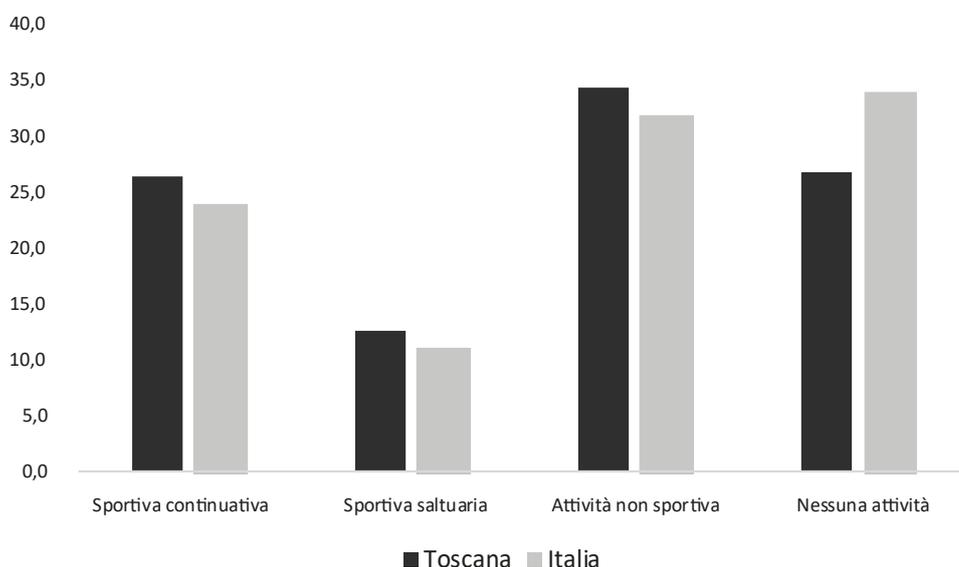
⁸ Attività fisica di intensità moderata: accelera il battito cardiaco e lascia la persona appena senza fiato e leggermente accaldata, accrescendo il metabolismo corporeo da 3 a 6 volte rispetto allo stato di riposo (3-6 equivalenti metabolici - METs); ad esempio, si è in grado di parlare ma non di cantare; comprende attività come camminare velocemente, ballare.

Figura 31. Attività fisica continuativa – trend storico. Fonte: Multiscopo, 2021



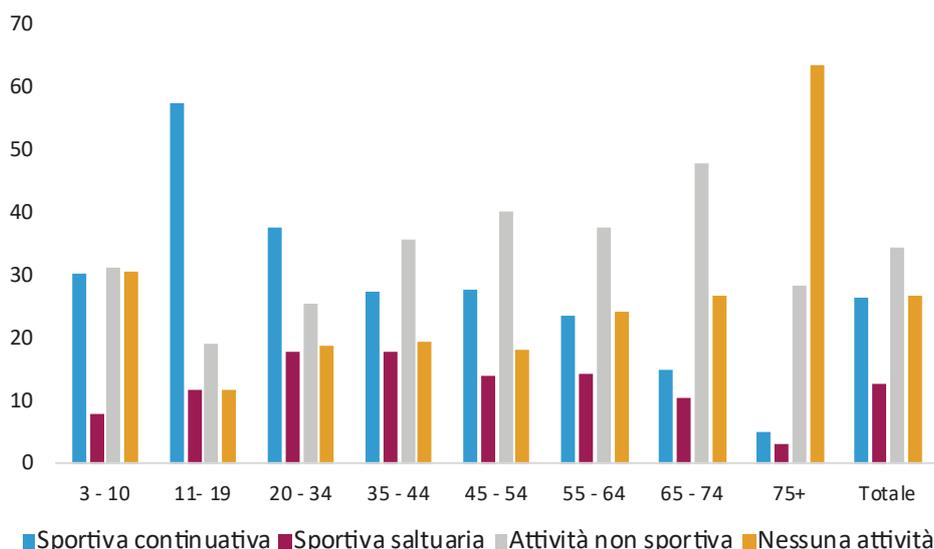
Nello svolgere attività fisica emergono delle differenze di genere. A livello nazionale, nel 2021 a praticare sport con continuità sono il 27,9% degli uomini contro il 19,6% delle donne, mentre lo fa saltuariamente l'11,9% degli uomini e il 10% delle donne. Nello specifico della Toscana, ha dichiarato di aver praticato attività sportiva continuativa il 29,6% degli uomini toscani e il 23,2% delle donne, riportando, quindi valori leggermente più alti rispetto alla media nazionale (27,8 per gli uomini e 19,5 per le donne). Ha dichiarato di non praticare nessuna attività il 26,8% dei toscani e il 33,7% degli italiani.

