



Piattaforma di analisi, approfondimento, dialogo, condivisione di proposte di policy sul valore dello sport per il sistema-Paese

Gli stili di vita degli italiani e l'impatto dell'attività fisica sulla salute e il benessere fisico e mentale

Terzo Forum Osservatorio Valore Sport

Presentazione di Emiliano Briante - Partner, TEHA Group e Responsabile Osservatorio Valore Sport
Roma, 18 febbraio 2025



Il dominio socio-sanitario: l'impatto della sedentarietà sulla salute individuale e sulla sostenibilità del Sistema Sanitario Nazionale



Per ciascun dominio, l'Osservatorio ha:

Realizzato un'**analisi dello scenario di riferimento** su quali sono i punti di forza e di debolezza in Italia sul tema



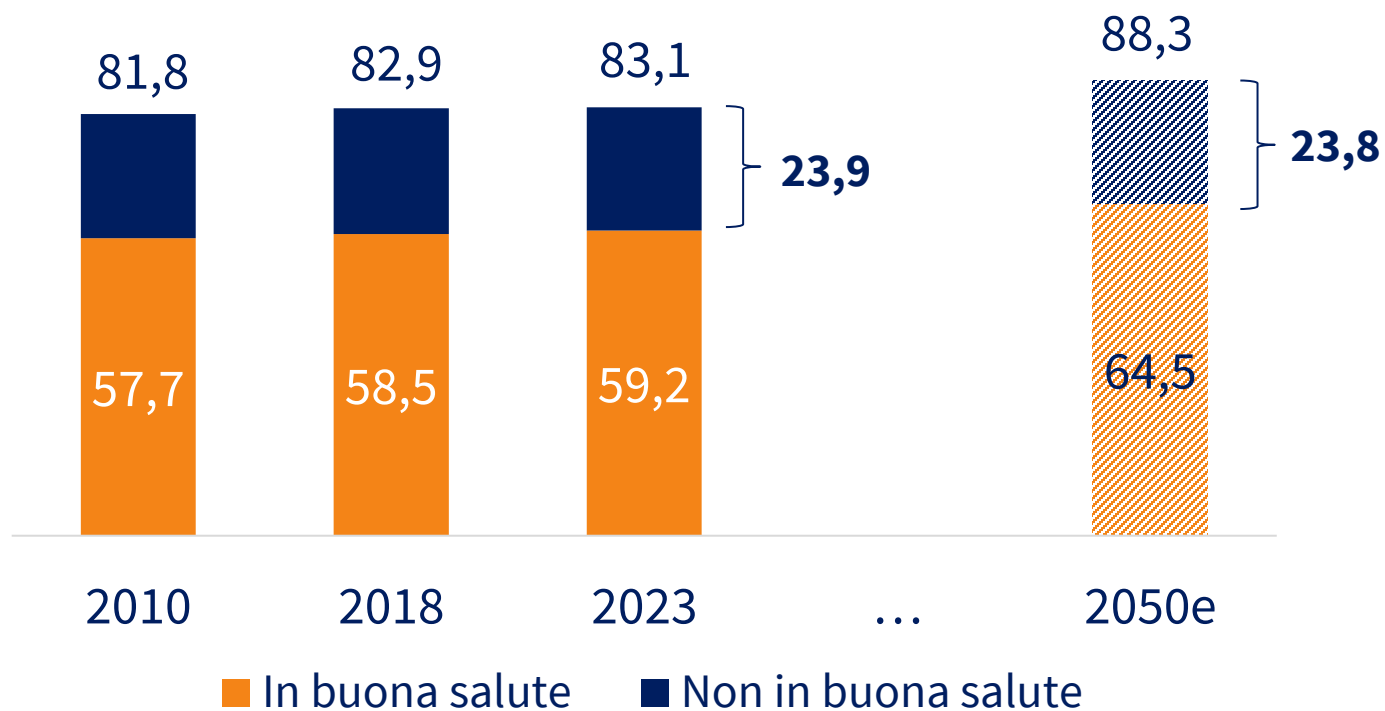
Misurato gli **impatti della pratica sportiva** (rispetto alla sedentarietà) sulle dimensioni di riferimento del dominio



Elaborato **raccomandazioni di policy** per rilanciare il settore e colmare i gap presenti

Viviamo (e vivremo) sempre più a lungo, ma con una rilevante incidenza degli anni vissuti non in buona salute

Speranza di vita in Italia
(anni), 2010, 2018, 2023 e 2050e

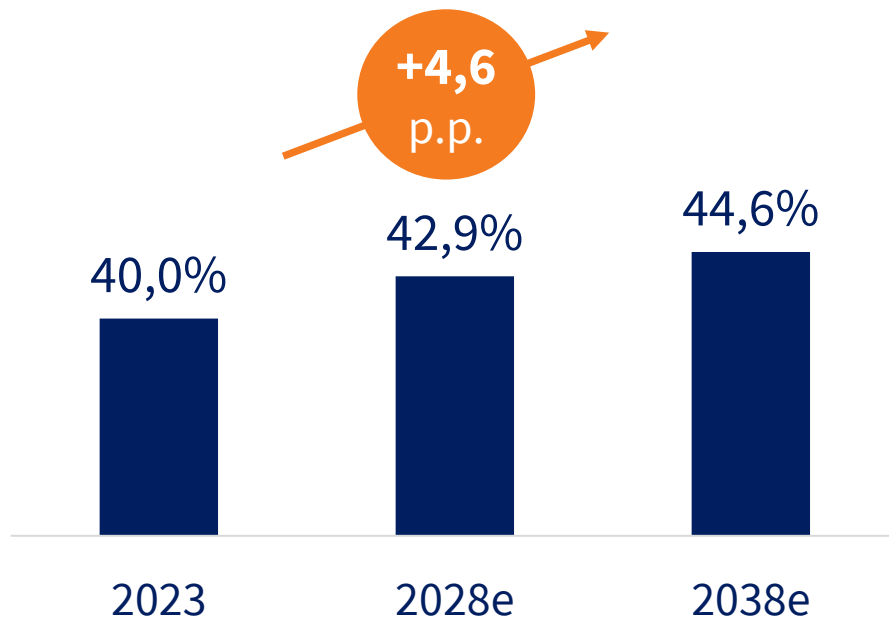


Si stima che nei prossimi 25 anni la **speranza di vita alla nascita in Italia** aumenterà del **+6,3%**

