

**LA DICHIARAZIONE DI BANGKOK  
SULL'ATTIVITÀ FISICA  
PER LA SALUTE GLOBALE E  
LO SVILUPPO SOSTENIBILE**

**6° CONGRESSO INTERNAZIONALE  
ISPAH  
SU ATTIVITÀ FISICA  
E SALUTE PUBBLICA  
Bangkok, Thailandia  
16-19 Novembre 2016**

Hosted By



Co-Hosted By



**Noi, i delegati e i partecipanti al 6° Congresso Internazionale su Attività Fisica e Salute Pubblica - l'incontro biennale della International Society for Physical Activity and Health (ISPAH)<sup>i</sup> tenutosi a Bangkok, in Thailandia - insieme ai rappresentanti di 72 Nazioni e ai membri ISPAH:**

- a) **Riconosciamo** che l'attività fisica riguarda tutte le forme di movimento e di vita attiva, come passeggiare, fare esercizio fisico, praticare sport,... ed è un comportamento naturale che produce numerosi benefici;
- b) **Sosteniamo** l'urgenza di affrontare il problema delle Malattie Non Trasmissibili (MNT), nelle quali rientrano diabete di tipo 2, malattie cardiovascolari, diversi tipi di tumore, malattie respiratorie, demenze, salute mentale compromessa. Questo problema contribuisce a un carico significativo di morti premature, malattie, disabilità ed è collegato a costi sociali ed economici per tutti i Paesi;
- c) **Riaffermiamo** che l'inattività fisica è uno dei principali fattori di rischio per le MNT e può essere modificato, e che ridurre i livelli di inattività fisica è una strategia fondamentale per diminuire il carico di MNT, come indicato nel Global action plan for the prevention and control of NCDs 2013-2020<sup>ii</sup> dell'Organizzazione Mondiale della Salute (OMS);
- d) **Richiamiamo l'attenzione** sugli alti livelli di inattività fisica nel mondo e sulle disuguaglianze lungo tutto il corso della vita, soprattutto quelle relative al genere, alla disabilità e alle disuguaglianze regionali e socio-economiche, rispetto ai livelli raccomandati di attività fisica contenuti nelle Global Recommendations on Physical Activity dell'OMS<sup>iii</sup>;
- e) **Ribadiamo** che la riduzione dell'inattività fisica deve avere un ruolo chiave nelle strategie globali, quali la WHO Commission on Ending Childhood Obesity (2016), Decade of Action on Nutrition (2016-2025), New Urban Health Agenda (Habitat III), Mobilizing Sustainable Transport for Development (2016), Every Woman Every Child (2010) e il prossimo WHO Global Action Plan on Dementia (bozza 2016)<sup>iv</sup>;
- f) **Mettiamo in evidenza** come le azioni che creano ambienti favorevoli a ridurre l'inattività fisica procurino molteplici benefici, possano ridurre significativamente i costi relativi all'assistenza sanitaria, aumentino la produttività economica e offrano un significativo ritorno economico sugli investimenti in settori come trasporti e turismo;
- g) **Sottolineiamo** che i principali determinanti dell'inattività fisica sono associati a cambiamenti sociali e ambientali, come la tecnologia, la globalizzazione e l'urbanizzazione, che stanno trasformando il modo in cui le persone vivono, lavorano, viaggiano e si divertono, incrementando i livelli di sedentarietà;
- h) **Riconosciamo** che l'impegno globale nel ridurre l'inattività fisica non è stato sufficiente, nonostante abbia avuto un ruolo fondamentale nella prevenzione delle MNT. Oggi è necessario rafforzare e ampliare i piani di azione nazionali in termini di sviluppo, di definizione delle priorità, di finanziamento e di implementazione, basandoli sulle migliori evidenze disponibili, per permettere a tutti i Paesi di raggiungere, entro il 2025, l'obiettivo globale dell'OMS di ridurre del 10% l'inattività fisica nei bambini e negli adulti.