Figura 32. Pratica attività fisica confronto Italia-Toscana, anno 2021. Fonte: Multiscopo ISTAT, 2021



Lo sport e l'attività fisica cambiano nel corso della vita. A praticare più sport sono le fasce giovanili, fino ai 24 anni, l'abitudine decresce con l'aumentare dell'età e nell'età anziana aumenta la sedentarietà. I dati ISTAT ci dicono che sono sedentari 2 persone su 10 tra gli adolescenti e i giovani e 7 persone su 10 nella popolazione over 75 (ISTAT, 2022).

Tale trend si conferma anche tra i cittadini toscani, dove a praticare maggior attività sportiva continuativa sono i giovani fino a 34 anni.

Figura 33. Attività fisica per fasce d'età, Toscana – Anno 2021 Fonte: Multiscopo ISTAT, 2021

Ad influire sulla pratica sportiva, nei bambini e nei ragazzi, è anche la condizione socioeconomica delle famiglie. Nel 2021 hanno praticato sport il 49% di bambini appartenenti a famiglie con ottime o adeguate risorse economiche, contro il 39,8% di bambini provenienti da famiglie svantaggiate.

OKKIO alla Salute: focus sui livelli di attività fisica nei bambini toscani

OKKIO alla Salute è un sistema di sorveglianza, coordinato dall'ISS e a cui anche la Toscana partecipa, focalizzato su sovrappeso, obesità e fattori di rischio correlati nei bambini della scuola primaria.

I risultati dell'Indagine OKKIO alla Salute 2019 riportano che il 40,3% dei bambini toscani fa almeno un'ora di attività strutturata per due giorni alla settimana (39,2% dei maschi e 42,1% delle femmine). Un altro modo per favorire il movimento nei bambini è quello di farli andare a scuola a piedi: tra i bambini toscani il 23% va a scuola a piedi, il 59,8% in macchina/motorino e un 15,7% con l'autobus. Il più grosso ostacolo è la lontananza della scuola da casa.

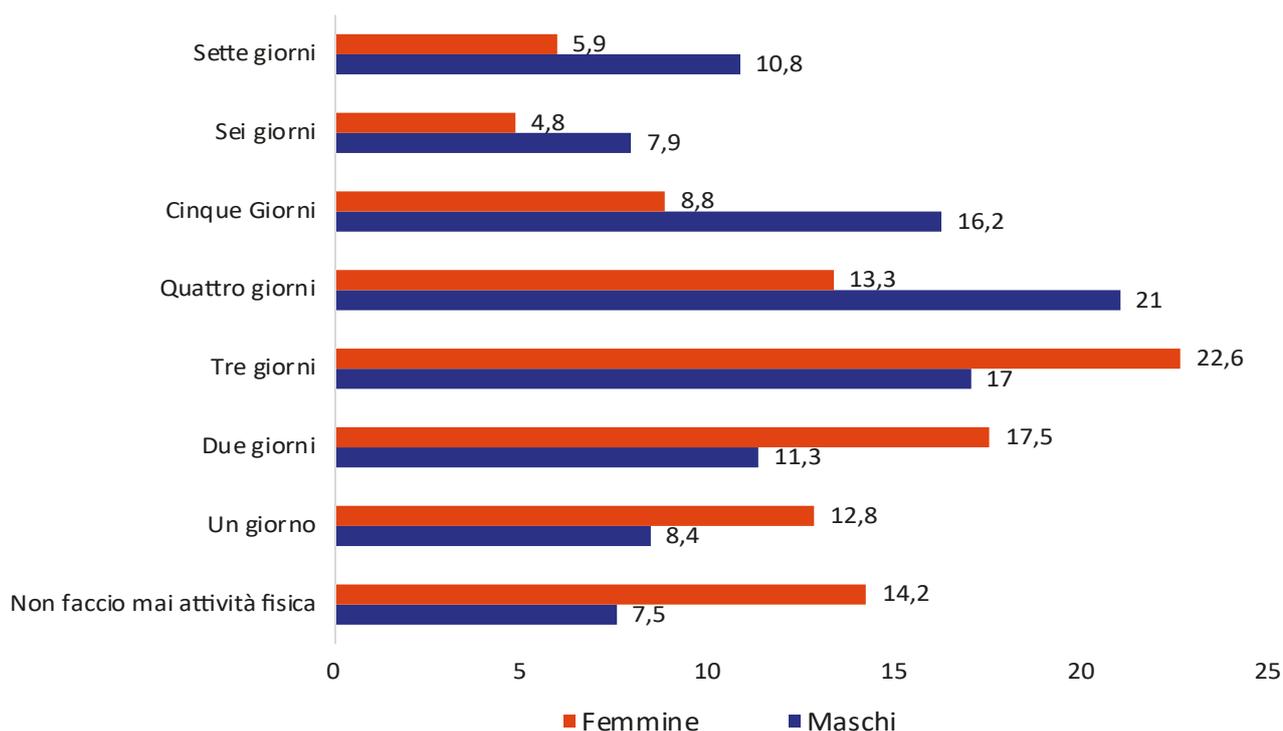
Infine, i dati raccolti evidenziano che i bambini toscani fanno poca attività fisica, al di sotto del livello raccomandato per la loro età. Due bambini su 10 sono risultati inattivi, con una prevalenza maggiore tra le femmine. Un'altra variabile indagata riguarda il tempo trascorso davanti al televisore o ai videogiochi per più di 2 ore al giorno, ed in Toscana sono il 41,1% dei bambini, mentre la media nazionale è di 44,5% (OKKIO, 2019).

