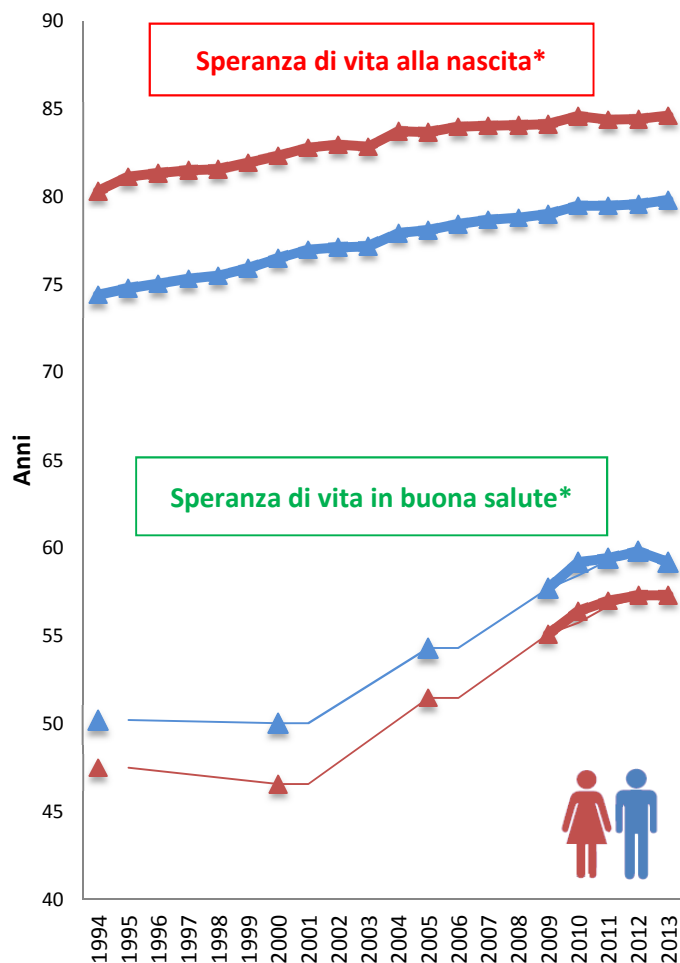


Invecchiamento attivo al femminile



*Dati HFA-ISTAT Health for ALL

Parlare di popolazione anziana significa parlare di un universo molto variegato. Considerando caratteristiche come l'autonomia nelle attività di base o in quelle strumentali della vita quotidiana (**ADL** Activities of Daily Living e **IA DL** Instrumental Activities of Daily Living), la presenza di malattie croniche e di altri fattori di rischio, Passi d'Argento ha permesso di distinguere **4 sottogruppi** di anziani che presentano forti differenze di genere. Le percentuali di fragilità e disabilità sono sensibilmente superiori tra le donne (rispettivamente 16% vs 13% e 18% vs 9%).

Sottogruppi anziani

Passi d'Argento 2012-13 - ASL5 Spezzino



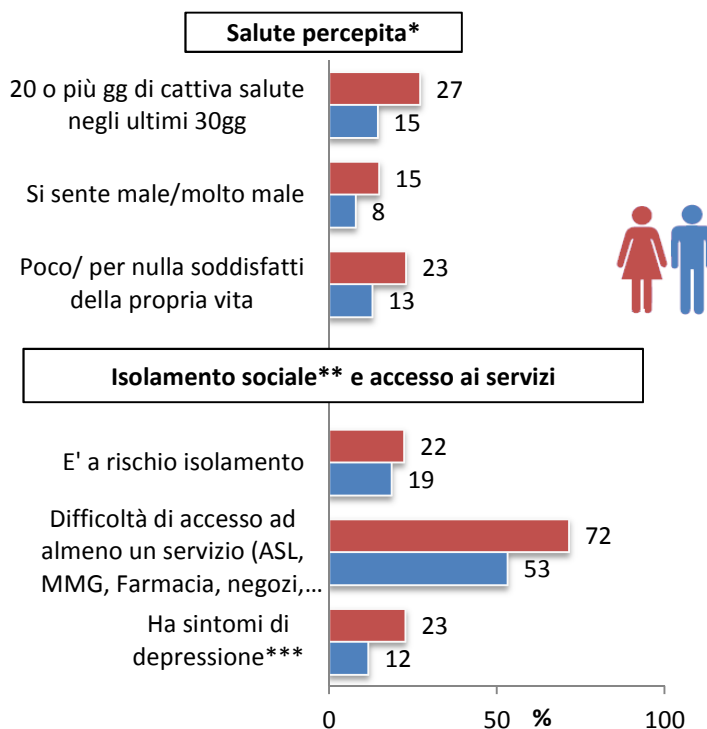
In buona salute a basso rischio	41%	38%
In buona salute, ma a rischio	38%	27%
A rischio di disabilità	13%	16%
Con disabilità	9%	18%

