



Schweizerisches Gesundheitsobservatorium  
Observatoire suisse de la santé  
Osservatorio svizzero della salute  
Swiss Health Observatory

# TICINO

## La salute nel Cantone Ticino

Risultati dell'Indagine sulla salute  
in Svizzera 2017



Repubblica e Cantone  
Ticino

## Impressum / Obsan Bulletin 6/2019

**Pubblicato da**

Osservatorio svizzero della salute (Obsan), Neuchâtel

**Su incarico di**

Dipartimento della sanità e della socialità del Cantone Ticino

**Direzione progetto/Realizzazione**

Daniela Schuler, Obsan

**Grafica/ Impaginazione**

Ufficio federale di statistica (UST), Sezione DIAM, Prepress/Print

**Frontespizio**

[stock.adobe.com/MG](https://stock.adobe.com/MG)

**Altre informazioni sui dati cantionali**

Ufficio del medico cantonale

Servizio di promozione e di valutazione sanitaria

via Dogana 16, 6500 Bellinzona

Tel +41 91 814 30 50, Fax +41 91 814 44 47, [dss-cend@ti.ch](mailto:dss-cend@ti.ch)

[www.ti.ch/promozionesalute](http://www.ti.ch/promozionesalute)

# Indice

|            |   |
|------------|---|
| Prefazione | 4 |
|------------|---|

## Stato di salute generale

---

|                                                                      |   |
|----------------------------------------------------------------------|---|
| Salute soggettiva                                                    | 5 |
| Limitazione nelle attività quotidiane dovuta a un problema di salute | 6 |

## Salute psichica

---

|                     |   |
|---------------------|---|
| Disagio psicologico | 7 |
| Sintomi depressivi  | 8 |

## Attività fisica, alimentazione, peso corporeo

---

|                 |    |
|-----------------|----|
| Attività fisica | 9  |
| Alimentazione   | 10 |
| Peso corporeo   | 11 |

## Consumo di sostanze

---

|                       |    |
|-----------------------|----|
| Consumo di alcol      | 12 |
| Consumo di tabacco    | 13 |
| Consumo di medicinali | 14 |

## Salute sul lavoro

---

|                                             |    |
|---------------------------------------------|----|
| La salute sul lavoro                        | 15 |
| Risultati per classi d'età – una panoramica | 17 |
| Note metodologiche                          | 19 |

## Prefazione



Spesso la «salute» è intesa come sinonimo di «assenza di malattia», ma l'assenza di malattia non è l'unico fattore che caratterizza il nostro essere in salute. La salute infatti è un concetto molto più ampio che, partendo da fattori biologici che riguardano il singolo individuo, si estende ai suoi comportamenti, alle relazioni con la comunità, alle condizioni di vita, alla scuola o lavoro fino a raggiungere la specifica situazione socio-economica, culturale e ambien-

tuale in cui ognuno di noi vive. Tutti questi fattori possono influenzare in positivo o in negativo la salute di un'intera popolazione ed è per questo che sono definiti «determinanti della salute». Alcuni di essi sono fuori dal nostro controllo diretto (ad esempio, i fattori genetici o quelli socio-economici del Paese), ma altri dipendono strettamente dalle individuali scelte quotidiane.

Grazie all'Indagine sulla salute in Svizzera (ISS) possiamo scattare un'istantanea della salute nel nostro cantone e, ogni cinque anni, capire se qualcosa è cambiato oppure no. In questa edizione del 2017, emerge come sempre più persone in Ticino abbiano deciso d'intervenire su uno dei fattori più importanti per la salute: l'attività fisica. Dal 2002 al 2017 la percentuale di persone fisicamente attive è aumentata di quasi quindici punti percentuali, soprattutto negli ultimi 5 anni. Di buon auspicio è anche la crescente percezione di essere in buona od ottima salute e l'incremento più evidente è proprio quello nella classe più fragile di persone senza una formazione post-obbligatoria che, rispetto al 2012, aumenta di dieci punti percentuali.

Ovviamente, vi è ancora molto da fare per la prevenzione e la promozione della salute in Ticino. Ad esempio, nel consumo di alcol e tabacco tra i più giovani. Un altro tema che richiederà tutto il nostro impegno è il disagio psicologico che, in assenza di un'adeguata informazione e di un'efficace presa a carico, può evolvere in forme più gravi di sofferenza e isolamento con un impatto rilevante su salute e benessere.

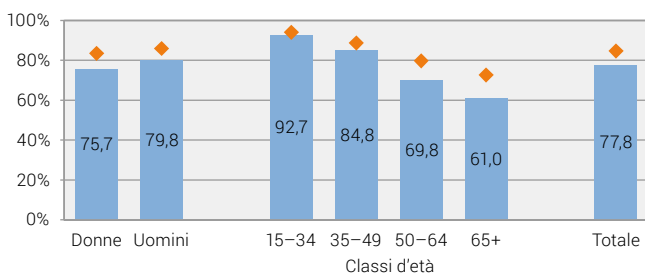
Sono convinto che coinvolgendo tutti gli attori interessati, si possano ulteriormente migliorare le condizioni di salute dei nostri cittadini.