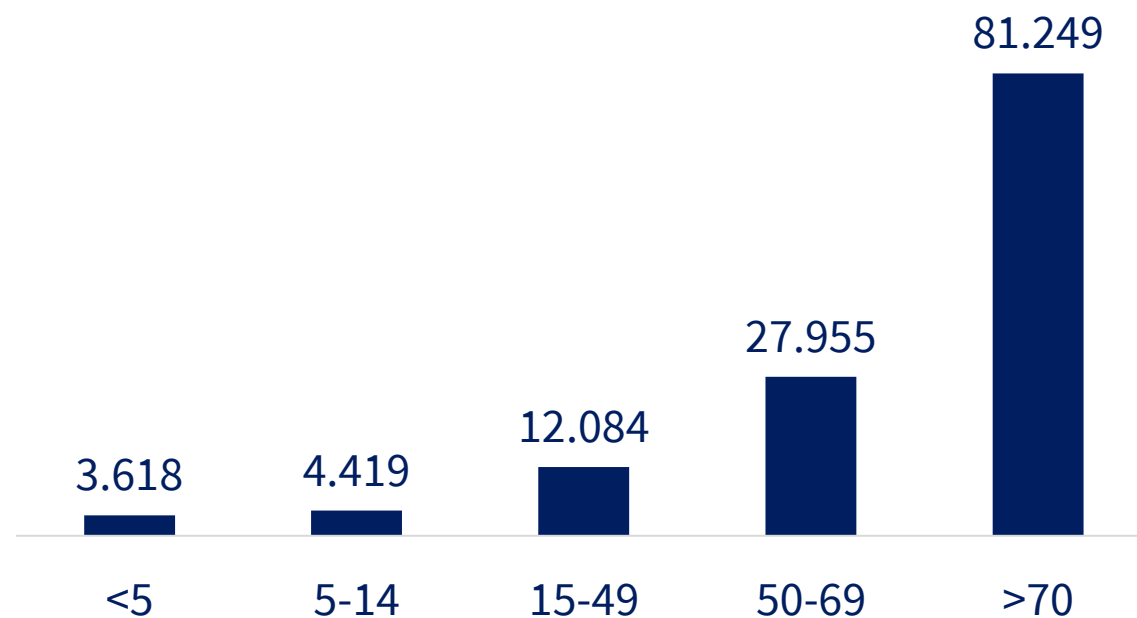
Gli anni vissuti **non in buona salute** restano una quota rilevante: oggi incidono per il **28,7% del totale**

L'invecchiamento della popolazione si accompagna a una crescita delle patologie croniche e del loro impatto sulla salute delle persone

Persone affette da almeno una malattia cronica
(% sul totale della popolazione), 2023, 2028e e 2038e



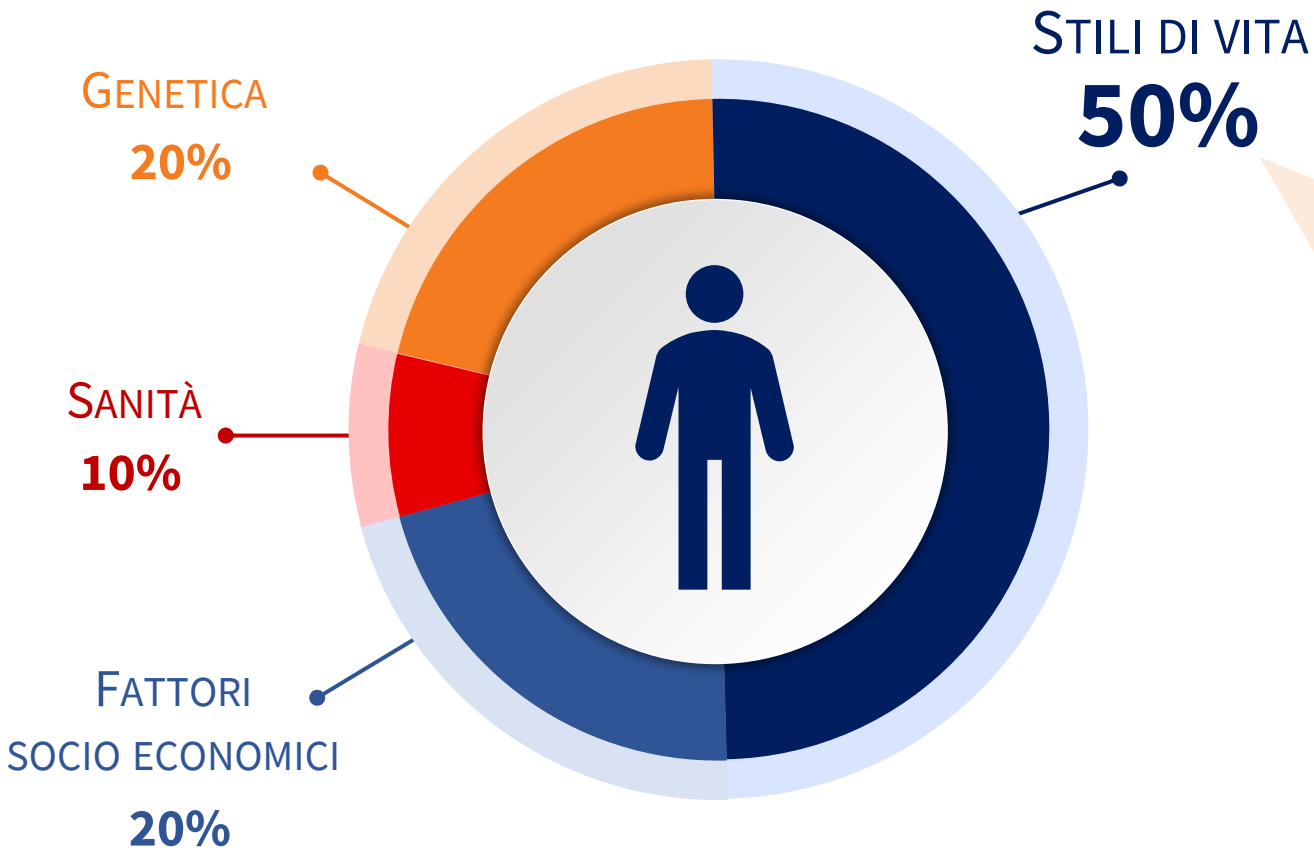
DALYs suddivisi per fascia d'età
(DALYs ogni 100.000 abitanti), 2021



Gli anni vissuti in cattiva salute e la presenza di patologie croniche sono principalmente **concentrati in età avanzata** (il **47%** delle persone affette da almeno una malattia cronica nel 2023 è **over65**), ma sono spesso influenzati da **comportamenti e stili di vita adottati nelle fasce d'età precedenti**

Gli stili di vita sono il 1° fattore determinante per la salute individuale e la sedentarietà rientra tra quelli a più elevato impatto