Noi abbiamo individuato gli ambiti prioritari più urgenti per pianificare e implementare le azioni che sosterranno e promuoveranno la riduzione di inattività fisica, contribuendo al raggiungimento degli specifici Sustainable Development Goals (SDGs)<sup>v</sup> dell'Agenda 2030, ovvero:

- SDG3 Tutelare la salute e il benessere per tutti e per tutte le età:** le azioni politiche attuate in più contesti di vita, che portino ad un incremento dei livelli di attività fisica nella popolazione, **contribuiranno alla riduzione delle MNT (Target 3.4)**. Offrire infrastrutture che permettano alle persone di tutte le età di svolgere attività fisica in sicurezza, attraverso un accesso equo a percorsi pedonali, piste ciclabili e mezzi di trasporto pubblico, può **contribuire alla riduzione di incidenti stradali**, soprattutto quelli che coinvolgono pedoni e ciclisti (Target 3.6). Ridurre, inoltre, l'utilizzo dell'automobile **può contribuire al miglioramento della qualità dell'aria (Target 3.9)**;
- SDG4 Istruzione di qualità:** le azioni politiche che garantiscono e vigilano sull'equa presenza dell'educazione fisica nei curricula prescolastici e scolastici, sulla qualità dei programmi di attività fisica e sulla presenza di spazi fisici idonei, accessibili a tutti, e che permettano alle ragazze e ai ragazzi di sviluppare la cultura dell'attività fisica, le competenze di base del movimento, le conoscenze, le attitudini, le abitudini e il piacere nel svolgere attività fisica, **possono contribuire a migliorare la preparazione per affrontare la scuola primaria (Target 4.2) e a migliorare i risultati scolastici (Target 4.1)**



Action on Physical Activity  
can contribute to achieving 8SDG

- SDG5 Uguaglianza di genere:** le azioni politiche che promuovono l'attività fisica per le ragazze e per le donne di tutte le età, soprattutto per quelle che vivono in condizioni di emarginazione e di svantaggio, fornendo opportunità quotidiane sicure e accessibili per praticare sport e attività fisica, **possono contribuire a porre fine alla discriminazione (Target 5.1)** negli sport e nell'attività fisica;
- SDG10 Ridurre le disuguaglianze:** le azioni politiche che valorizzano al massimo la funzione dello sport e dei programmi di attività fisica, compresi gli eventi sportivi importanti, nel promuovere anche l'inclusione e l'empowerment, indipendentemente dalle caratteristiche individuali, **possono contribuire a dare maggiore potere alle persone e a promuovere l'inclusione sociale, economica e politica per tutti (Target 10.2)** e a promuovere le **pari opportunità (Target 10.3)**;
- SDG11 Città comunità inclusive, sicure, resilienti e sostenibili:** lo sviluppo, l'implementazione e il monitoraggio delle politiche di pianificazione urbanistica e dei trasporti, che richiedono una progettazione a livello locale e regionale, per garantire un sistema di infrastrutture equo, sicuro e conveniente per muoversi a piedi e in bicicletta e per assicurare la disponibilità di spazi aperti pubblici e strutture ricreative, **possono contribuire a: realizzare sistemi di trasporto sostenibile per tutti (Target 11.2); potenziare un'urbanizzazione inclusiva e sostenibile (Target 11.3); ridurre l'impatto ambientale delle città (Target 11.6) e ottenere l'accesso universale a spazi verdi pubblici (Target 11.7)**;
- SDG13 Agire per il clima:** le politiche dell'uso del territorio e dei trasporti, combinate a interventi fiscali, ambientali ed educativi a supporto di un sistema di spostamento attivo (camminare, andare in bicicletta) e di trasporto pubblico fruibile da tutti, **possono contribuire alla riduzione dell'uso di combustibile fossile e all'attenuazione del cambiamento climatico (Target 13.1) e a migliorare la cultura, la consapevolezza e la capacità umana e istituzionale, adattandosi alle conseguenze dei cambiamenti climatici, cercando allo stesso tempo di ridurle (Target 13.2)**;
- SDG15 La vita sulla terra:** le azioni politiche che assicurano la disponibilità e l'utilizzo adeguato di ambienti naturali favorevoli all'attività fisica, allo svago e al gioco da parte di bambini e adulti, possono **contribuire all'uso sostenibile, al riconoscimento, alla conservazione e al ripristino del territorio, della biodiversità (Target 15.1) e degli ecosistemi di acqua dolce terrestri e dell'entroterra (Target 15.5)**;
- SDG16 Società eque, pacifiche e inclusive:** le azioni politiche che possono fare leva sul potere dello sport di accrescere valori sociali positivi, come il rispetto e la correttezza, e di unire persone di età, genere, stato socio-economico, nazionalità e orientamento politico diversi, **possono contribuire a ridurre la violenza, i conflitti (Target 16.1), la corruzione (Target 16.5) e a promuovere leggi e politiche non discriminatorie (Target 16.b)**.