Raffaele De Rosa, Consigliere di stato  
Direttore del Dipartimento della sanità e della socialità Cantone Ticino

## Salute soggettiva

La maggioranza della popolazione del Cantone Ticino si sente bene: il 77,8% delle persone intervistate hanno risposto alla domanda «Come va in generale la sua salute?» con «bene» o «molto bene». Come osservato nelle precedenti inchieste, questa percentuale è inferiore alla media svizzera (2017: 84,7%).

### Persone che si considerano in buona od ottima salute (%)



■ TI    ◆ CH

n=1518 (TI), n=22 122 (CH)

Fonte: UST – ISS 2017

© Obsan 2019

In generale, la percentuale di persone che si considera in buona od ottima salute nel Cantone Ticino è simile per le **donne** (75,7%) e gli **uomini** (79,8%) e la percezione cala parallelamente nei due sessi con l'aumentare dell'**età**.

Le differenze rispetto al livello svizzero emergono a partire dai gruppi d'età superiori: dai 50 anni in su, i Ticinesi<sup>1</sup>, ed in particolare le donne, dichiarano meno spesso di sentirsi bene o molto bene.

La percentuale di persone che dichiara di essere in buona od ottima salute aumenta con il **livello di formazione**: ammonta al 68,5% tra le persone senza una formazione post-obbligatoria, mentre il 76,7% dei Ticinesi che hanno concluso una formazione di grado secondario II e l'87,5% di quelli con formazione di grado terziario giudicano buono od ottimo il proprio stato di salute. Nel 2012, si osservava la distribuzione seguente: senza una formazione post-obbligatoria 58,5%, con una formazione di grado secondario II 76,3% e con una formazione di grado terziario 83,2%.

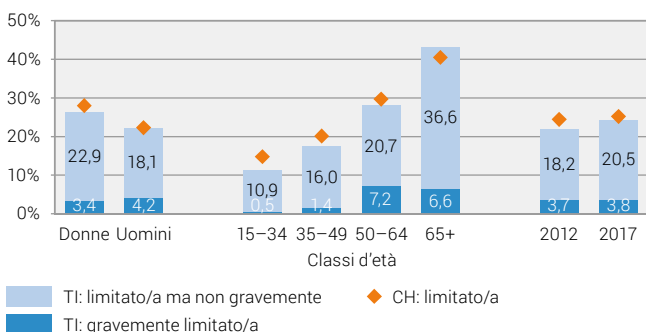
<sup>1</sup> Nel presente opuscolo il termine «i Ticinesi» si riferisce a persone di entrambi i sessi.

## Limitazione nelle attività quotidiane dovuta a un problema di salute

Quasi un quarto (24,3%) delle persone intervistate nel Cantone Ticino si sente limitato nelle attività quotidiane da un problema di salute. Nel 3,8% dei casi si tratta di forti limitazioni, nel 20,5% di limitazioni più lievi. Questi valori cantonali sono paragonabili a quelli del 2012 e alle cifre nazionali.

A livello nazionale, le **donne** (28,0%) dichiarano più spesso degli **uomini** (22,3%) di sentirsi limitate nelle attività quotidiane. Nel Cantone Ticino si osserva la stessa tendenza, con percentuali femminili superiori a quelle maschili (26,3% contro 22,3%).

### Persone che si sentono limitate nelle attività quotidiane da un problema di salute da almeno 6 mesi (%)



2017: n=1514 (TI), n=22 064 (CH); 2012: n=1550 (TI), n=21 566 (CH)

Fonte: UST – ISS 2012, 2017

© Obsan 2019

Come atteso, le limitazioni nelle attività quotidiane per motivi di salute crescono con l'aumentare dell'**età**, sia per le donne che per gli uomini, nel Cantone Ticino come nell'intera Svizzera. L'11,4% dei Ticinesi di età compresa tra 15 – 34 anni dichiara di essere affetto da simili limitazioni; a partire dai 65 anni, la percentuale sale al 43,2%. Le quote cantonali sono simili alle quote dell'intera Svizzera: in Ticino la quota delle persone dai 65 anni in poi gravemente limitate è del 6,6% e in Svizzera dell'8,1%; nella stessa fascia d'età la quota di persone limitate ma non gravemente è rispettivamente del 36,6% e del 32,4%.

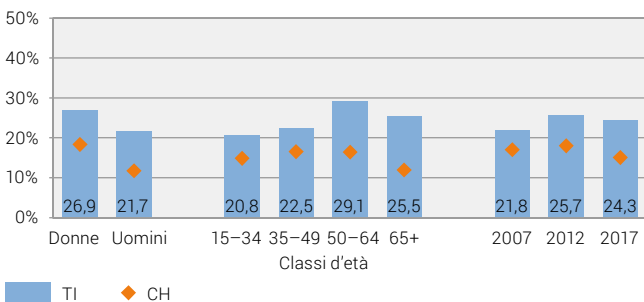
## Disagio psicologico

Sulla base di domande relative alla frequenza di *nervosismo*, di *d'abbattimento*, di *tristezza*, di *manca di calma* e di *serenità*, di *senso di felicità*, l'indagine sulla salute in Svizzera stima il disagio psicologico degli intervistati come basso, medio o grave.

