



Provincia di Cagliari



Comune di Burcei



Comune di Donori



Comune di Dolianova



Comune di Maracalagonis



Comune di Quartu Sant'Elena



Comune di Sertiana



Comune di Sinnai



Comune di Soleminis



# Sintesi del rapporto di indagine “PASSI d'Argento”

La qualità della vita  
delle persone con più di 64 anni  
nel Distretto di Quartu - Parteolla

Agosto-Settembre 2010



Ministero della salute



Centro Nazionale per la Prevenzione  
e il Controllo delle Malattie



guadagnare  
salute



**A cura di:**

- **Dottor Mario Saturnino Floris - Coordinatore del progetto PASSI d'Argento**  
*Dipartimento di Sanità Pubblica*  
*Servizio di Igiene Pubblica*  
*Direttore dottor Giorgio Steri*

- **Dottor Luigi Minerba**  
*Direttore Distretto Quartu- Parteolla*

**Hanno contribuito alla realizzazione dello studio:**

**come Coordinamento delle interviste**

Dottoressa Margherita Melis

**come intervistatori:**

Carmina Sciolla (Quartu S.E.) Simona Cossu (Quartu S.E.) Federica Carta (Quartu S.E.), Roberta Masala (Soleminis), Maria Emanuela Scioni (Soleminis), Marcella Matta (Donori), Federica Pinna(Donori), Maura Secci (Serdiana), Marco Saba (Serdiana), Barbara Lorrai (Burcei, Maracalagonis, (Sinnai), Rita Massa (Burcei, Maracalagonis, Sinnai), Bettina Margotta (Dolianova), Katia Muscas (Dolianova).

***per l'analisi statistica dei dati ed editing :***

Dott. In Assistenza Sanitaria Alberto Marraccini

Un ringraziamento agli ultra 64enni che hanno preso parte all'indagine, e alle persone che in molti casi hanno dato loro supporto e aiuto durante l'intervista, permettendo così di comprendere meglio la situazione degli anziani nella nostra realtà in vista dell'avvio di strategie di intervento e azioni tese a migliorarne lo stato di salute e la qualità della vita.

Si ringraziano i Medici di Medicina Generale per la preziosa collaborazione fornita.

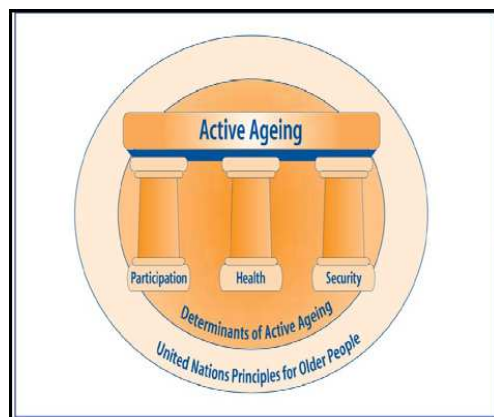
## L'invecchiamento attivo: un trionfo e una sfida

L'invecchiamento della popolazione costituisce “*un trionfo e una sfida*” per la società (OMS, 2002), ma non sempre si accompagna ad uno stato di benessere. L'aumento delle patologie cronicodegenerative legate all'invecchiamento, incide sulla qualità della vita delle persone, determina inoltre una crescita dei costi di cura e assistenza.

Per far fronte a tale scenario, l'OMS ha delineato una cornice strategica, indicata con il nome di “*Active Ageing*”, che mira a creare e rafforzare le condizioni per un “invecchiamento attivo” attraverso interventi sociosanitari volti alla:

- ❖ **Partecipazione** di tutti i soggetti alla vita sociale
- ❖ Mantenimento della **Salute** intesa come benessere psicofisico
- ❖ Implementazione della **Sicurezza** della popolazione, sia dal punto di vista fisico che socioeconomico.

Una società che investa su queste tre aree contribuisce a trasformare gli anziani in “**risorsa per la società**”.



Programma Q-Ageing OMS 2002

### Perché PASSI d'Argento?

Facendo propria tale strategia, il Ministero della Salute (CCM) ha promosso il progetto PASSI d'Argento in collaborazione con l'Istituto Superiore di Sanità.

Attraverso indagini sullo stato di salute e sulla qualità della vita della popolazione ultra 64enne, il progetto ha sperimentato un sistema di sorveglianza, attivo su tutto il territorio nazionale. Esso permette di osservare l'evoluzione dei problemi socio-sanitari legati al progredire dell'età e di valutare l'efficacia degli interventi messi in atto dai servizi, dalle famiglie e dall'intera collettività.

Lo studio del percorso che porta gli anziani dalla condizione di benessere alla disabilità si realizza mediante la somministrazione delle ADL ed IADL.

### Che cosa sono le ADL ed IADL?

Le **ADL** comprendono le attività che la persona deve necessariamente svolgere per vivere senza bisogno di assistenza periodica o continuativa.

Lo strumento più utilizzato per la valutazione del livello di autonomia in queste attività è l'indice di Katz (1963) e comprende le seguenti attività/funzioni: muoversi da una stanza all'altra, lavarsi, farsi il bagno o la doccia, vestirsi, mangiare, essere continenti, usare i servizi per fare i propri bisogni.