I fattori determinanti della salute individuale (% sul totale), 2020



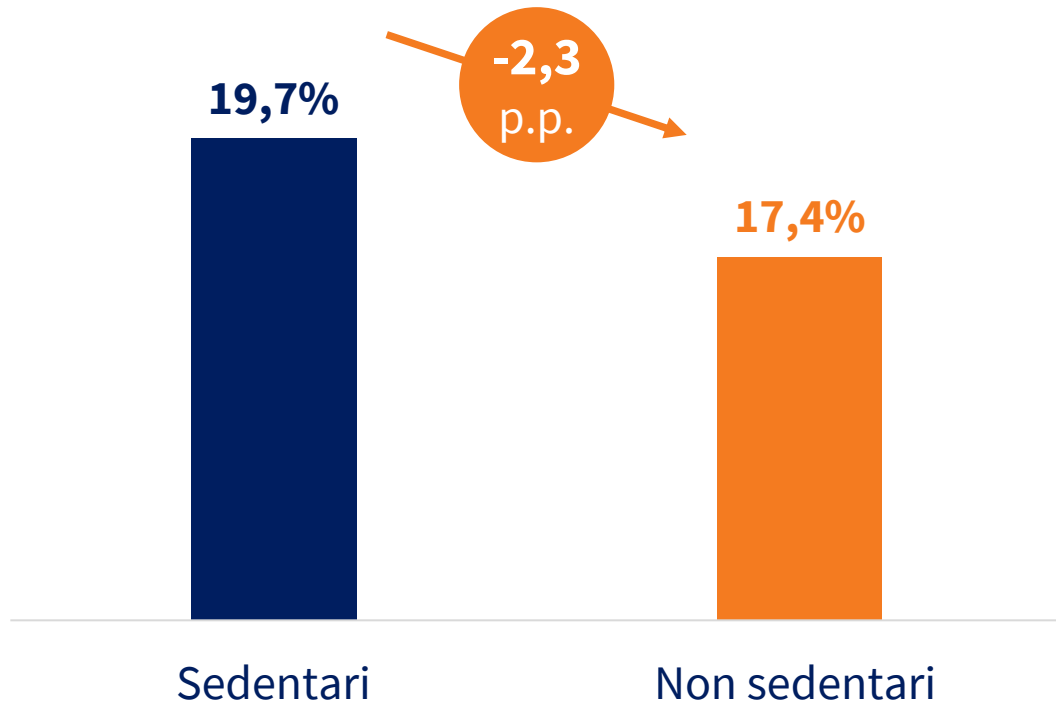
I primi 4 stili di vita per impatto sulla salute sono:



Con l'obiettivo di analizzare la **relazione tra i diversi stili di vita**, nella terza edizione l'Osservatorio Valore Sport ha proposto un'analisi basata sui **Microdati Istat**, tramite cui è stato possibile esaminare **correlazioni** e differenti **propensioni** ad adottare determinati stili di vita tra persone sedentarie e attive nella popolazione italiana

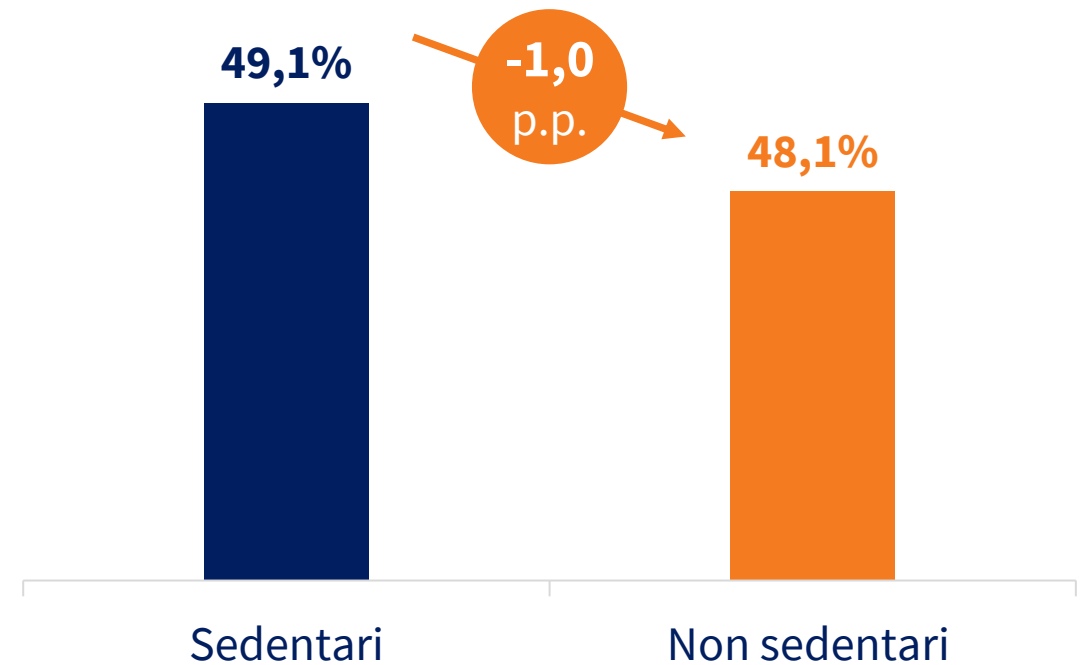
Dall'analisi dei dati Istat, uno stile di vita attivo è generalmente accompagnato da una propensione al fumo e al consumo di alcol più bassa...

Incidenza dei fumatori per livello di attività fisica
(% popolazione adulta), 2022



Il **68,1%** della popolazione fumatrice in Italia è sedentaria

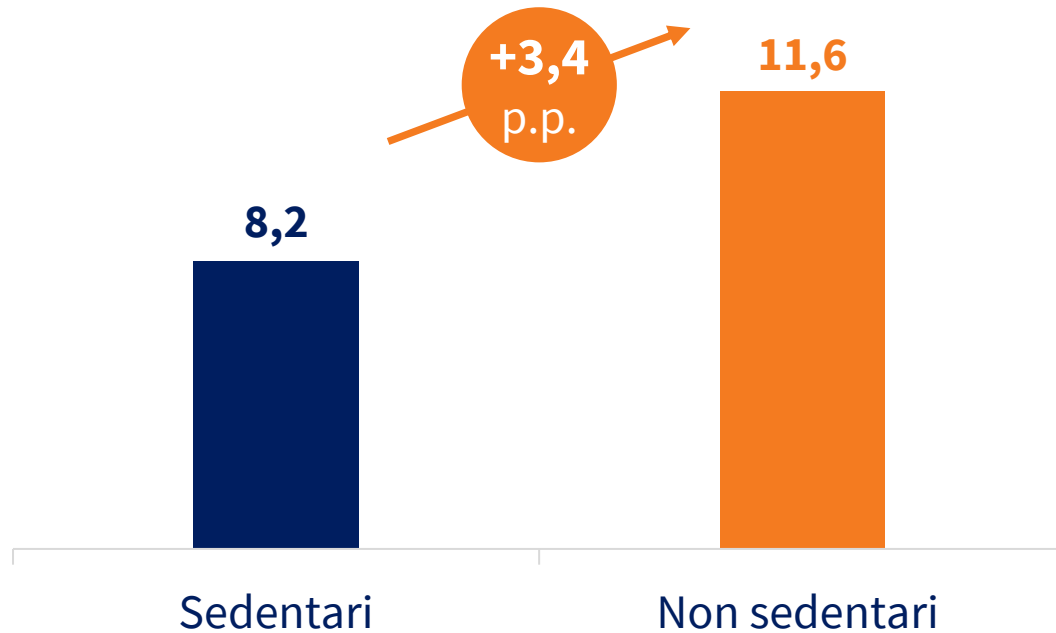
Incidenza del consumo abituale di alcolici per livello di attività fisica
(% popolazione adulta), 2022