**Le azioni in linea con la Dichiarazione di Bangkok contribuiranno al raggiungimento di questi obiettivi (SDGs), attraverso un approccio che tenga conto delle evidenze, del rapporto costo-efficacia e della sostenibilità e che porterà i Paesi, le comunità e gli individui a svolgere attività fisica nella vita quotidiana.**

**La Dichiarazione di Bangkok sull'Attività Fisica per la Salute Globale e lo Sviluppo Sostenibile, sostenuta dai delegati al 6° Congresso ISPAH su Attività Fisica e Salute Pubblica, fa un appello ai governi, ai decisori politici, ai potenziali finanziatori e agli stakeholder, comprese l'Organizzazione Mondiale della Salute, le Nazioni Unite e tutte le principali organizzazioni non governative, per:**

1. **Rinnovare l'impegno a investire e attuare azioni politiche tempestive e su larga scala, per ridurre l'inattività fisica lungo l'intero arco della vita, come contributo alla riduzione del carico globale di malattie non trasmissibili e raggiungere gli obiettivi dell'Agenda 2030 (SDGs 3, 4, 5, 10, 11, 13, 15 e 16):** le azioni necessarie per ridurre l'inattività fisica richiedono un aumento delle priorità, una leadership multi-settoriale, delle partnership e un impegno costante, oltre ad un'allocazione mirata delle risorse. Gli investimenti da parte dei Ministeri della Salute, e di altri Ministeri, dovrebbero essere ottimizzati per permettere che un approccio di sistema basato sulle evidenze sia attuato a livello nazionale e locale. Gli approcci dovrebbero essere multi-settoriali e dovrebbero riconoscere il peso dei determinanti economici e politici di settori quali l'occupazione, il turismo, la pianificazione urbanistica e dei trasporti, l'istruzione, la salute, lo sport e la cultura;
2. **Prevedere un coinvolgimento dei diversi settori a livello nazionale e istituire piattaforme di coordinamento:** tutti i Paesi dovrebbero sviluppare, finanziare e attuare piani d'azione nazionali integrati per l'attività fisica. Per essere efficaci, tali piani dovrebbero: comprendere i meccanismi e le risorse per coinvolgere stakeholder di diversi settori, interni ed esterni al settore sanitario; impegnare le potenziali sinergie che ne derivano sullo sviluppo sostenibile; contribuire alla riduzione delle disuguaglianze di salute rispetto a genere, età, razza/etnia, orientamento sessuale, stato socio-economico e disabilità;
3. **Sviluppare le competenze dei professionisti e dei decisori:** La formazione e lo sviluppo delle competenze sono fondamentali per ottenere una significativa riduzione di inattività fisica. Lo sviluppo delle competenze dovrebbe essere multi-professionale e dovrebbe coinvolgere i professionisti del settore sanitario e dell'assistenza sociale, gli urbanisti, gli architetti, gli insegnanti, gli operatori dello sport e del tempo libero, gli educatori, i decisori politici e le organizzazioni non governative. Questo approccio dovrebbe essere inserito nei percorsi di laurea triennali e magistrali e nei percorsi di formazione continua per i professionisti e dovrebbe inoltre considerare i bisogni dei volontari e dei leader della comunità;
4. **Migliorare le competenze tecniche e condividere le esperienze:** molti Paesi hanno bisogno di assistenza tecnica e di supporto per sviluppare, implementare e valutare i piani d'azione nazionali sull'attività fisica e per costruire partnership sostenibili. Maggiori risultati si dovrebbero ottenere attraverso la collaborazione e la condivisione a livello mondiale e bisognerebbe investire sul trasferimento di conoscenze e sulle reti di professionisti a livello mondiale, regionale e nazionale per aiutare tutti i Paesi a raggiungere gli obiettivi del Piano d'azione globale per la prevenzione e il controllo delle MNT 2025 e dell'Agenda 2030;
5. **Rafforzare il monitoraggio e i sistemi di sorveglianza:** il monitoraggio e la produzione periodica di report sui progressi riguardanti l'attività fisica, i suoi determinanti e l'attuazione delle strategie politiche sono fondamentali affinché in tutti