Le **IADL** sono attività più complesse rispetto alle ADL, dal punto di vista fisico e/o cognitivo, e possono essere svolte anche al di fuori dell'ambiente domestico.

Lo svolgimento di queste attività, seppure in maniera saltuaria, è necessario affinché un soggetto sia autonomo. Ad esempio, un soggetto che non è in grado di fare la spesa o pagare conti o bollette, può vivere da solo esclusivamente per brevissimi periodi. Lo strumento di riferimento per la misura della indipendenza nelle IADL è la scala da cui il termine IADL prende il nome, pubblicata da Lawton e Brody nel 1969 e comprende le seguenti attività: usare il telefono, prendere le medicine, fare la spesa o delle compere, cucinare o riscaldare i pasti, prendersi cura della casa, fare il bucato, spostarsi fuori casa con mezzi pubblici o con la propria auto, pagare conti o bollette.

Per ogni ADL o IADL è prevista una graduazione del livello di autonomia.

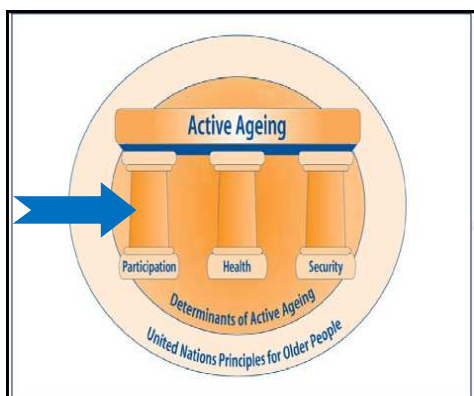
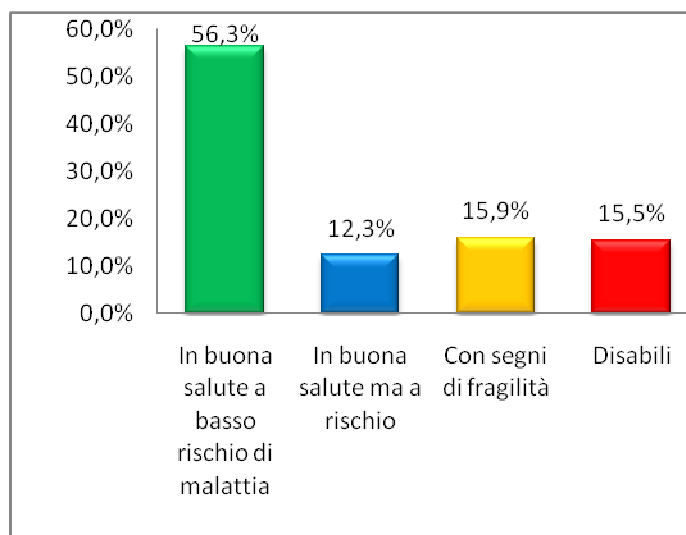
## IL DISTRETTO QUARTU – PARTEOLLA

Tra le persone ultra 64enni sono stati individuati 4 sottogruppi a seconda del loro livello di autonomia. Gli indicatori scelti sono quelli validati delle ADL (attività di base della vita quotidiana), e delle IADL (attività strumentali della vita quotidiana).

I gruppi così individuati sono:

1. **“In buona salute a basso rischio”**: sono in grado di svolgere da soli tutte le ADL e non sono autonomi in al massimo 1 IADL.
2. **“In buona salute ma a rischio”**: hanno analoghe caratteristiche al gruppo 1 ma presentano almeno 2 fra i seguenti fattori di rischio (alcol, fumo, obesità, etc.);
3. **“Con segni di fragilità”**: sono in grado di svolgere da soli tutte le ADL ma non sono autonomi in più di 2 IADL;
4. **“Disabili”**: indipendentemente dalle IADL e dai fattori di rischio, non sono autonomi nello svolgimento di 1 o più ADL.

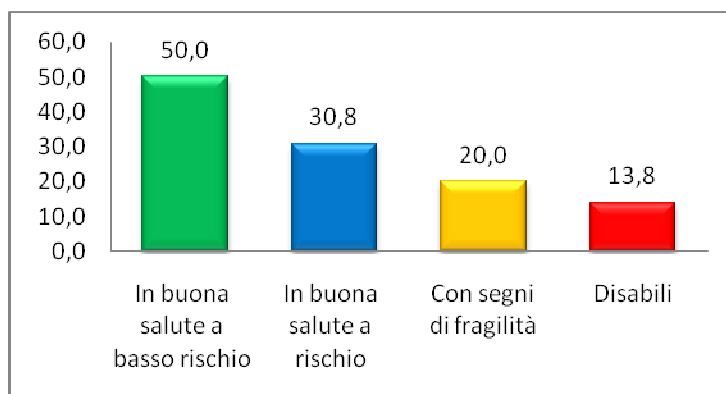
**Distribuzione % dei quattro sottogruppi di popolazione**  
Indagine PASSI d'Argento Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n= 221)



### Essere una risorsa per la famiglia e la collettività

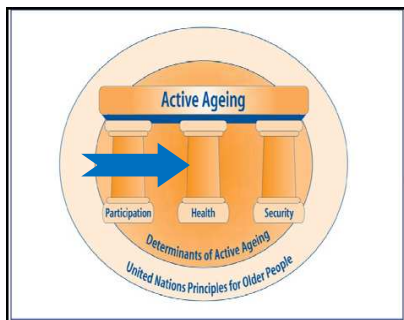
- Circa il 37,9% degli ultra 64enni rappresenta una risorsa per la famiglia, i conoscenti o l'intera collettività, sia da un punto di vista economico sia come collaborazione alle attività familiari e sociali.
- Questa percentuale è più alta nelle persone:
  - sotto i 75 anni
  - con basso livello d'istruzione
  - di sesso maschile
  - in buona salute.