Integrando questi dati, si stima che quasi un quarto (24,3%) della popolazione ticinese mostra sintomi di un disagio psicologico da medio a grave, una percentuale molto superiore alla media nazionale (15,1%). Le **donne** (26,9%) dichiarano più spesso degli **uomini** (21,7%) di soffrire di tale disagio. Anche questi valori sono più elevati nel Cantone Ticino se paragonati alle rispettive percentuali a livello svizzero (donne: 18,3%; uomini: 11,7%).

Tra gli anni 2007, 2012 e 2017 non si sono osservati grandi cambiamenti a livello cantonale. A livello svizzero nel 2017 (15,1%) si è ridotta la quota di persone con un disagio psicologico da medio a grave rispetto al 2007 (17,0%) e al 2012 (18,0%).

### Persone con disagio psicologico medio o grave nelle 4 settimane prima dell'indagine (%)



2017: n=1468 (TI), n=20 941 (CH); 2012: n=1461 (TI), n=20 652 (CH);  
2007: n=1406 (TI), n=17 634 (CH)

Fonte: UST – ISS 2007, 2012, 2017

© Obsan 2019

Rispetto alla Svizzera, il disagio è più frequente in tutte le **classi d'età**, soprattutto tra gli ultrasessantacinquenni. Analizzando le cifre emerge che nel Cantone Ticino il disagio psicologico di media e forte entità è tendenzialmente più frequente nella classe d'età 50–64 anni.

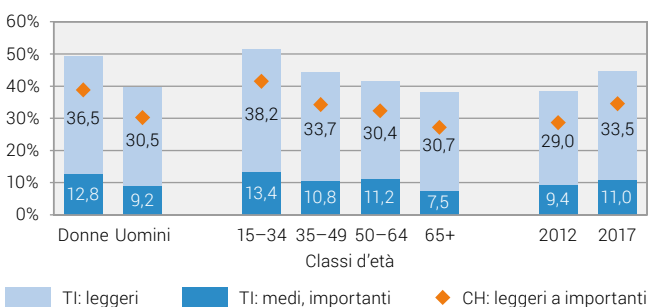
## Sintomi depressivi

L'indagine sulla salute in Svizzera analizza specificatamente anche l'eventuale presenza di sintomi depressivi<sup>2</sup>. Le risposte fornite dalle persone interrogate possono essere interpretate come segnali di un umore depressivo ma non rappresentano una diagnosi clinica.

Nel Cantone Ticino, il 44,5% delle persone intervistate esprime sintomi depressivi: il 33,5% dichiara sintomi leggeri, l'11,0% sintomi da medi a gravi. La media svizzera relativa ai sintomi depressivi è inferiore e si situa intorno al 34,6%. Le **donne** dichiarano sintomi depressivi più frequentemente rispetto agli **uomini**. A livello ticinese sono il 49,3% contro il 39,7%, a livello nazionale sono il 38,8% contro il 30,2%. Tra gli anni 2012 e 2017 i valori a livello svizzero sono aumentati e a livello cantonale si riscontra una tendenza simile.

A livello svizzero la percentuale di persone che dichiara sintomi depressivi cala con l'aumentare dell'**età**. Nel Cantone Ticino la tendenza è simile.

### Persone con sintomi depressivi nelle 2 settimane prima dell'indagine (%)



2017: n=1286 (TI), n=18 230 (CH); 2012: n=1185 (TI), n=16 980 (CH)

Fonte: UST – ISS 2012, 2017

© Obsan 2019

<sup>2</sup> Indice creato sulla base dei seguenti sintomi: perdita d'interesse e di piacere; abbattimento, malinconia, disperazione; disturbi del sonno; stanchezza o esaurimento; perdita di o eccessivo appetito; pessima considerazione di se stessi; difficoltà di concentrazione; movimenti/eloquio rallentati o irrequietezza/bisogno di muoversi; pensieri sulla morte o sull'autolesionismo.



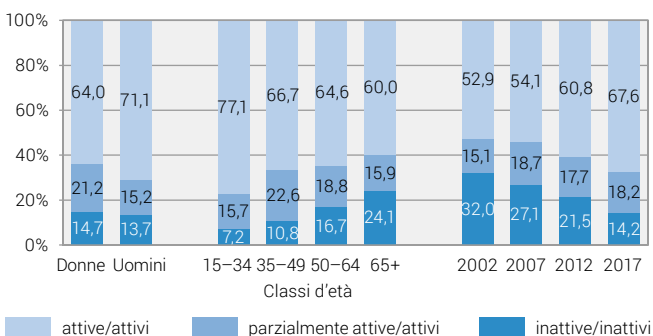
## Attività fisica

Il movimento e un'attività fisica regolare contribuiscono a mantenere un buono stato di salute e un maggior benessere generale. Per stimare l'intensità dell'attività, si distinguono tre livelli:

- *attivo*: almeno 2½ ore di attività moderata<sup>3</sup> oppure 2 occasioni di attività intensa<sup>4</sup> a settimana;
- *parzialmente attivo*: tra ½ e 2½ ore di attività fisica moderata o 1 occasione di attività intensa a settimana;
- *inattivo*: meno di ½ ora di attività fisica moderata a settimana e nessuna occasione di attività intensa.