Il **65,9%** della popolazione che consuma abitualmente alcolici in Italia è sedentaria

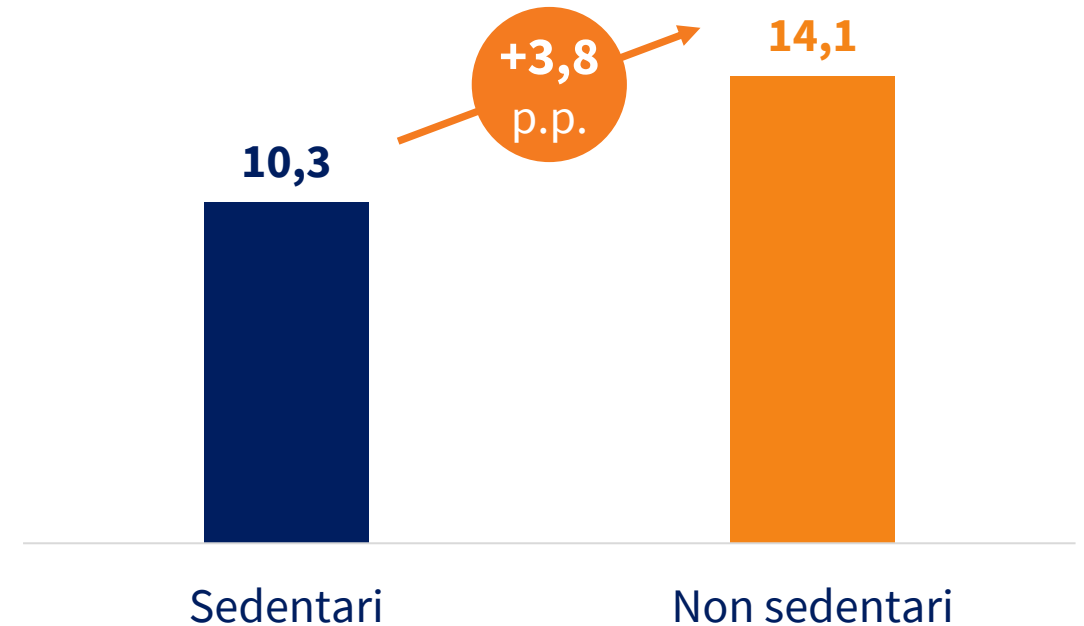
...oltre che da una propensione a una dieta corretta più elevata, sia in termini di consumo di frutta e verdura che di carni bianche

Incidenza del consumo corretto di frutta e verdura per livello di attività fisica (% popolazione adulta), 2022



Le **persone fisicamente attive** hanno una **più alta** propensione a raggiungere i **consumi raccomandati di frutta e verdura** rispetto ai **sedentari**

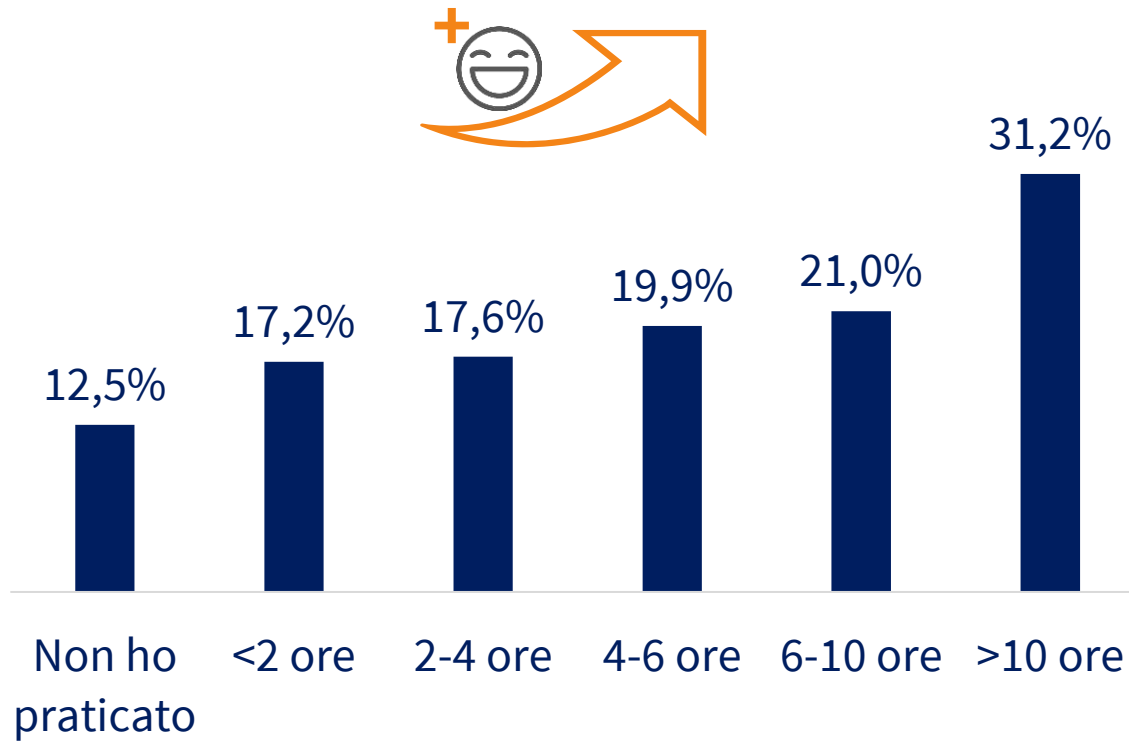
Incidenza del consumo di carni bianche per livello di attività fisica (% popolazione adulta), 2022