**Essere risorsa per sottogruppi di popolazione (%)**  
Indagine PASSI d'Argento Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n= 221)



- Il 34,6% è risorsa solo per l'ambito familiare e amicale, il 2,3 % per la famiglia e la collettività.

E' importante sottolineare come la persona ultra 64enne costituisca una risorsa non solo quando è in buona salute, ma anche quando è fragile o disabile.



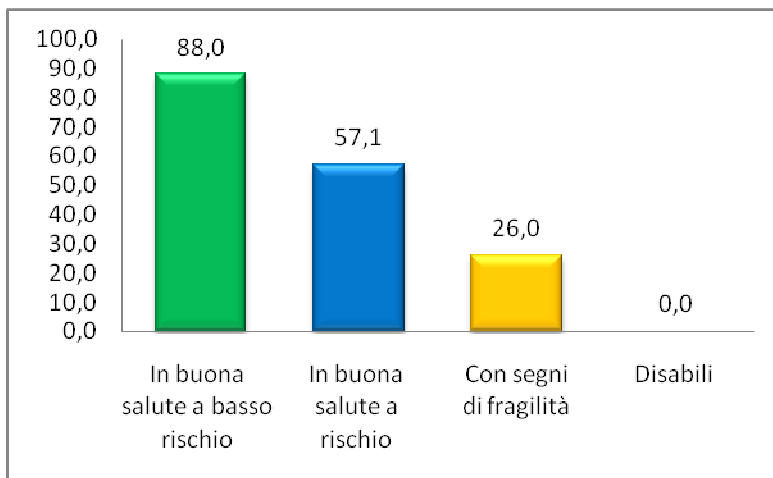
## Stili di vita: attività fisica, abitudini alimentari, alcol e fumo

### Attività fisica

- Il 71,5% svolge quasi tutti i giorni un'attività fisica che fa sudare o faticare per almeno dieci minuti.
- La percentuale di persone attive è maggiore
  - nelle donne
  - nei 65-74enni
  - nelle persone con un alto livello d'istruzione
  - nelle persone senza difficoltà economiche.
- La percentuale di attivi si riduce progressivamente passando dal sottogruppo delle persone in buona salute a basso rischio a quello dei disabili.

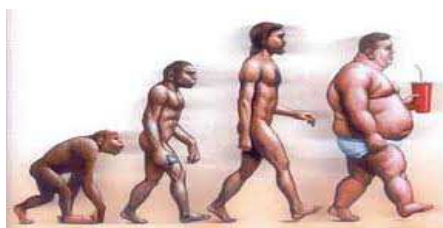
#### Attivi fisicamente per sottogruppi di popolazione (%)

Indagine PASSI d'Argento  
Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n= 221)



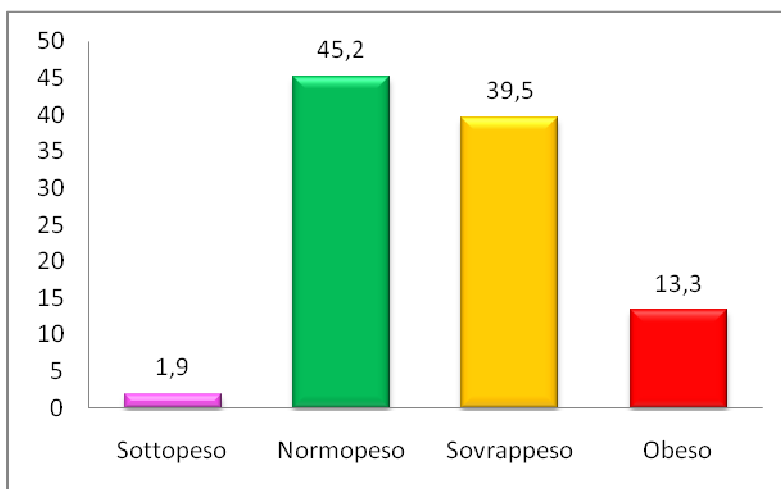
### Stato nutrizionale e abitudini alimentari

- Il 45,2% delle persone ultra 64enni risulta normopeso, il 1,9% in sottopeso, il 39,5% in sovrappeso e il 13,3% obeso.
- Le persone in eccesso ponderale, cioè in sovrappeso o obese, sono il 52,8%.