Tra il 2002 e il 2017, la percentuale di persone fisicamente attive nel Cantone Ticino è passata dal 52,9% al 67,6%, mentre la quota di persone inattive è calata dal 32,0% al 14,2%. A livello nazionale, l'andamento è stato analogo nello stesso intervallo di tempo. A titolo di paragone, nel 2017 la media svizzera di persone attive era del 75,7% e gli inattivi erano l'8,2% (2002: 62,5% e 18,4%). A livello svizzero gli **uomini** praticano più spesso attività fisica rispetto alle **donne** (77,8% contro 73,6%). Nel cantone Ticino si osserva la stessa tendenza.

### Persone per grado di attività fisica (%)



Ti: 2017 n=1472, 2012 n=1476, 2007 n=1407, 2002 n=1361

Fonte: UST – ISS 2002, 2007, 2012, 2017

© Obsan 2019

La quota di persone fisicamente attive cala con l'aumentare dell'età: nella fascia 15–34 anni il 77,1% degli abitanti del Ticino è attivo e il 7,2% è inattivo; nella fascia dai 65 anni in su la percentuale di attivi è del 60,0% e gli inattivi sono il 24,1%. Si può riscontrare lo stesso andamento in Svizzera con una quota di attivi dell'80,2% tra 15–34 anni e del 72,0% dai 65 anni in su.

<sup>3</sup> Attività fisica moderata: attività fisica che provoca un leggero aumento della respirazione

<sup>4</sup> Attività fisica intensa: attività fisica che provoca sudorazione

## Alimentazione

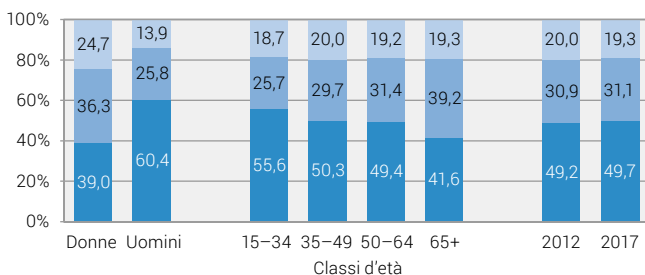
Frutta e verdura sono fondamentali per un'alimentazione sana. Stimolano la digestione e contengono un gran numero di sostanze nutritive a fronte di un apporto calorico ridotto. È inoltre dimostrato che hanno un effetto preventivo su alcune patologie tumorali e sulle malattie cardiovascolari. Si raccomanda di consumare giornalmente cinque porzioni di frutta e verdura.

Nel 2017 il 77,9% della popolazione ticinese dichiara di essere attenta alla propria alimentazione (media svizzera: 68,2%). Tra il 2007 e il 2017 questo dato è progressivamente aumentato passando dal 71,5% al 77,9%.

Nel 2017 il 19,3% della popolazione ticinese si atteneva alla raccomandazione di consumare almeno *cinque porzioni di frutta e verdura al giorno*. Il valore raggiunto in Ticino è confrontabile con la media svizzera pari al 21,5%. Tra il 2012 e il 2017 non si sono osservati cambiamenti in Ticino, a livello nazionale la quota con almeno cinque porzioni al giorno è aumentata (2012: 19,2%).

In Ticino le **donne** seguono maggiormente questa raccomandazione rispetto agli **uomini** (24,7% contro 13,9%), tra le **classi d'età** non ci sono differenze. Le persone nella classe 15–34 anni consumano più frequentemente 2 o meno porzioni al giorno paragonate agli ultrasessantacinquenni.

### Persone secondo il consumo giornaliero di frutta e verdura (%)



5 porzioni o più al giorno  
3-4 porzioni al giorno  
2 porzioni al giorno o meno

Ti: 2017 n=1468, 2012 n=1484

Fonte: UST – ISS 2012, 2017

© Obsan 2019

## Peso corporeo

Ci sono vari rischi per la salute associati all'aumento del peso corporeo. L'indagine sulla salute in Svizzera utilizza un indicatore, l'*indice di massa corporea (IMC)*, per definire la categoria di peso alla quale una persona appartiene. L'IMC si definisce come segue:

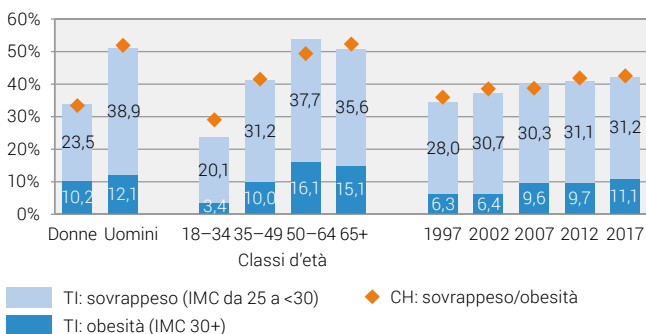
$$\text{IMC} = (\text{peso corporeo in kg}) / (\text{altezza in m})^2$$

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), per una persona di età superiore ai 18 anni:

|                                     |              |
|-------------------------------------|--------------|
| IMC < 18,5 kg/m <sup>2</sup> :      | sottopeso    |
| IMC 18,5 a < 25 kg/m <sup>2</sup> : | peso normale |
| IMC 25 a < 30 kg/m <sup>2</sup> :   | sovrappeso   |
| IMC 30 kg/m <sup>2</sup> e più:     | obesità      |

Secondo queste suddivisioni, nel Cantone Ticino un terzo delle **donne** (33,7%) e oltre la metà degli **uomini** (51,0%) si dichiara in sovrappeso od obesa. Tra il 1997 (34,4%) e il 2017 (42,3%), la stima percentuale di persone in sovrappeso od obese è aumentata gradualmente, in Ticino come nel resto della Svizzera. Le cifre in Ticino sono paragonabili a quelle per la Svizzera.