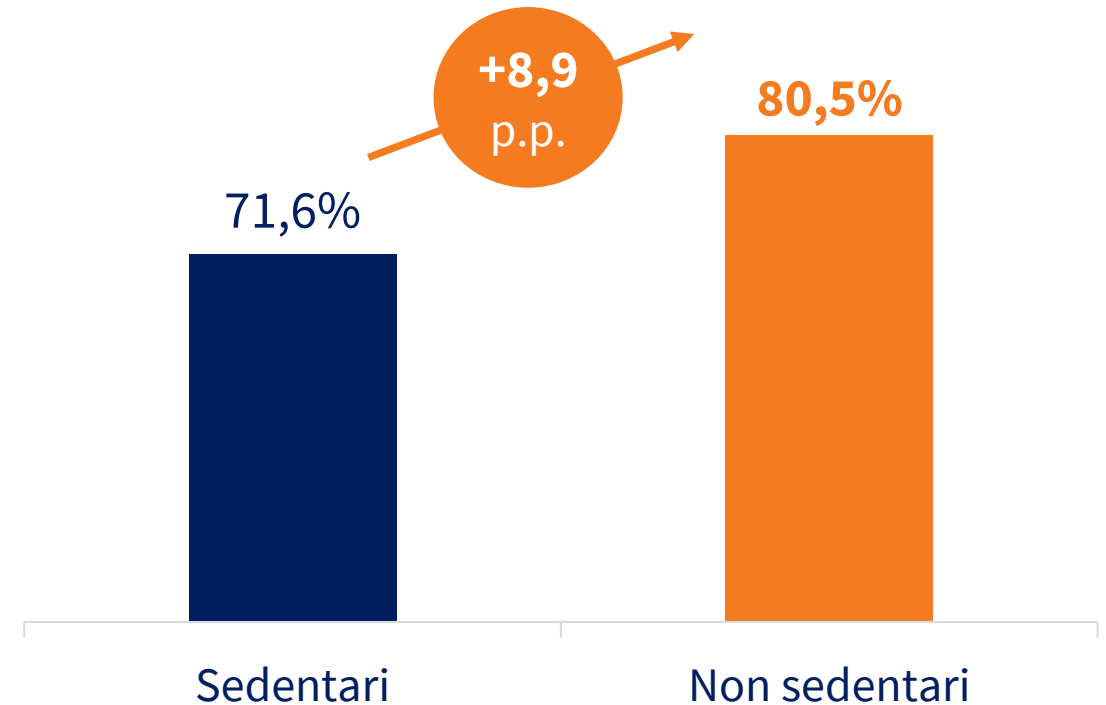
Le **persone fisicamente attive** hanno una **più alta** propensione al **consumo di carni bianche**, alimenti funzionali all'attività sportiva, rispetto ai **sedentari**

Ad una maggiore attività fisica è associato anche un incremento della percezione del benessere psicofisico e della soddisfazione per la propria vita

Persone che hanno risposto di sentirsi «molto bene» suddivise per livello di attività fisica settimanale
(% della popolazione adulta), 2022



Persone che hanno risposto di essere «molto o abbastanza» soddisfatti della propria vita
(% della popolazione adulta), 2022



La sedentarietà è un fattore di rischio comportamentale molto rilevante per numerose patologie croniche ad elevato impatto

Incidenza della sedentarietà come causa di patologie in Italia (% sul totale della prevalenza), 2021