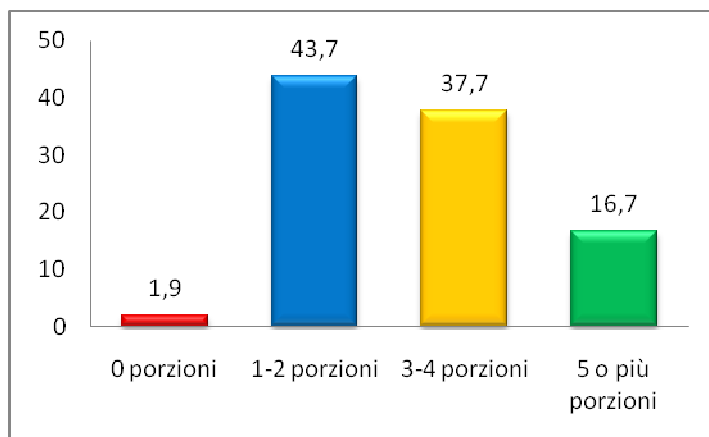
#### Stato nutrizionale (%)

Indagine PASSI d'Argento  
Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n=221)



#### Consumo di frutta e verdura (%)

Indagine PASSI d'Argento  
Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n=221)



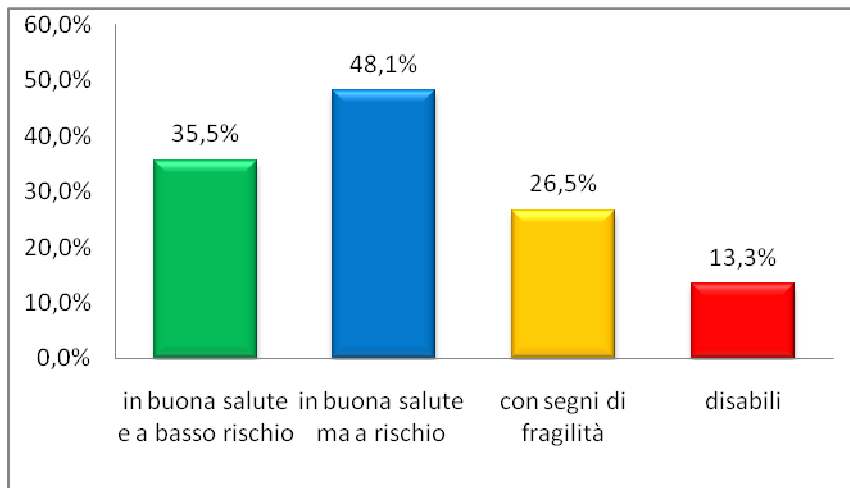
- Solo il 16,7% consuma le 5 porzioni di frutta e verdura al giorno raccomandate, mentre il 43,7% consuma solo 1-2 porzioni.
- Tra gli ultra 64enni in buona salute a basso rischio di malattia il 22,6% ha dichiarato di seguire il "five a day"; la percentuale scende all'11,1% nelle persone in buona salute, ma a rischio di malattia e fragilità, risale al 14,7% nelle persone con segni di fragilità e crolla allo 0% nei disabili



## Consumo di alcol

**Consumatori di alcol per sottogruppi**  
Indagine PASSI d'Argento  
Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n=221)

- L'abitudine al consumo di alcol è risultata più alta:
  - nella classe d'età 65-74 anni (39,6% contro 21,0%)
  - nelle persone con alto livello d'istruzione (37,3% contro 29,4%).
- I consumatori di alcol rappresentano il 35,5% degli ultra 64enni in buona salute e a basso rischio di malattia, il 48,1% di quelli in buona salute ma a rischio di malattia, il 26,5% delle persone con segni di fragilità e il 13,3% delle persone con disabilità.



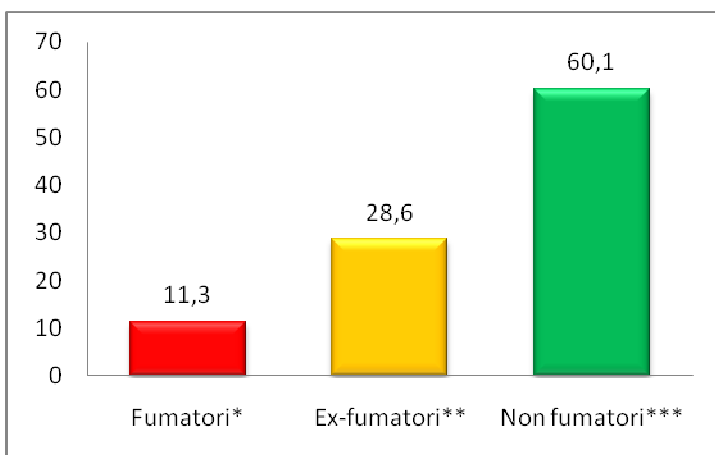
## Chi consuma più di un'unità alcolica in una giornata?

- Il 34,9% consuma più di un'unità alcolica in una giornata tipo
  - più frequentemente negli uomini (41,9% contro 20,0%)
  - fra le persone ultra 75enni (40,0% contro 33,3%)
  - tra coloro che hanno molte difficoltà economiche (45,5%).