### Persone sopra i 18 anni secondo l'indice di massa corporea (%)



2017: n=1443 (TI), n=21 046 (CH); 2012: n=1488 (TI), n=20 537 (CH); 2007: n=1453 (TI), n=17 879 (CH); 2002: n=1486 (TI), n=18 908 (CH); 1997: n=1065 (TI), n=12 474 (CH)

Fonte: UST – ISS 1997, 2002, 2007, 2012, 2017

© Obsan 2019

A livello svizzero la percentuale di persone in sovrappeso od obese aumenta con il crescere dell'**età**. In tutte le classi d'età la quota di uomini in sovrappeso supera tendenzialmente o – in certi casi – nettamente quella delle donne.

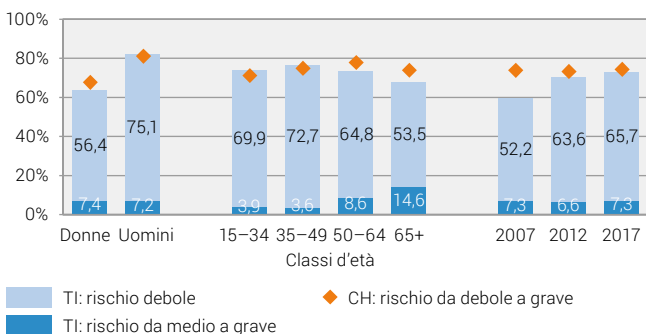
## Consumo di alcol

Un consumo quotidiano superiore ai 20 g di alcol<sup>5</sup> puro per le donne e di 40 g per gli uomini rappresenta un rischio da medio a grave per la salute.

Nella popolazione ticinese, le **donne** e gli **uomini** sono esposte allo stesso modo a un rischio elevato. Il consumo cronico a rischio elevato rappresenta il 7,3%; per contro, il 27,0% della popolazione non consuma mai o raramente bevande alcoliche.

La media svizzera rispetto ad un rischio da medio a grave è inferiore alla percentuale in Ticino (4,6% contro 7,3%). Tra il 2007 e il 2017 la quota di popolazione ticinese esposta a un elevato rischio di consumo di alcol non è cambiata.

### Persone esposte al rischio del consumo di alcol (%)



2017: n=1480 (TI), n=21 303 (CH); 2012: n=1490 (TI), n=20 848 (CH);  
2007: n=1433 (TI), n=17 888 (CH)

Fonte: UST – ISS 2007, 2012, 2017

© Obsan 2019

Nel Cantone Ticino, il consumo cronico a rischio da medio a grave cresce con l'aumentare dell'**età**: tra le persone di età inferiore ai 50 anni, meno del 4% corre un rischio da medio a grave; nella fascia 50-64 anni la quota sale all'8,6% e dai 65 anni in su la quota passa al 14,6%. A livello svizzero, tale aumento non è altrettanto accentuato e la percentuale di ultrasessantacinquenni con un consumo cronico da medio a grave è nettamente inferiore a quella del Cantone Ticino (6,3%).

<sup>5</sup> 20 g di alcol puro corrispondono a due bicchieri standard. Per bicchiere standard si intende la quantità di alcol che viene normalmente servita in un bicchiere nel settore della ristorazione (es. 3 dl birra, 1 dl vino, 25 cl liquore).

## Consumo di tabacco

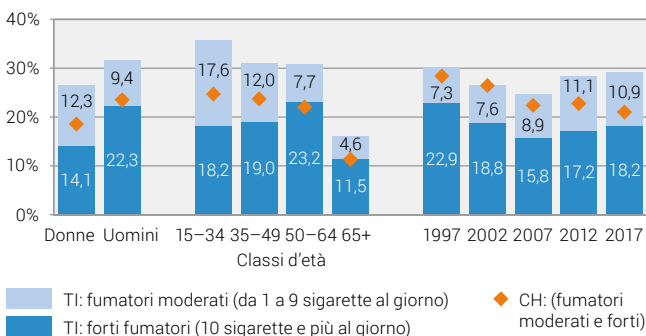
Il consumo di tabacco è una delle cause principali di malattie, di invalidità e di morte (prematura). Le conseguenze più comuni sono il cancro, le malattie cardiovascolari e quelle respiratorie. In particolare la durata, ma anche la quantità consumata, hanno un effetto sulla salute.

Il 31,9% della popolazione ticinese di età superiore ai 15 anni fuma, una percentuale superiore alla media nazionale (27,1%). Gli **uomini** fumano tendenzialmente più spesso delle **donne** (34,7% contro 29,1%) e sono più spesso forti fumatori: il 22,3% degli uomini fuma 10 o più sigarette al giorno, mentre la percentuale femminile è del 14,1%.

