



World Health Organization

OMS: livelli di attività fisica tra la popolazione adulta

Nel 2016, nel mondo, più di un quarto della popolazione adulta (1,4 miliardi di persone) non era sufficientemente attiva. Lo riferisce il primo studio – portato avanti da ricercatori dell'Organizzazione mondiale della sanità (Oms) – volto a stimare i trend globali.

11-09-2018

Nel 2016, nel mondo, più di un quarto della popolazione adulta (1,4 miliardi di persone) non era sufficientemente attiva. Lo riferisce il primo studio - portato avanti da ricercatori dell'Organizzazione mondiale della sanità (Oms) - volto a stimare i trend globali dei livelli di attività fisica nel tempo.

Dai risultati, pubblicati il 4 settembre 2018 su [The Lancet Global Health journal](#), emerge che circa 1 donna su 3 e 1 uomo su 4 non svolgono attività fisica sufficiente per rimanere in buona salute e che dal 2001 non si registrano miglioramenti sui livelli di attività fisica nella popolazione mondiale. Inoltre, questa insufficienza di esercizio fisico risulta più del doppio nei Paesi ad alto reddito rispetto a quelli a basso reddito e che nei primi è aumentata del 5% tra il 2001 e il 2016. Questo studio si basa su dati auto riferiti da 1,9 milioni di partecipanti (adulti con più di 18 anni di età) in 168 Paesi e comprende anche i livelli di attività fisica sul luogo di lavoro, a casa e durante il tempo libero (inclusi i tragitti da un posto all'altro). Per approfondire consulta [l'articolo "Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016"](#) su [The Lancet Global Health journal](#) e la [pagina dedicata](#) sul sito dell'Oms.

Fonte:

EPICENTRO. Il portale dell'epidemiologia per la sanità pubblica a cura del Centro nazionale per la prevenzione delle malattie e la promozione della salute dell'Istituto superiore di sanità