Malattie renali e metaboliche

Diabete

6,5% della prevalenza

Malattia renale cronica

3,7% della prevalenza



Malattie Cardiovascolari

Arteriopatia periferica

4,3% della prevalenza

Ictus ischemico

3,7% della prevalenza

Cardiopatia ischemica

3,1% della prevalenza



Neoplasie

Tumore del colon-retto

8,4% della prevalenza

Tumore al seno

3,1% della prevalenza



Malattie Psicologiche

2,2% della prevalenza

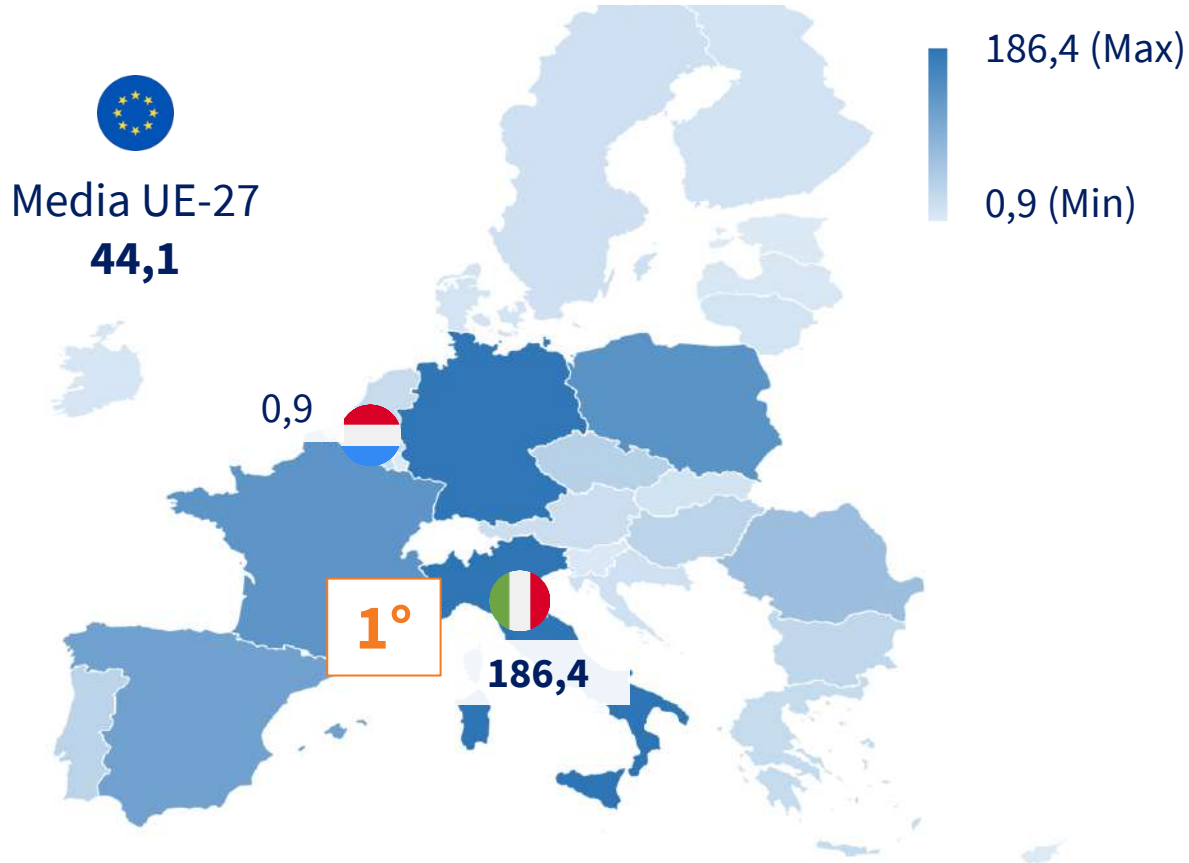


Malattie Neurodegenerative

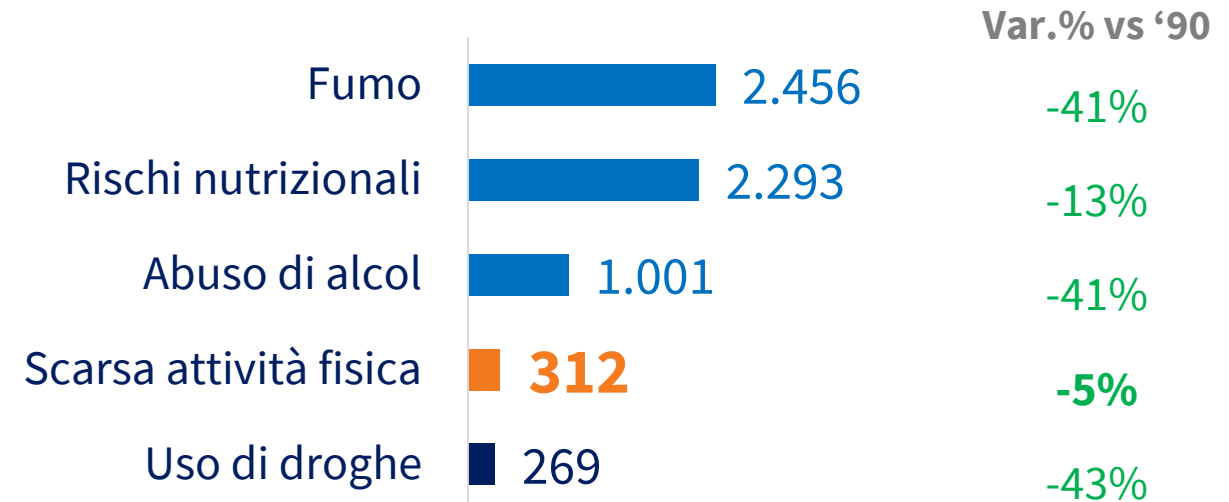
0,6% della prevalenza

L'Italia è il peggiore Paese UE-27 per DALYs* attribuibili alla sedentarietà in valore assoluto, e non è riuscita a ridurre l'impatto negli ultimi 30 anni

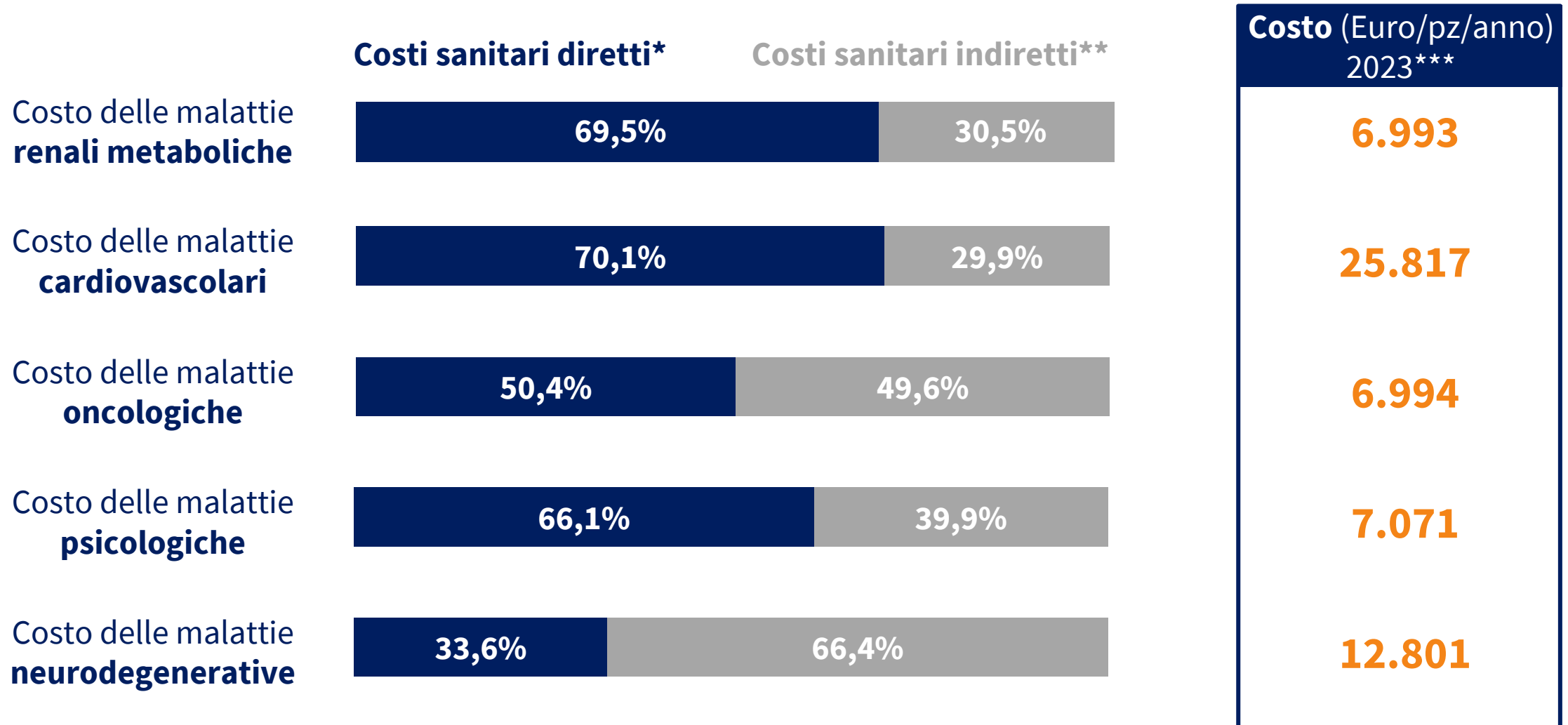
DALYs* attribuibili alla scarsa attività fisica nei Paesi UE-27 (migliaia di DALYs), 2021



Fattori di rischio comportamentale causa di DALYs* in Italia (DALYs ogni 100.000 abitanti), 2021 e var.% vs 1990



Le patologie per cui la sedentarietà rappresenta un rischio hanno costi economici rilevanti per pazienti, caregiver, SSN e sistema economico



(*) Costi sostenuti dal sistema sanitario pubblico e privato e legati alle spese sanitarie dei privati.

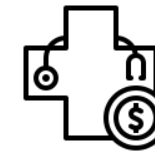
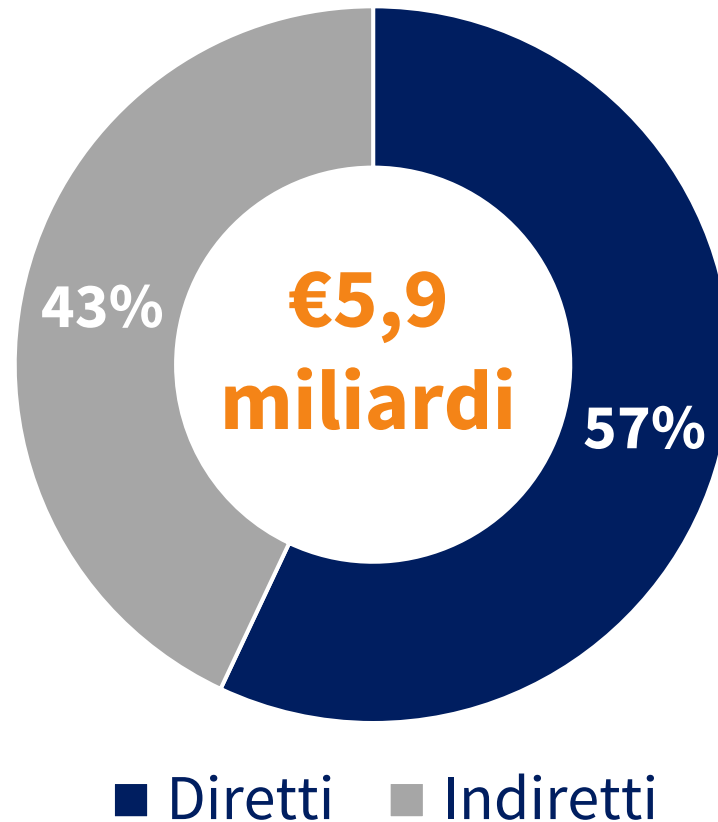
(**) Costi legati alla perdita di produttività.