Nel nostro Paese negli ultimi 20 anni la **speranza di vita alla nascita** è aumentata costantemente in entrambi i sessi fino a sfiorare gli 85 anni tra le donne e gli 80 tra gli uomini. Nonostante questo dato positivo, l'andamento della **speranza di vita in buona salute**, priva cioè di patologie croniche e invalidanti, è sensibilmente inferiore con una differenza di oltre 20 anni. Inoltre, sebbene alla nascita le donne si attendano circa 5 anni di vita in più rispetto agli uomini, la loro speranza di vita in buona salute mostra invece una situazione invertita con uno svantaggio di circa 2 anni.

L'indagine **Passi d'Argento**, condotta anche in ASL 5 Spezzino, ha valutato lo stato di salute delle persone con 65 anni e più dando rilievo anche ad aspetti soggettivi come la salute percepita e la qualità della vita. Dall'indagine è emerso che le donne si sentono mediamente peggio degli uomini e che per loro sembra più elevato sia il rischio di isolamento sociale, che la difficoltà ad accedere a servizi pubblici o privati. Infine, la frequenza di sintomi depressivi tra le donne è quasi doppia rispetto al genere maschile.

Salute percepita, isolamento e sintomi depressivi

Passi d'Argento 2012-13 - ASL5 Spezzino



* il numero totale di giorni in cattiva salute fisica e mentale negli ultimi trenta giorni. Viene valutata anche il grado di soddisfazione per la propria vita.

** Persone che in una settimana tipo NON partecipano a incontri collettivi o telefonano/vedono altre persone anche solo per chiacchierare.

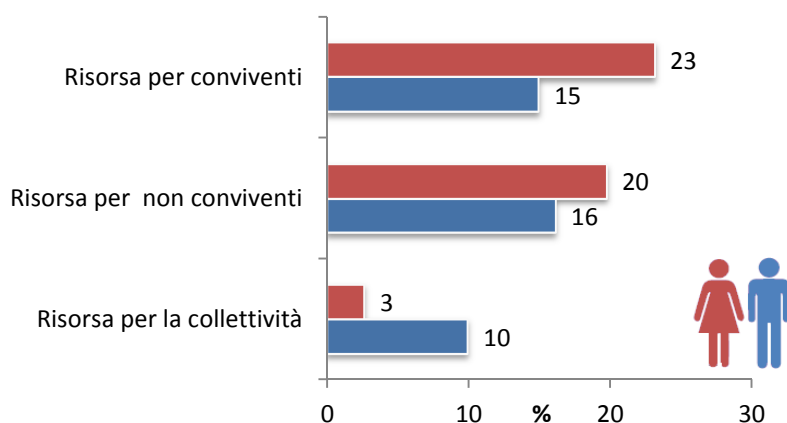
*** Persone con punteggio ≥ 3 del Patient Health Questionnaire (PHQ-2), calcolato sul numero di giorni delle ultime 2 settimane in cui la persona ha provato poco interesse o piacere nel fare le cose o si è sentita giù di morale, depressa o senza speranza.

