

SALONE D'ONORE DEL CONI, FORO ITALICO, ROMA  
ROMA 20 NOVEMBRE 2017

# I numeri della pratica sportiva

**Giorgio Alleva**

Presidente Istituto nazionale di statistica

## Ogni corsa è un viaggio



Mi chiedevo:  
ho preso tutto?

Ero alla ricerca  
di un tempo, troppe  
volte perduto.

Pensai fosse la volta  
buona. Remai  
un po' in curva,  
controllai  
la sbandata  
all'entrata  
del rettilineo,  
non smisi di  
spingere, stavo  
andando a 36  
chilometri all'ora  
con le mie gambe.

Pietro Mennea

# Negli anni '60 lo sport era un'attività per pochi

1 milione e 230 mila  
persone praticavano  
sport:

il **90,8%**  
erano maschi

Al primo posto  
la caccia (33%),  
seguita dal calcio (22,3%)





# Oggi pratica sport un terzo della popolazione

Sono oltre 20 milioni di persone,  
di cui

il **40%** femmine

Diminuisce l'età media di inizio dell'attività sportiva e aumenta il numero dei praticanti nelle età più avanzate, soprattutto fra le donne

Negli ultimi dieci anni accanto agli sport più tradizionali, emergono footing, jogging, arti marziali e danza

# Si fa sport per passione e per mantenersi in forma

Lo sport è oggi un'attività meno strutturata rispetto al passato

Più di quattro persone su dieci, soprattutto fra i meno giovani, fa sport in autonomia e in spazi aperti





# Non sempre lo sport è accessibile a tutti

I comportamenti sedentari sono più diffusi nel Mezzogiorno e tra le famiglie economicamente più svantaggiate

Circa il 30% degli sportivi giudica poco adeguate le strutture in cui pratica sport; nel Mezzogiorno la percentuale supera il 50%



# La pratica sportiva tra i giovani

I giovani fra i 10 e i 24 anni che hanno interrotto l'attività sportiva lo hanno fatto prevalentemente per mancanza di tempo o motivi di studio e, in misura minore, per mancanza di interesse, motivi economici o per stanchezza e pigrizia





## Tanti i potenziali sportivi



2 milioni di persone  
praticherebbero sport  
se disponessero di tempo,  
la metà nella fascia  
tra i 35 e i 54 anni

La percentuale degli italiani  
di 15 anni e più che  
si dedica a un'attività  
sportiva o di fitness,  
per almeno 150 minuti  
a settimana (soglia OMS),  
è al di sotto della media  
europea



## Gli effetti protettivi per la salute

A photograph of a swimmer in a pool, captured mid-stroke. The swimmer is wearing a white cap and a dark swimsuit. The water is bright blue, and there are yellow and blue lane dividers visible. The swimmer's right arm is extended forward, creating a splash of water. The background is slightly blurred, showing more of the pool and lane dividers.

Tra gli stili di vita spesso associati all'eccesso di peso c'è la sedentarietà

Esiste un'associazione significativa tra l'inattività fisica dei figli e quella dei genitori

## Più socialità e integrazione con lo sport



La pratica sportiva è un'occasione di inserimento e partecipazione, anche per i ragazzi migranti



## Sport è anche intrattenimento



Oltre 15 milioni di italiani di 6 anni e più hanno dichiarato nel 2015 di aver assistito ad almeno una manifestazione sportiva (27% della popolazione), soprattutto tra coloro che praticano sport (60%)



L'uso di sostanze dopanti è ritenuto un fenomeno diffuso da circa il 50% degli sportivi; è ampia la percezione della sua pericolosità

## Etica e regole: importanti valori nello sport



# Un'opportunità di risparmio e prevenzione



Lo sport crea ricchezza e posti di lavoro, ma anche condizioni di vita migliori che contribuiscono a ridurre la pressione sulle spese sanitarie nel settore pubblico

C'è ancora strada da fare