(***) Dove non aggiornati, i costi sanitari delle patologie sono stati attualizzati all'anno 2023 per commisurarli all'attuale costo della vita.

Fonte: elaborazione TEHA Group su dati «Meridiano Sanità» di TEHA Group, Global Burden of Disease, OMS, OCSE, Stroke Alliance for Europe e altri paper da letteratura medico-scientifica, 2025

La sola sedentarietà ha un forte impatto economico in termini di costi sanitari diretti e indiretti, pari a 5,9 miliardi di Euro...

Il costo della sedentarietà in Italia (€ miliardi), 2023



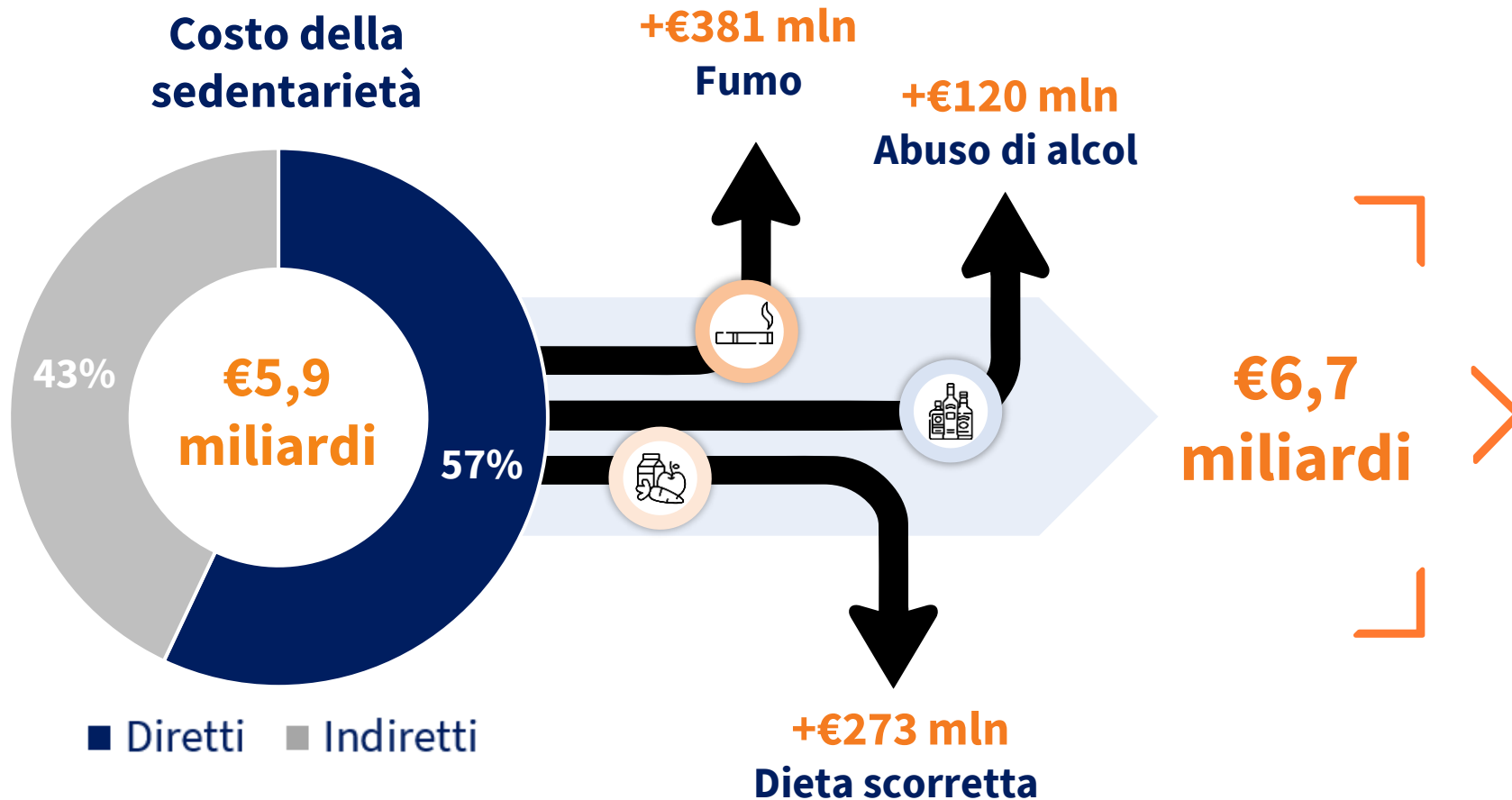
2,6%

**Incidenza del costo
(diretto) della
sedentarietà sulla
spesa sanitaria
nazionale***

...a cui si aggiungono gli impatti derivanti dagli altri principali fattori di rischio comportamentale, per un costo totale pari a €6,7 miliardi

Spillover sugli altri stili di vita legati alla sedentarietà

(€ miliardi), 2023



La combinazione tra uno stile di vita sedentario e altri fattori di rischio comportamentale provoca un **costo annuo aggiuntivo** pari a **€774 milioni**, risultando in un **costo annuo complessivo della sedentarietà** in Italia pari a **€6,7 miliardi**

Le sei macro-proposte dell'Osservatorio Valore Sport

1A Definire una **Visione del futuro** «2050 - Italia In Movimento» dell'Osservatorio Valore Sport con una Roadmap di obiettivi condivisi al 2050

1B Declinare la Visione del futuro con i principi guida di **Sport in all policies** e di **Sport for all**

2 Incrementare gli **investimenti** destinati alla costruzione e all'efficientamento degli **impianti sportivi** e **semplificare** gli iter autorizzativi

3 Incentivare il **settore privato** alla promozione dell'attività fisica attraverso la **leva fiscale**

4 Promuovere politiche di **accessibilità economica** per la pratica sportiva dirette ai **cittadini**

5 Sostenere e potenziare la pratica sportiva nelle **scuole** e sviluppare **sinergie** tra i **territori**

6 Attivare una strategia di **formazione, sensibilizzazione e comunicazione** multilivello sui benefici dello sport guidata da **dati omogenei e aggiornati**

La Visione di lungo periodo per il Paese: «2050 - Italia in Movimento»