In Ticino, il numero complessivo di fumatori nel 2017 è rimasto invariato rispetto al 1997. Nel 2017 la percentuale di forti fumatori tende ad essere inferiore a quella del 1997. Nello stesso periodo, la percentuale di forti fumatori a livello svizzero è diminuita (dal 20,5% al 13,3%).

### Persone secondo il consumo di sigarette (%)

(quantità di tabacco consumato calcolata in sigarette al giorno)



2017: n=1468 (TI), n=21 138 (CH); 2012: n=1489 (TI), n=20 831 (CH); 2007: n=1435 (TI), n=17 851 (CH); 2002: n=1410 (TI), n=18 701 (CH); 1997: n=1104 (TI), n=12 919 (CH)

Fonte: UST – ISS 1997, 2002, 2007, 2012, 2017

© Obsan 2019

Le persone di **65 anni e oltre** fumano notevolmente meno rispetto alle persone di età inferiore. Nel Cantone Ticino, la percentuale corrispondente è del 17,1% (65+ anni) contro il 32,8 – 41,4% (15 – 64 anni). La percentuale di forti fumatori è più alta all'età di 50 – 64 anni con il 23,2%.

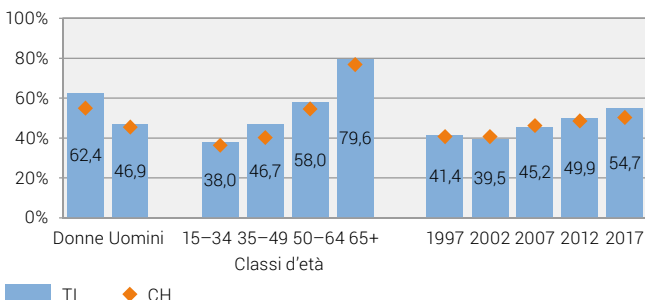
## Consumo di medicinali

Se consumati in modo inappropriato, i medicinali possono anche avere conseguenze nocive per la salute (p.es. rischio di dipendenza).

Il 54,7% dei Ticinesi dichiara di aver assunto almeno un medicinale qualsiasi nella settimana precedente l'indagine, una percentuale superiore a quella rilevata nell'intera Svizzera (50,3%). Il consumo di medicinali nel Cantone Ticino è passato dal 41,4% al 54,7% tra il 1997 e il 2017, seguendo la tendenza nazionale.

Nel 2017, in Ticino, le **donne** hanno dichiarato un consumo di medicinali superiore rispetto agli **uomini** nella settimana precedente l'indagine (il 62,4% contro il 46,9%)<sup>6</sup>. Questa differenza si riscontra anche a livello nazionale.

### Persone che hanno assunto medicinali durante la settimana precedente l'indagine (%)



2017: n=1518 (TI), n=22 119 (CH); 2012: n=1549 (TI), n=21 585 (CH); 2007: n=1517 (TI), n=18 733 (CH); 2002: n=1526 (TI), n=19 688 (CH); 1997: n=1107 (TI), n=12 999 (CH)

Fonte: UST – ISS 1997, 2002, 2007, 2012, 2017

© Obsan 2019

Con l'**età** cresce il numero di persone che fa uso di medicinali. In Ticino la quota passa dal 38,0% nella classe 15-34 anni al 79,6% nella classe dai 65 anni in su. Il consumo di sonniferi o sedativi è più elevato tra le donne che tra gli uomini (16,0% contro 9,0%), lo stesso vale per il consumo di antidolorifici (33,0% contro 22,2%). Tale consumo aumenta progressivamente con l'età.

<sup>6</sup> Pillola contraccettiva inclusa

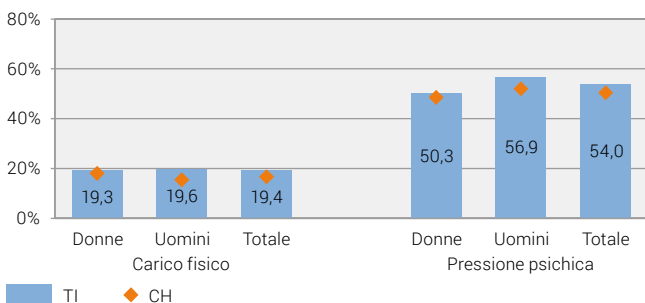
## La salute sul lavoro

In Ticino, gran parte (87,7%) delle persone occupate è soddisfatta della propria situazione lavorativa così come in Svizzera (89,7%).

Il 19,4% degli occupati ticinesi dichiara di essere esposto a **carichi fisici** per almeno i tre quarti dell'orario di lavoro, con una percentuale analoga tra uomini e donne. L'esposizione a carichi fisici è più frequente tra i ticinesi più giovani (15 – 34 anni: 29,4%).