## Abitudine al fumo

**Abitudine al fumo (%)**  
Indagine PASSI d'Argento  
Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n=221)

Gli ultra 64enni che hanno riferito di fumare sono l'11,3%. Il 28,6% ha detto di aver fumato almeno cento sigarette ma di aver smesso e il 60,1% di non avere mai fumato



\* **Fumatore**: soggetto che dichiara di aver fumato più di 100 sigarette nella sua vita e di fumare al momento

\*\* **Ex fumatore**: soggetto che dichiara di aver fumato più di 100 sigarette nella sua vita e di non fumare al momento

\*\*\* **Non fumatore**: soggetto che dichiara di aver fumato meno di 100 sigarette nella sua vita e non fuma al momento

## Problemi di vista, udito e difficoltà masticatorie

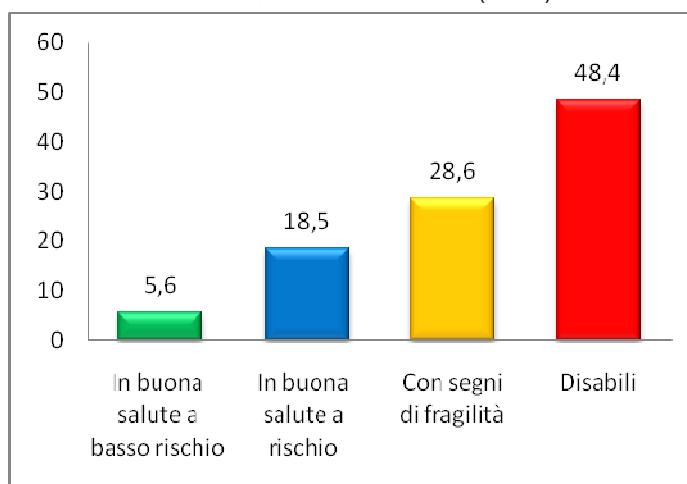
Le disabilità percettive legate a vista e udito condizionano le capacità di comunicazione della persona ultra 64enne peggiorandone notevolmente la qualità della vita. Tali difficoltà favoriscono la tendenza all'isolamento sociale e talvolta la depressione.



- Il 82,9% degli ultra 64enni riferisce di vedere senza problemi ed il 17,1% di avere problemi di vista.
- La prevalenza di questo difetto percettivo è particolarmente rilevante tra le persone a rischio (18,5%), tra quelle con segni di fragilità (28,6%) e tra i disabili (48,4%).

### Vista

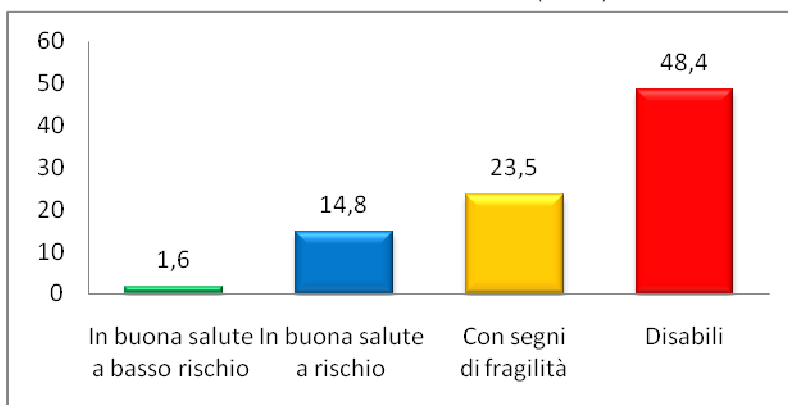
**Problemi di vista per sottogruppi di popolazione (%)**  
Indagine PASSI d'Argento  
Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n=221)



- Il 13,4% ha problemi di udito.
- La prevalenza di questo difetto percettivo è particolarmente rilevante tra le persone in buona salute ma a rischio di malattia e fragilità (14,8%), tra quelle con segni di fragilità (23,5%) e tra i disabili (48,4%).

### Udito

**Problemi di udito\* per sottogruppi di popolazione (%)**  
Indagine PASSI d'Argento  
Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n=221)



\* Persone ultra 64enni che hanno risposto di sentire male o di non sentire

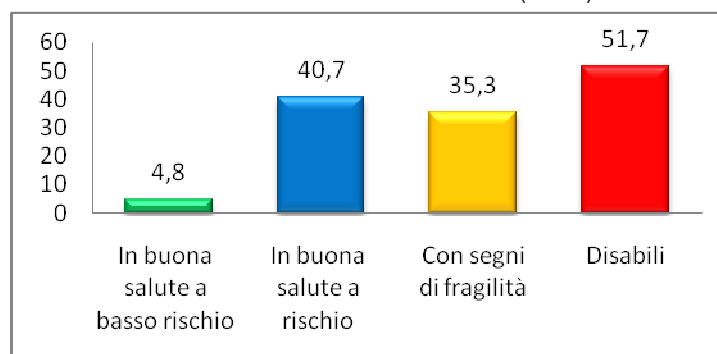


- Il 79,4% riferisce di non avere problemi di masticazione.

La prevalenza dei problemi masticatori è particolarmente rilevante nelle persone in buona salute ma a alto rischio di malattia e fragilità (40,7%), in coloro con segno di fragilità (35,3%) e nei disabili (51,7%).