Gli adolescenti e lo sport nei dati di HBSC

La Sorveglianza HBSC, promossa dall'Istituto superiore di sanità, offre nella sua ultima edizione realizzata nel 2022 una panoramica delle abitudini della popolazione giovane anche toscana (11,13,15 anni). Lo studio mostra che nei 7 giorni precedenti all'indagine solo l'8,4% ha praticato una quantità adeguata di attività fisica, pari a 60 minuti al giorno. Dai risultati osserviamo infatti che solo il 27,5% ha svolto attività fisica per almeno 5 giorni a settimana, mentre la maggior parte del campione, il 51,2%, ha riferito di aver praticato almeno un'ora di attività fisica tra le 2 e le 4 volte. Il 10,7% dell'intero campione è risultato sedentario, con percentuali che aumentano al crescere dell'età, passando dal 5,7% a 11 anni al 10% a 13 fino al 15,1% dei 15enni, e valori maggiori tra le femmine.

Inoltre lo studio HBSC ha rilevato le abitudini relative all'attività fisica intensa praticata fuori dell'orario scolastico ed è emerso che il 31,4% ha dichiarato di aver svolto esercizio sportivo per oltre 4 giorni alla settimana in occasione di attività extrascolastiche, mentre il 40,3%, tra le 2 e le 3 volte e il 28,3% 1 volta o meno, con il 9,1% che non pratica mai sport.

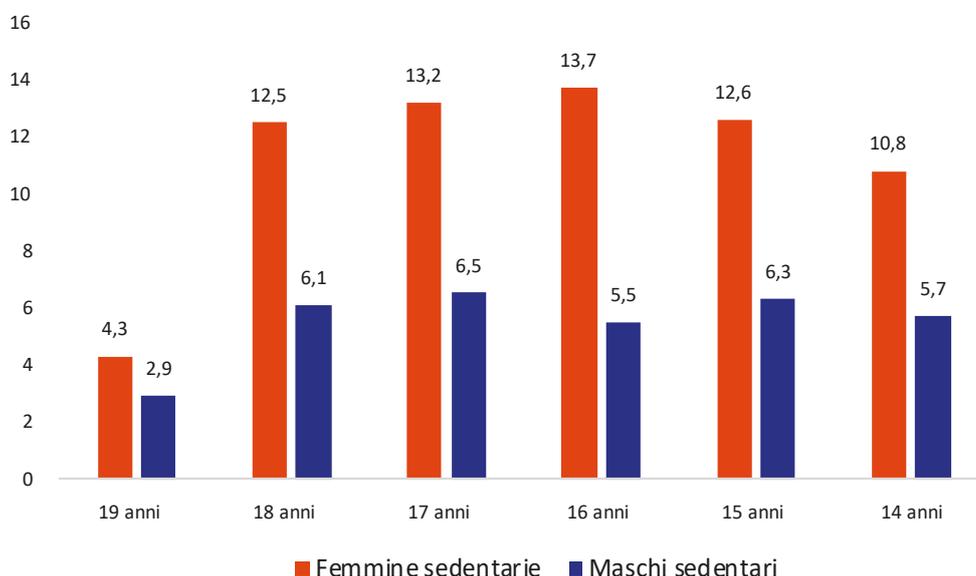
Figura 34. Frequenza di attività fisica moderata-intensa settimanale, per genere. Fonte: HBSC, 2022



