

CARE - Catalogo di Azioni ben descritte Rivolte all'Equita'

Scheda numero 96 - Aggiornata il 03/04/2025

TITOLO :

La promozione dell'attività fisica in Finlandia

TITOLO ORIGINALE :

The promotion of physical activity in Finland

ANNO DI AVVIO :

1970

FONTE :

Hepp

LUOGO DOVE E' IMPLEMENTATA L'AZIONE :

Finlandia

AREA TEMATICA:

Approccio integrato di promozione della salute a livello locale o nazionale

Attività fisica

TARGET:

Altri target

ALTRI TARGET:

Tutta la popolazione

DESCRIZIONE DELL'AZIONE:

La Finlandia è uno dei pochi Paesi ad aver registrato un consistente aumento a lungo termine dell'attività fisica negli ultimi anni. Il Ministero degli Affari Sociali e della Salute e il Ministero dell'Istruzione e della Cultura hanno adottato una strategia nazionale per promuovere l'attività fisica per la salute e il benessere fino al 2020, abbracciando i principi della politica "Sport per tutti". In questo contesto sono stati realizzati numerosi programmi nazionali rivolti agli adulti e mirati alla promozione dell'attività fisica, fra i più importanti si segnala:

-Fit for Life 1995 - 1999

L'obiettivo del programma era quello di aumentare il numero di soggetti di mezza età regolarmente attivi del 10% in cinque anni. L'accento è stato posto sulla promozione dell'attività fisica regolare di persone precedentemente sedentarie attraverso progetti locali. Il programma ha sostenuto oltre 400 progetti locali in tutta la Finlandia, con sovvenzioni tra i 1.500 e i 3.000 euro. Dopo i primi tre anni circa il 6% dei finlandesi appartenenti al gruppo target aveva partecipato alle attività di Fit for Life, e i progetti hanno stimato che il 30-50% di essi era precedentemente sedentario.

-Fit for Life 2000 - 2004

Fit for Life è stato prorogato per altri cinque anni a partire dal 2000. I Ministeri dei Trasporti e delle Comunicazioni, il

Ministero dell'Ambiente e il Ministero delle Foreste sono stati coinvolti come co-sponsor. L'importo totale dei finanziamenti è leggermente aumentato. La popolazione target del programma è stata estesa a tutte le persone di età superiore ai 40 anni

.-Fit for Life, dal 2004

Sono proseguiti i finanziamenti per il programma Fit for Life, dal Ministero dell'Istruzione e della Cultura. Gli obiettivi centrali del programma e del suo sotto-programma "Working ability for working life" sono di aumentare la salute e il benessere sul lavoro e di migliorare i livelli di attività fisica delle persone in età lavorativa.

DESCRIZIONE SU COME E' AFFRONTATA LA DIMENSIONE DELL'EQUITA' :

La Finlandia è generalmente considerata una società omogenea e non presenta differenze evidenti negli outcome sanitari tra i gruppi socio-economici. I programmi in Finlandia sono stati quindi indirizzati principalmente in funzione dell'età e del sesso piuttosto che della classe sociale o dell'istruzione. È stata adottata una "prospettiva di vita" per tutte le età, con iniziative che comprendono l'attività fisica quotidiana per ogni bambino e giovane nella scuola e nell'assistenza diurna; servizi per promuovere l'attività fisica in famiglia; programmi di salute sul posto di lavoro; un programma nazionale di forza per migliorare la funzione muscoloscheletrica degli anziani che si trovano in casa.

La strategia mira ad affrontare l'attività fisica durante tutto l'arco della vita, con particolare attenzione alla riduzione degli stili di vita inattivi attraverso l'educazione e la condivisione e la diffusione delle migliori pratiche.

APPROCCIO PER RIDURRE LE DISUGUAGLIANZE :

Approccio universalistico con focus sul gap di salute

ASPETTI DA CONSIDERARE PER LA TRASFERIBILITA' :

L'esempio finlandese è unico nel suo genere in quanto dimostra un approccio nazionale chiaro e coerente ad una sfida di salute pubblica, attuato anno dopo anno a partire dai primi anni '70. Sebbene vi siano delle caratteristiche difficilmente replicabili in altri contesti, si evidenziano alcuni fattori che hanno permesso il successo dell'approccio: è determinante che la promozione dell'attività fisica avvenga all'interno di un quadro politico forte e coerente a livello nazionale. Allo stesso tempo, è necessario che sia stimolata l'azione a livello locale, attraverso il finanziamento di organizzazioni di base delle comunità.

VALUTAZIONE DI PROCESSO:

SI

VALUTAZIONE DI RISULTATO:

SI

EFFICACIA NEL RIDURRE LE DISUGUAGLIANZE :

Efficacia dimostrata nella riduzione del gap di disuguaglianze

DESCRIZIONE DEI RISULTATI DELLA VALUTAZIONE:

Tra la fine degli anni Settanta e il 2014, la percentuale di persone classificate come regolarmente attive è passata da circa il 40% a oltre il 60% sia tra gli uomini sia tra le donne. Una delle caratteristiche più evidenti di questa tendenza è che, a partire dalla metà degli anni Novanta, le donne sono diventate più attive degli uomini.

DESCRIZIONE E LINK DELLA DOCUMENTAZIONE DISPONIBILE:

Report di descrizione del programma

https://ec.europa.eu/health/publications/promotion-physical-activity-finland_en

FINLAND, PHYSICAL ACTIVITY FACTSHEET

https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/factsheets/finland-factsheet_en.pdf

Physical activity factsheet - Finland 2021

https://cdn.who.int/media/docs/librariesprovider2/country-sites/physical-activity-factsheet---finland-2021.pdf?sfvrsn=d7a307b4_1&download=true

LINGUA DEL MATERIALE DI DETTAGLIO:

Inglese

ALLEGATO:

Non presente

RIFERIMENTI:

Dr Nick Cavill - Prof Harry Rutter

UK Health Forum

PAROLE CHIAVE:

attività fisica, gender gap, legislazione, sedentarietà, ambiente di lavoro

OBIETTIVI PNP:

1.8 Promuovere l'adozione consapevole di uno stile di vita sano e attivo in tutte le età e nei setting di vita e di lavoro, integrando cambiamento individuale e trasformazione sociale

1.18 Favorire nelle città la creazione di contesti favorevoli alla salute anche attraverso lo sviluppo di forme di mobilità sostenibile e la creazione di aree verdi e spazi pubblici sicuri, inclusivi e accessibili anche alle persone più anziane

1.19 Ridurre la prevalenza di anziani in condizioni di fragilità