### Masticazione

**Problemi di masticazione per sottogruppi di popolazione(%)**  
Indagine PASSI d'Argento  
Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n=221)

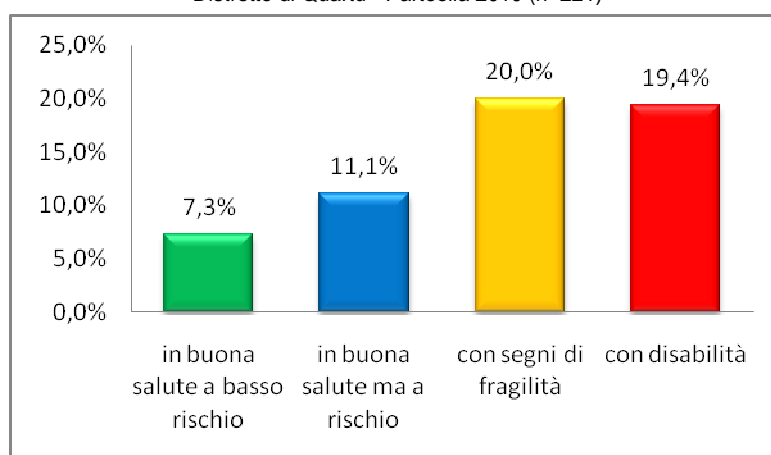


## Cadute

L'OMS ha indicato le cadute negli anziani come uno dei "quattro giganti della geriatria" insieme a depressione, incontinenza urinaria e deficit di memoria. Il problema è particolarmente rilevante non solo per la sua frequenza ma anche per le conseguenze sul benessere psico-fisico della persona: anche la sola insicurezza legata alla paura di cadere può limitare notevolmente lo svolgimento delle attività della vita quotidiana.

Per prevenire le cadute sono necessari programmi di intervento mirati a ridurre i principali fattori di rischio per le stesse (quali ad esempio l'uso inappropriato di farmaci), a creare le condizioni per un ambiente sicuro e favorevole alle persone più anziane e a promuovere l'attività fisica.

**Cadute negli ultimi 30 giorni (%)**  
Indagine PASSI d'Argento  
Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n=221)



- Nel Distretto l'11,5% dei soggetti è caduto negli ultimi 30 giorni.
- La prevalenza delle cadute aumenta con il crescere dell'età: 7,5% nella fascia 65-74 anni e 18,1% sopra i 74 anni.
- Le cadute sono un fenomeno particolarmente frequente tra gli ultra 64enni con segni di fragilità (20,0%) e i disabili (19,4%).
- Il 60,0% delle cadute è capitato all'interno delle mura domestiche.
- Le cadute in strada sono state il 16,0%, quelle in giardino e nell'orto sono state l'8,0%; gli ultra 64enni che hanno riferito di essere caduti per la scale sono stati il 4,0%.





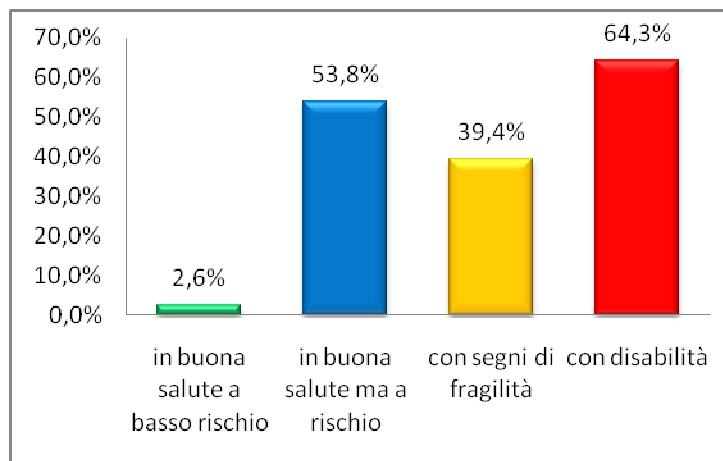
## Isolamento sociale e sintomi di depressione



### Sintomi di depressione

- Nel Distretto il 20,9% presenta sintomi di depressione.
- Questi sintomi sono più diffusi:
  - nelle donne
  - nelle persone ultra 75enni
  - nelle persone con molte difficoltà economiche percepite
  - nelle persone in buono stato di salute percepito ma ad alto rischio di malattia, in quelle con segni di fragilità e nei disabili.

**Sintomi di depressione\***  
Indagine PASSI d'Argento  
Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n=221)



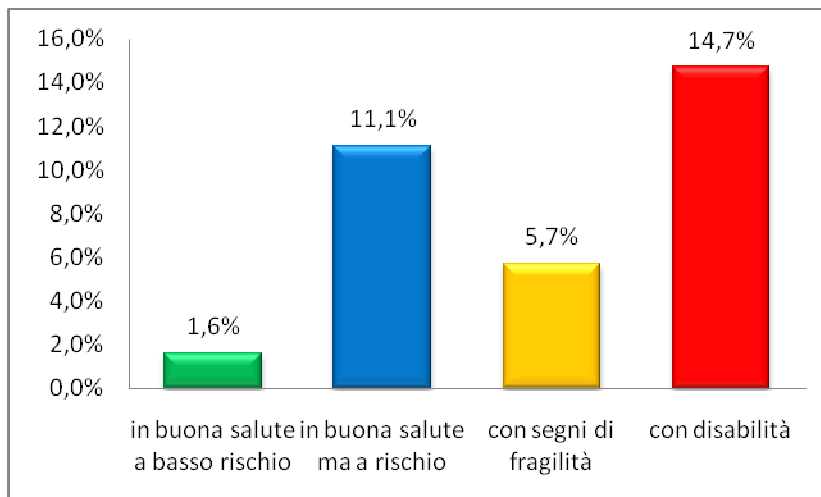
\* Persone ultra 64enni con punteggio => 3 del *Patient Health Questionnaire* (PHQ-2), calcolato sulla base del numero di giorni nelle ultime 2 settimane in cui la persona ha provato poco interesse o piacere nel fare le cose o si è sentita giù di morale, depressa o senza speranza.