Le abitudini sportive dei ragazzi toscani: EDIT

Lo studio EDIT è una indagine trasversale sugli stili di vita e i comportamenti a rischio della popolazione adolescente toscana, effettuata con cadenza triennale dal 2005, ideata e realizzata dall’Agenzia regionale di sanità. Tra altri temi, monitora le evoluzioni delle abitudini sportive e l’edizione del 2022 ha rilevato che il 24,3% del campione svolge attività fisica almeno un’ora al giorno per 5-7 giorni alla settimana, il 16,6% per 4 giorni, mentre il 12,6% si dichiara inattivo. Si tratta di un risultato da considerare positivo poiché la frequenza dell’esercizio fisico non è diminuita nonostante il periodo pandemico, tuttavia la quota di persone sedentarie risulta ancora alta. Articolando i risultati per età e genere si osserva che la differenza tra maschi e femmine si mantiene marcata, con le ragazze inattive che sono sempre almeno il doppio dei compagni.

Figura 35. Soggetti sedentari per genere e per età - valori percentuali - Età 14-19 anni - Toscana, anno 2022. Fonte: EDIT



EDIT ha inoltre indagato l'attività sportiva ed è emerso che nel 2022 in Toscana è stata praticata dal 76,1% del campione (82,1% dei ragazzi e 69,6% delle ragazze). Disaggregando per genere e per età osserviamo che lo sport diminuisce al crescere dell'età, fattore che rappresenta un ruolo importante per il "drop out", ovvero l'abbandono precoce dell'attività sportiva soprattutto per la popolazione femminile. Anche la frequenza di esercizio fisico risulta maggiore nella quota maschile, con 7 ragazzi su 10 che praticano sport almeno 3-5 volte a settimana, al contrario delle ragazze, solo 5 su 10 nello stesso intervallo temporale.

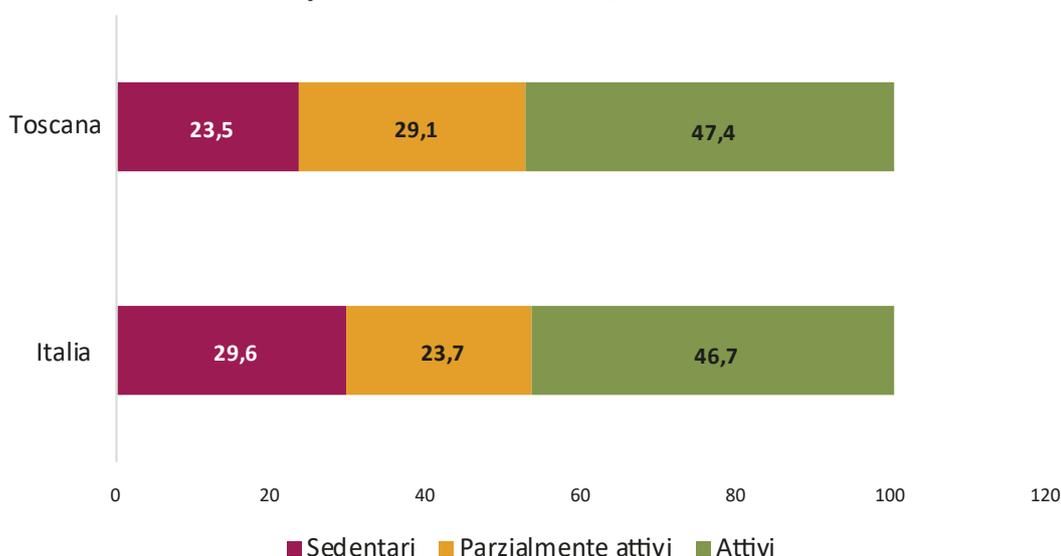
In sintesi le abitudini sportive della popolazione giovane mostra una necessità di attenzione per quanto riguarda il fenomeno drop out e la differenza tra ragazzi e ragazze, ancora marcata.

Attività fisica e sedentarietà nella popolazione adulta toscana: PASSI

La Sorveglianza PASSI raccoglie informazioni sugli stili di vita e fattori di rischio comportamentali connessi all'insorgenza delle malattie croniche non trasmissibili nella popolazione 18 - 69 anni.