Inoltre il 54,0% degli occupati ticinesi dichiara di essere sottoposto a dei ritmi di lavoro elevati e di lavorare con la pressione delle scadenze, entrambi fattori che possono contribuire a una **pressione psichica**: a soffrirne maggiormente sono tendenzialmente gli uomini (il 56,9% contro il 50,3% delle donne), gli occupati giovani tanto quanto quelli anziani. I valori inerenti alle pressioni psicologiche e fisiche riscontrati in Ticino sono simili a quelli rilevati per l'intera Svizzera, ma, a differenza del dato nazionale, tra il 2012 e il 2017 la percentuale di Ticinesi affetti tende ad aumentare (47,7% contro 54,0%).

### Persone attive professionalmente secondo l'impegno fisico e la pressione psichica sul posto di lavoro (%)



carico fisico: n = 763 (TI), n = 12 136 (CH); pressione psichica: n = 761 (TI), n = 12 166 (CH)

Fonte: UST – ISS 2017

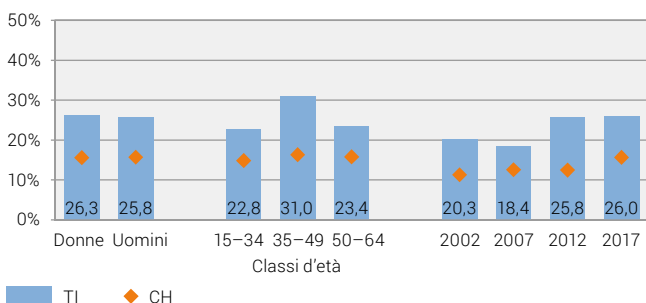
© Obsan 2019

### Paura di perdere il posto di lavoro

La paura di perdere il posto di lavoro rappresenta una potenziale pressione psichica particolarmente sentita. Nel 2017 il 26,0% degli occupati ticinesi temeva di perdere il lavoro. La paura di perdere il lavoro è molto più frequente in Ticino rispetto alla Svizzera (15,7%), mentre sia in Ticino che in Svizzera il timore è diffuso equamente tra **uomini** e **donne**.

Tra gli anni 2002 e 2017 non si notano grandi differenze, tendenzialmente le quote del 2012 e 2017 sono più elevate del periodo precedente.

## Persone attive professionalmente secondo la paura di perdere il posto di lavoro (%)



2017: n=725 (TI), n=11 616 (CH); 2012: n=668 (TI), n=10 646 (CH); 2007: n=508 (TI), n=7794 (CH); 2002: n=532 (TI), n=8659 (CH)

Fonte: UST – ISS 2002, 2007, 2012, 2017

© Obsan 2019

Per quanto riguarda la ripartizione per classi d'età, in Ticino la paura di perdere il lavoro è maggiore nella fascia 35 – 49 anni, nell'intera Svizzera non si riscontra nessuna differenza tra le classi d'età.

In Ticino la paura di perdere il posto di lavoro cala con il crescere del **grado di formazione**: è del 42,9% tra le persone senza formazione post-obbligatoria, del 27,7% tra i titolari di una formazione di grado secondario II e del 16,6% tra i diplomati del grado terziario.

## Esaurimento emotivo

In occasione dell'Indagine sulla salute in Svizzera è stato chiesto agli occupati se al lavoro si sentissero (sempre più spesso) esauriti emotivamente. Con la domanda si voleva alludere alla sindrome da burnout, senza assolutamente identificarla. Il 18,3% degli occupati ticinesi ha risposto affermativamente, gli **uomini** (19,7%) tendenzialmente più delle **donne** (16,5%). Su scala svizzera le quote sono leggermente più elevate: ne è colpito il 19,3% in totale, più precisamente il 19,9% delle donne e il 18,7% degli uomini. Le proporzioni sono ripartite in modo abbastanza uniforme tra le **classi d'età**. Le persone senza **formazione** post-obbligatoria sono colpite più frequentemente rispetto ai titolari di una formazione di grado secondario II e ai diplomati del grado terziario (34,6% contro 17,6% e 14,0%).



## Risultati per classi d'età – una panoramica

### Stato di salute generale

In Ticino il 92,7% delle persone comprese tra i 15–34 anni dichiara di essere in **buona salute** mentre la percentuale tra gli ultrasessantacinquenni cala al 61,0%. Inoltre il 43,2% delle persone di 65 anni e più ritiene di essere **limitato nelle attività quotidiane per un problema di salute**, mentre nella classe di età 15–34 la quota è dell'11,4%.

### Salute psichica

In Ticino si stima sia maggiormente interessata da un **disagio psicologico** la classe di età compresa tra 50–64 anni (sia uomini che donne, 29,1%). I segnali di **sintomi depressivi** come abbattimento, disturbi del sonno, stanchezza o perdita di appetito calano con l'aumentare dell'età degli intervistati (15–34 anni: 51,6%; 65+ anni: 38,2%), tanto in Ticino quanto nell'intera Svizzera.

### Attività fisica, alimentazione, peso corporeo

La quantità di **attività fisica** cala con il crescere della classe d'età: il 77,1% dei Ticinesi di età compresa tra 15–34 anni è fisicamente attivo mentre il 7,2% è inattivo; tra le persone di 65 anni e più gli attivi sono il 60,0% e gli inattivi il 24,1%. Con l'aumentare dell'età cresce anche il **sovrappeso**: nella fascia 18–34 anni i Ticinesi obesi o in sovrappeso sono il 23,5%, a partire da 50 anni la metà delle persone. Le persone di tutte le classi d'età si attengono in modo uniforme alla **raccomandazione alimentare** di mangiare cinque porzioni di frutta e verdura al giorno (circa il 19%). I Ticinesi 15–34 anni consumano più spesso 2 o meno porzioni di frutta e verdura al giorno rispetto agli ultrasessantacinquenni.