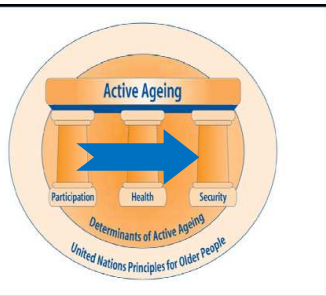


### Isolamento sociale

- Le persone intervistate a rischio di isolamento sociale sono risultate il 5,4%.
- L'isolamento sociale è più diffuso:
  - nella fascia d'età 75aa e oltre
  - negli uomini
  - nelle persone con un'istruzione più bassa
  - non è emersa alcuna differenza significativa tra le persone di diversa condizione economica.
- Tra gli ultra 64enni sono a rischio di isolamento sociale solo l'1,6% di quelli in buona salute e a basso rischio di malattia; l'11,1% in buona salute ma a rischio, il 5,7% con segni di fragilità e il 14,7% nelle persone con disabilità.

**Rischio di isolamento sociale\***  
Indagine PASSI d'Argento  
Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n=221)





## Aiuto nelle attività della vita quotidiana

Il bisogno di aiuto e assistenza delle persone ultra 64enni può essere valutato sulla base della capacità di svolgere autonomamente le attività della vita quotidiana.

**In PASSI d'Argento le attività della vita quotidiana sono state valutate mediante due indici validati e diffusi a livello nazionale ed internazionale.**

- ADL - *Activities of Daily Living* per valutare le attività di base
- IADL - *Instrumental Activities of Daily Living* per valutare le attività strumentali.

### IADL

1. usare il telefono
2. prendere le medicine
3. fare la spesa o delle compere
4. cucinare o riscaldare i pasti
5. prendersi cura della casa
6. fare il bucato
7. spostarsi fuori casa con mezzi pubblici o con la propria auto
8. pagare conti o bollette



Nella nostra indagine abbiamo riscontrato quanto segue:

- Gli ultra 64enni che sono in grado di svolgere da soli tutte le IADL sono il 61,8%.
- Le IADL che più spesso non vengono svolte autonomamente tra le persone in buona salute sono lo spostarsi fuori casa (22,5%) e il prendersi cura della casa (13,5%).

### ADL

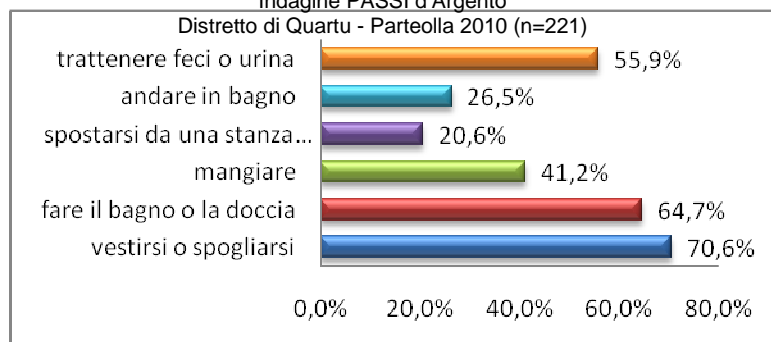
1. mangiare
2. muoversi da una stanza all'altra
3. usare i servizi per fare i propri bisogni
4. farsi il bagno o la doccia
5. vestirsi
6. essere continenti



Gli ultra 64enni con limitazioni in almeno una ADL, ossia persone con disabilità, sono il 15,5% del totale; in particolare:

- Ventisette di questi, pari al 79,4% sono parzialmente disabili (bisogno di aiuto nello svolgimento di un numero di ADL da 1 a 5)
- Sette persone, pari al 20,6% sono totalmente disabili (bisogno di aiuto in tutte e sei le ADL).

**Le limitazioni nelle ADL tra i disabili, (%) per tipo di ADL**  
Indagine PASSI d'Argento



- Le attività in cui le persone in condizioni di disabilità hanno dichiarato di avere maggiori problemi sono: vestirsi o spogliarsi (70,6%); fare il bagno o la doccia (64,7%); trattenere urine e feci (55,9%).



## Reddito percepito, proprietà della casa, pensione e attività che producono reddito

- Hanno riferito difficoltà economiche il 79,3% delle persone con disabilità, il 70,4% delle persone in buona salute ma a rischio di malattia e fragilità e l'84,8% delle persone con segni di fragilità.
- Ha dichiarato il proprio reddito insufficiente ad arrivare a fine mese il 65,9% delle persone in buona salute a basso rischio di malattia.

