

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola  
**Band:** 8 (2006)  
**Heft:** 2  
  
**Rubrik:** Più o meno in moto

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 10.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Più o meno in moto

**Domande e risposte //** Gli uomini si muovono di più delle donne?

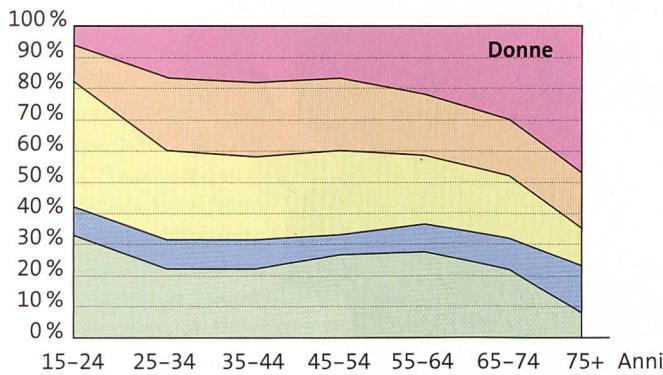
In Svizzera dove vive la popolazione più attiva: nella Svizzera tedesca o in Ticino?

Risponde l'«Osservatorio sport e movimento in Svizzera».

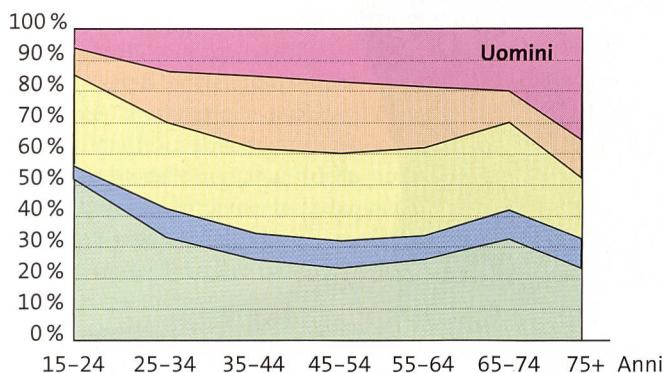
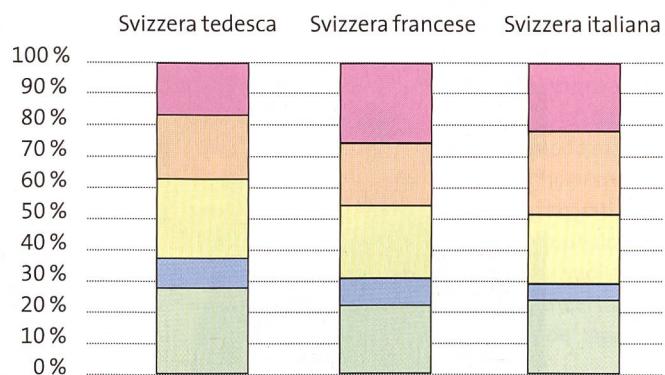
**A quale età ci muoviamo di più?** L'attività fisica diminuisce con l'avanzare dell'età. Un calo netto si registra tra i 20 e 30 anni e un altro dopo i 74 anni. In giovane età gli uomini sono chiaramente più attivi delle donne. In queste ultime il calo dell'attività fisica si manifesta meno rapidamente per cui tra i 35 e i 65 anni le rappresentanti del gentil sesso assumono un comportamento simile a quello degli uomini. Giunti a 65 anni entrambi i sessi fanno nettamente meno movimento sia in ambito sportivo che professionale, ma si spostano maggiormente a piedi per svolgere le attività quotidiane.

**Dove vivono le persone più attive?** La Svizzera tedesca ha una popolazione più attiva rispetto alle regioni di lingua francese ed italiana. In cima alla classifica vi sono gli abitanti del cantone di Zugo, mentre i più inattivi sono i ticinesi.

**Quota di donne e uomini suddivisa in cinque livelli di attività a seconda dell'età.**



**Quota della popolazione suddivisa in cinque livelli di attività a seconda della regione linguistica.**



- inattivo
- parzialmente attivo
- irregolarmente attivo
- regolarmente attivo
- allenato

Fonte: UFS, sondaggio sulla salute svizzera 2002, uomini: n=8272, donne: n=10447

## StatSanté

### La salute allo specchio

► Ogni cinque anni viene condotta un'indagine sullo stato di salute della popolazione in Svizzera. Su incarico dell'«Osservatorio sport e movimento in Svizzera» i sociologi Markus Lamprecht e Hanspeter Stamm, partendo dai dati dell'indagine generale, hanno analizzato dettagliatamente il comportamento della popolazione in materia di movimento e sport. Le cifre e le constatazioni enunciate nel presente articolo si basano sul loro rapporto ottenibile gratuitamente presso l'Ufficio federale di statistica.

Lamprecht, M.; Stamm, H.: Bewegung, Sport, Gesundheit: Fakten und Trends aus den Gesundheitsbefragungen 1992, 1997, 2002. Ufficio federale di statistica, Ufficio federale dello sport: StatSanté, Neuchâtel 2006.