La Visione dell'Osservatorio Valore Sport

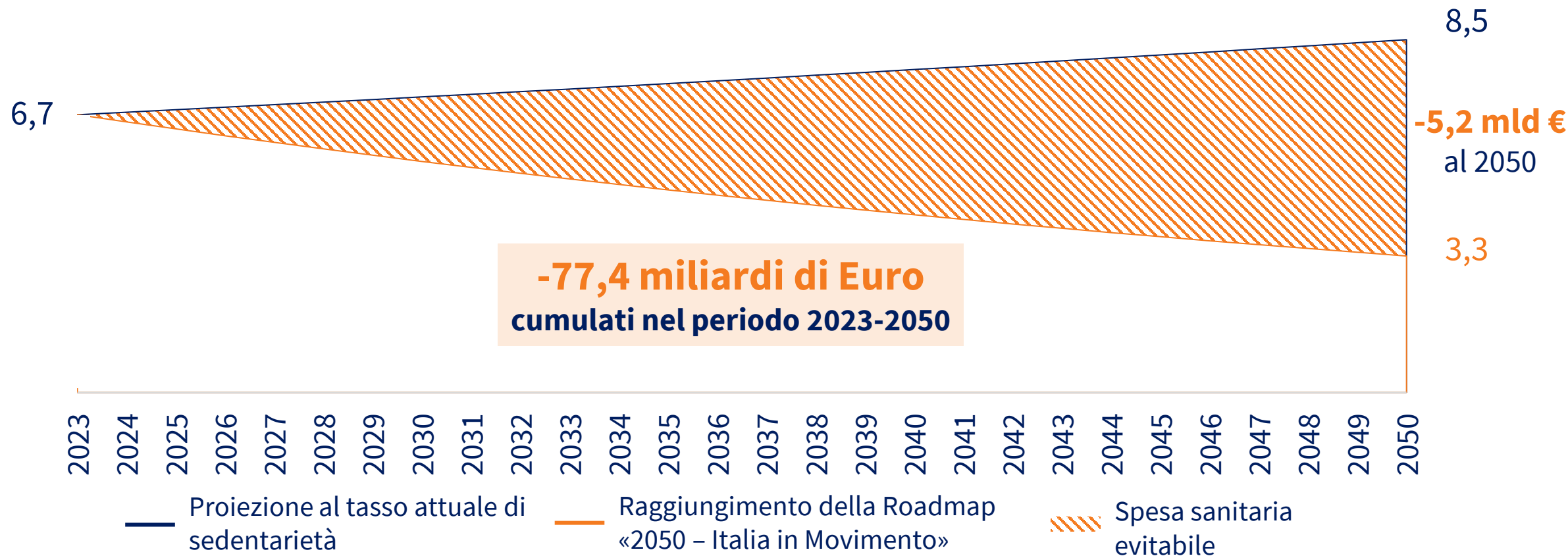
«2050 - Italia in Movimento»

Rendere l'Italia entro il 2050 uno dei Paesi con il più alto livello di attività fisica e tasso di partecipazione sportiva della popolazione, garantendone e favorendone l'accesso a tutti i livelli, in modo omogeneo e inclusivo.

La **Visione «2050 – Italia in Movimento»** accompagnerà l'operato dell'Osservatorio Valore Sport e il dialogo con i policy e decision maker, con l'obiettivo di **definire e condividere una Roadmap di obiettivi al 2050**

Raggiungere gli obiettivi della Visione 2050 consentirebbe di evitare una quota significativa della spesa sanitaria

Spesa sanitaria associata alla sedentarietà che verrebbe evitata con il raggiungimento degli obiettivi della Roadmap di «2050 - Italia in Movimento» (miliardi di Euro), 2023-2050



N.B. Lo status quo vede un costo sanitario crescente a causa dell'aumento della prevalenza delle patologie croniche per cui la sedentarietà rappresenta un fattore di rischio. Il calcolo di impatto ha una proxy temporale, in quanto non si considera lo scostamento tra gli investimenti della Roadmap e il beneficio di medio-lungo periodo sulla salute della popolazione, non efficacemente quantificabile in letteratura.

Fonte: elaborazione TEHA Group su dati Osservatorio Valore Sport, 2025

Proposta 4 - Promuovere politiche di accessibilità economica per la pratica sportiva dirette ai cittadini

- **Portare a compimento** l'iter legislativo per la **prescrivibilità dell'esercizio fisico** come «medicina naturale» attraverso **ricetta medica**, rendendo contestualmente l'attività fisica **fiscalmente detraibile (IRPEF)**
- **Estendere e adeguare** le agevolazioni fiscali legate alla pratica sportiva per le detrazioni IRPEF:
 - **adeguare gli importi di massima detraibilità** per le spese sportive sostenute dalle famiglie per i **figli a carico** alla crescita del costo della vita occorsa nel periodo;
 - prevedere un **rimborso IRPEF al 19%** per le spese in servizi sportivi sostenute dagli **adulti entro determinati limiti di reddito ISEE**
- Introdurre un meccanismo di «**Sport Bonus**» a **livello nazionale per i bambini in famiglie a basso reddito**

Disegni di legge in discussione	DDL 287 (Sbrollini) – DDL 1231 (Marcheschi)
Focus	Inserimento dell'esercizio fisico in prescrizione medica come «medicina naturale» prescritta dal MMG*
Accessibilità economica	Possibilità di ottenere detrazione fiscale per i cittadini
Strutture coinvolte	Palestre, associazioni sportive private, strutture sanitarie pubbliche e private convenzionate, purché tutte mantengano gli standard richiesti per l'erogazione del servizio
Formazione del personale	Richiesta per chi dovrà garantire la prestazione in ricetta

(*) Medico di Medicina Generale.

Fonte: elaborazione TEHA Group, 2025

Proposta 6 – Attivare una strategia di formazione, sensibilizzazione e comunicazione multilivello sui benefici dello sport guidata da dati omogenei e aggiornati

- Veicolare **contenuti informativi sull'importanza di praticare sport in modo continuativo** per il benessere individuale a tutta la popolazione e all'interno delle **scuole**
- Supportare l'insegnamento del valore dell'attività fisica a scuola con **corsi di formazione** anche per i **genitori**
- Adottare strategie per il **contrasto all'abbandono sportivo**
- Attuare una strategia di comunicazione ai Medici di Medicina Generale al fine di **accelerare l'iter** della proposta relativa all'**attività fisica prescrivibile**
- Incrementare le competenze sui benefici dell'attività sportiva per il benessere individuale includendo **corsi ad hoc** all'interno dei programma della **facoltà di medicina** e di **scienze motorie**
- **Sistematizzare** tutte le **dimensioni quantitative relative allo sport in Italia**, attraverso un sistema di raccolta dati «dal basso»

Grazie per l'attenzione

Emiliano Briante

Partner, TEHA Group
Responsabile, Osservatorio Valore Sport

E-mail: emiliano.briante@ambrosetti.eu

Dal 2013 TEHA Group è stata nominata nella categoria "Best Private Think Tanks" - 1° Think Tank in Italia, 4° nell'Unione Europea e tra i più rispettati indipendenti al mondo su 11.175 a livello globale (fonte: "Global Go To Think Tanks Report" dell'Università della Pennsylvania). TEHA Group è stata riconosciuta da Top Employers Institute come una delle 151 realtà Top Employer 2025 in Italia