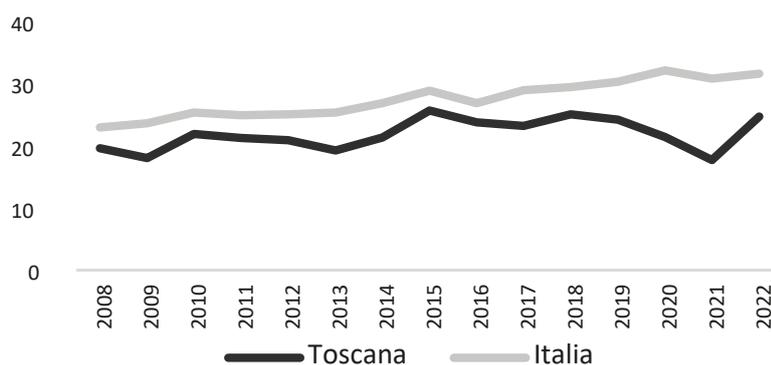
Dall'ultima indagine PASSI 2021 - 2022 emerge che quasi la metà degli adulti toscani (47,4%) ha uno stile di vita attivo e che pratica regolarmente attività fisica. Meno di un adulto su quattro è sedentario.

Figura 36. Livello di attività fisico praticato. Fonte: PASSI, 2022



Per quanto riguarda le caratteristiche dei sedentari, cresce con l'età e sono principalmente persone con basso titolo di studio e che riferiscono molte difficoltà economiche. Negli anni, purtroppo, la percentuale delle persone sedentarie è andata aumentando, anche se il dato toscano rimane inferiore a quello nazionale.

Figura 37. Popolazione sedentaria - Trend storici (%). Fonte: PASSI, 2022



Gli anziani e lo sport in PASSI d'Argento

PASSI d'Argento è un sistema di sorveglianza della popolazione over 65 anni. Le aree indagate riguardano lo stato di salute, le malattie croniche, la socialità, le relazioni familiari e amicali, le attività di svago e la partecipazione attiva, il ricorso ai servizi, le condizioni economiche e l'attività fisica.

Tra la popolazione toscana di 65+ anni il 90,7% non ha problemi di movimento.

I dati toscani riportano che il 43% non svolge un'adeguata attività fisica, con significative differenze di genere. Tra le donne la percentuale sale al 48%, mentre per gli uomini scende al 35,3%.

Va sottolineato che, in controtendenza rispetto ad altre fasce d'età, la pandemia non ha peggiorato il quadro rispetto al passato, anzi sono in aumento gli anziani che svolgono attività fisica.

Emerge, invece, che i medici raramente consigliano di praticare più attività fisica.

BIBLIOGRAFIA

- Profili F (a cura di), 2022, *Salute e qualità della vita degli anziani in Toscana. I risultati dell'Indagine PASSI d'Argento 2021*, Rapporto ARS n. 3/2022.
- Andreoni E, Cipriani A, Innocenti F, Milli C, Silvestri C, Voller F. , 2022, [I comportamenti, le abitudini e gli stili di vita della popolazione adolescente toscana prima e durante la pandemia da COVID-19 - I risultati dell'indagine EDIT 2022](#). Rapporto ARS n. 1/2022.
- Carreras G, Cerrai S, Biagioni S, Campagni C (a cura di), 2023, [L'ockdown e Stili di vita in Toscana. Rapporto di ricerca](#).
- Istituto Superiore di Sanità, 2022, *L'Attività fisica in Toscana. I dati del sistema di sorveglianza PASSI 2021-2022*.
- Istituto Superiore di Sanità, 2023, *Epidemiologia e monitoraggio alcol-correlato in Italia e nelle Regioni*.
- ISTAT, 2022, *Sport, attività fisica, sedentarietà - Anno 2021*.
- Lazzeri G, Simi R, Lipari D (a cura di), 2023, *HBSC 2022. Stili di vita e salute degli adolescenti tra 11 e 17 anni. I risultati della Sorveglianza Regione Toscana*.
- Lazzeri G, Simi R (a cura di), 2019, *OKKIO alla Salute 2019 Risultati dell'Indagine - Regione Toscana*.
- Presidenza del Consiglio dei Ministri, Dipartimento per le Politiche Antidroga, 2024, [Relazione annuale al Parlamento sul fenomeno delle tossicodipendenze in Italia](#).
- Regione Toscana, *Piano Nazionale della Prevenzione 2020 - 2025*.
- WHO, 2020, *WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour*, Geneve.