### Consumo di sostanze

Nel Cantone Ticino il rischio da medio a grave rappresentato dal **consumo cronico di alcol** cresce con l'aumentare dell'età: è inferiore al 4% tra le persone con meno di 50 anni, sale all'8,6% tra le persone di 50–64 anni e raggiunge il 14,6% tra le persone di 65 anni e più. Al contrario, con l'aumentare dell'età cala il numero di persone che **fumano**: la quota di fumatori è del 41,3% nella classe 15–34 anni e scende al 17,1% nella popolazione ticinese di 65 anni e più. La percentuale più elevata di forti fumatori (10 e più sigarette al giorno) si riscontra tra le persone di 50–64 anni. Al contrario, il **consumo di medicinali** è maggiore tra la popolazione anziana del Cantone Ticino (65+ anni: 79,6%) rispetto alle classi più giovani (dal 38,0% al 58,0%).



## Salute sul lavoro

Per gli occupati più giovani (15–34 anni: 29,4%) i **carichi fisici** sono superiori rispetto ai colleghi più anziani del Cantone Ticino (50+ anni: 12,9%). La **pressione psichica** è ripartita in modo uniforme tra tutte le classi d'età. In Ticino la **paura di perdere il posto di lavoro** è tendenzialmente più diffusa tra gli occupati nella classe di età 35–49 anni (31,0%). In tutte le classi d'età, la percentuale di persone che si sentono **esaurite emotivamente** dal loro lavoro è ripartita in modo abbastanza uniforme (dal 17,0% al 19,9%).

## Note metodologiche

### Fonte dei dati: Indagine sulla salute in Svizzera (ISS)

L'indagine sulla salute in Svizzera (ISS) dell'Ufficio federale di statistica (UST) fornisce informazioni sullo stato di salute della popolazione e i suoi fattori determinanti, sulle conseguenze di malattie, sull'utilizzo delle prestazioni sanitarie e sulle condizioni assicurative della popolazione residente in Svizzera. L'indagine si basa su un'intervista telefonica e un questionario scritto. Per armonizzare il piano di campionamento e le risposte non pervenute, il campione viene ponderato.

**Intervistati:** campione casuale rappresentativo formato da persone di almeno 15 anni che vivono in economie domestiche. All'ISS 2017 hanno partecipato in totale 22 134 persone, nel cantone Ticino sono state 1518.

18 Cantoni e la Città di Zurigo hanno finanziato l'ampliamento del loro campione in vista della realizzazione di analisi su scala cantonale: AG, AR, BE, BL, FR, GE, GR, JU, LU, NE, OW, SZ, SG, TG, TI, UR, VD, VS.

**Periodicità:** ogni cinque anni. Indagini già condotte: 1992, 1997, 2002, 2007, 2012, 2017. Prossima indagine: 2022.

**Pertinenza:** i dati del campione sono ponderati per regione di residenza, sesso, età, nazionalità, stato civile e dimensioni delle economie domestiche. Ciò rende i dati rappresentativi della popolazione di 15 anni e oltre che vive in economie domestiche in Svizzera.

### Osservazioni sui risultati presentati

**Dati sul Cantone Ticino:** l'opuscolo riporta i principali risultati dell'ISS 2017 relativi alla popolazione ticinese, spesso confrontandoli con quelli della popolazione dell'intera Svizzera.

**Dati autoforniti:** le analisi si basano su dati autoforniti. Questo aspetto può comportare un certo grado di imprecisione e di incompletezza; può darsi per esempio che una persona fornisca un peso corporeo inferiore al suo peso effettivo o dichiari di consumare meno alcol di quanto non faccia effettivamente.

**Differenze:** una differenza viene citata in quanto tale solo se è statisticamente significativa (livello di significatività del 5%). Nel testo sono stati utilizzati termini come «tendenza», «tendenzialmente» o «piuttosto» per descrivere risultati che non sono statisticamente significativi a un livello del 5%. In questi casi si accetta l'ipotesi che la differenza rilevata tra due misure sia dovuta al puro caso.

Altre informazioni: [www.statistica.admin.ch](http://www.statistica.admin.ch) → Trovare statistiche → Salute → Indagine sulla salute in Svizzera



Konferenz der kantonalen Gesundheits-  
direktorinnen und -direktoren  
Conférence des directrices et directeurs  
cantonaux de la santé  
Conferenza delle direttrici e dei direttori  
cantionali della sanità



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Eidgenössisches Departement des Innern EDI**  
**Département fédéral de l'intérieur DFI**  
**Dipartimento federale dell'interno DFI**



Das Schweizerische Gesundheitsobservatorium (Obsan) ist eine gemeinsame Institution von Bund und Kantonen.  
L'Observatoire suisse de la santé (Obsan) est une institution commune de la Confédération et des cantons.  
L'Osservatorio svizzero della salute (Obsan) è un'istituzione comune della Confederazione e dei Cantoni.