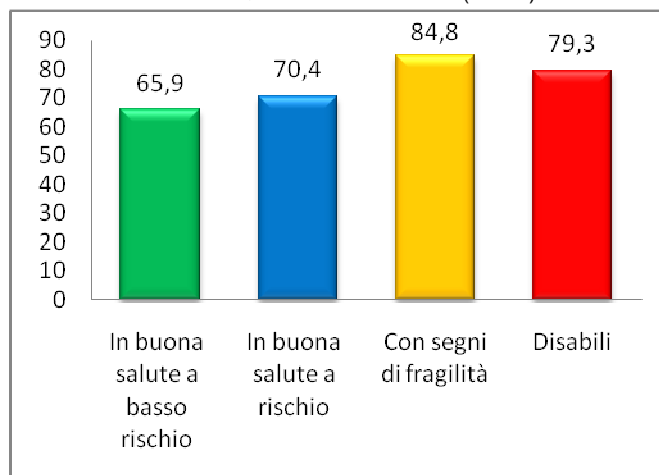


- La casa in cui vivono gli ultra 64enni è:
  - di proprietà loro o del coniuge nell' 82,2% dei casi
  - di persone di fiducia nel 9,9%
  - in usufrutto o comodato d'uso nel 2,3%.
- Le persone che pagano un affitto sono il 5,2%.



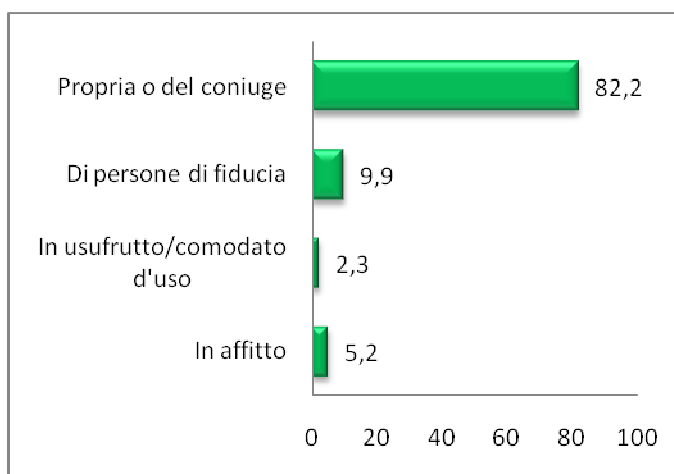
- Il 90,6% percepisce una pensione. Questa percentuale è dell'86,3% nei 65-74enni e del 97,6% negli ultra 74enni.
- Il 4,9% ha un lavoro retribuito; così come il 6,3% nella classe 65-74 anni e il 2,5% in quella 75 anni e più.
- Gli uomini hanno dichiarato in proporzione maggiore rispetto alle donne di ricevere una pensione mentre le donne di avere un lavoro retribuito

Difficoltà economiche percepite\* per sottogruppi di popolazione (%)  
Indagine PASSI d'Argento  
Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n=221)

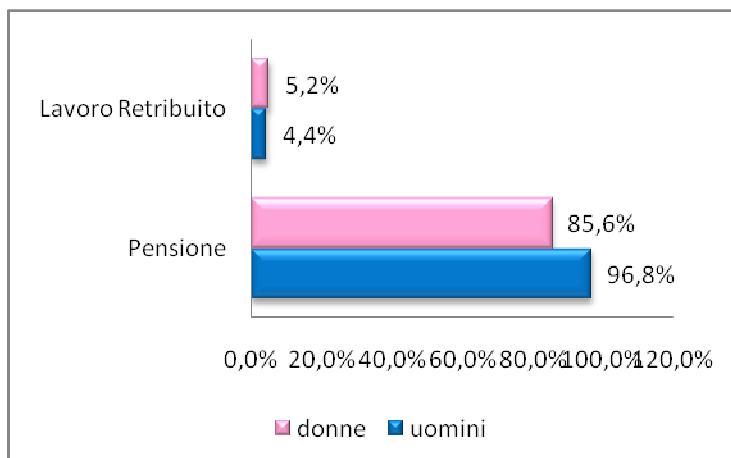


\* Persone ultra 64enni che dichiarano di arrivare a fine mese con alcune difficoltà o con molte difficoltà.

Proprietà della casa (%)  
Indagine PASSI d'Argento  
Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n=221)



Pensione e attività che producono reddito (%)  
Indagine PASSI d'Argento  
Distretto di Quartu - Parteolla 2010 (n=221)



## Considerazioni finali

La trasformazione degli anziani in risorsa per la società è una sfida che può essere vinta migliorando la qualità dei Servizi Sanitari e Sociali secondo i reali bisogni degli ultra 64enni.

Ogni iniziativa in campo sanitario e sociale deve conseguire alla precisa conoscenza delle esigenze degli anziani, sia quelle oggettivamente rilevabili che quelle soggettivamente espresse da loro stessi.

**PASSI d'Argento** raggiunge l'obiettivo di produrre numerose informazioni epidemiologiche utilizzabili a livello locale, ma che concorrono anche alla creazione di un database di estensione sia regionale che nazionale.

I risultati raggiunti da PASSI d'Argento, raccolti in un report a disposizione dei cittadini rappresentano un punto di riferimento per ogni "decisore" fornendo indicazioni utili per indirizzare efficacemente le risorse disponibili.

PASSI d'Argento è un Sistema di Sorveglianza Epidemiologica che sarà ripetuto in futuro con cadenza biennale. La sensibilità di questa ricerca permetterà di cogliere gli esiti di ogni iniziativa realizzata per favorire il cosiddetto invecchiamento attivo ("*Active Ageing*") dei nostri ultra 64enni.