Essere risorsa per familiari, conoscenti e collettività

Passi d'Argento 2012-13 - ASL5 Spezzino

Passi d'argento ha evidenziato che la **capacità di essere risorsa** per i familiari, i conoscenti o la collettività riguarda circa un terzo degli anziani (34%) ed è emerso che, pur diminuendo quando peggiorano le condizioni di salute, essa è notevole e si mantiene anche negli anziani fragili o disabili.

Dall'indagine emerge che le donne rappresentano una risorsa per i propri familiari (conviventi o meno) mentre è molto limitato il loro contributo in termini di attività di volontariato a favore della comunità.



*Risorsa per i conviventi/ non conviventi: Persona ultra 64enne che nei 12 mesi precedenti l'intervista dichiara di accudire spesso conviventi/non conviventi
Risorsa per la collettività: Persona ultra 64enne che nei 12 mesi precedenti l'intervista dichiara di aver fatto volontariato, ovvero fare cose gratuitamente a favore di altri come: anziani, bambini, disabili o presso ospedali, parrocchie, scuole o altro

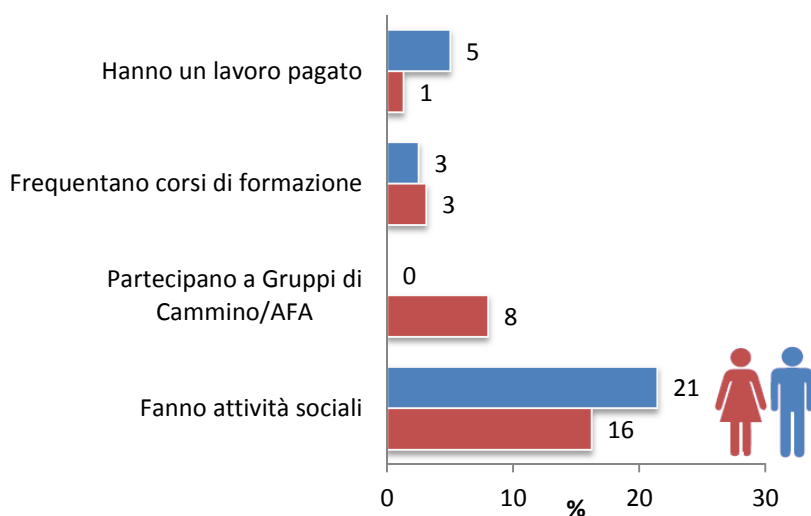
Partecipazione ad attività lavorative o sociali

Passi d'Argento 2012-13 - ASL5 Spezzino

La differenza di genere è visibile anche per la **partecipazione** ad attività sociali, più frequentemente svolte dagli uomini che, per una piccola quota, conservano un lavoro retribuito.

Le donne partecipano invece con maggiore frequenza ai **Gruppi di cammino e corsi AFA** (Attività Fisica Adattata), i due interventi di promozione dell'attività fisica per le persone anziane organizzati dalla ASL.

I risultati di Passi d'argento riflettono i dati relativi alle iscrizioni ai due progetti. In particolare negli 8 gruppi di cammino attivi in ASL 5, il 90% dei partecipanti è di sesso femminile.



Per maggiori informazioni sui Gruppi di Cammino:

Dip. di Prevenzione S.S.D. Epidemiologia, Educazione e Promozione alla salute

Tel. 0187 533690 – 533669 <http://www.asl5.liguria.it/Inevidenza/CamminiamolInsieme.aspx>

Cos'è Passi d'Argento

Passi d'Argento è un Sistema di sorveglianza sulla popolazione con 65 anni e più che indaga i bisogni della popolazione anziana (stato di salute, qualità della vita e interventi messi in atto in ambito sociosanitario). E' un monitoraggio in continuo effettuato su un campione di residenti con più di 65 anni estratto casualmente. Operatori delle Asl e dei Distretti Sociosanitari specificatamente formati effettuano un'intervista telefonica, o faccia a faccia a seconda dei casi, con un questionario standardizzato. I dati vengono trasmessi in forma anonima e registrati in un unico archivio nazionale. Per maggiori informazioni: <http://www.epicentro.iss.it/passi-argento/default.asp>