i Paesi le istituzioni siano responsabili dei propri impegni e provvedano a un'allocazione efficace delle risorse. Esistono ancora delle lacune significative nella sorveglianza dell'attività fisica rispetto ai bambini, ai giovani (10-19 anni), agli adulti dai 65 anni di età<sup>vi</sup> e alle minoranze etniche;

6. **Sostenere e promuovere la collaborazione, la ricerca e la valutazione delle politiche:** supportare e promuovere le collaborazioni tra ricercatori e decisori politici, compresi i finanziatori della ricerca medica e sociale, per produrre evidenze, soprattutto negli ambiti in cui vi è una carenza di conoscenze, quali le analisi economiche multi-settoriali, la ricerca sugli interventi di popolazione e la valutazione delle politiche e dei processi. Occorre collaborare sugli interventi che funzionano nel ridurre l'inattività fisica, soprattutto nei Paesi a reddito medio-basso.

**Noi sollecitiamo l'OMS, le agenzie delle Nazioni Unite, tutte le agenzie e i programmi di salute globale, gli Stati Membri, i Governi locali e statali e le Amministrazioni cittadine a lavorare insieme alla società civile - compresa l'università, gli albi e le categorie professionali, le organizzazioni non governative, il settore privato e i media - a fornire leadership e a valorizzare al massimo il potenziale delle nostre risorse integrate, al fine di conseguire gli obiettivi condivisi per la salute e lo sviluppo sostenibile, realizzando in modo efficace tutti i punti esaminati in questa Dichiarazione di Bangkok sull'Attività Fisica per la Salute Globale Sostenibile.**

Traduzione e revisione a cura di:

Università di Cagliari – Paolo Contu, Francesca Sanna

DoRS Regione Piemonte - ASL TO3 – Elena Barbera, Alessandra Suglia, Claudio Tortone

**Note a cura del traduttore:**

<sup>i</sup> Società Internazionale per l'Attività Fisica e la Salute

<sup>ii</sup> Global action plan for the prevention and control of NCDs 2013-2020 - [www.who.int/nmh/events/ncd\\_action\\_plan/en/](http://www.who.int/nmh/events/ncd_action_plan/en/)

<sup>iii</sup> WHO Global Recommendations on Physical Activity - [www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_recommendations/en/](http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/en/)

<sup>iv</sup> WHO Commission on Ending Childhood Obesity (2016) - [www.who.int/end-childhood-obesity/en/](http://www.who.int/end-childhood-obesity/en/), Decade of Action on Nutrition (2016-2025) - [www.who.int/nutrition/decade-of-action/en/](http://www.who.int/nutrition/decade-of-action/en/), New Urban Health Agenda (Habitat III) -

[www.un.org/sustainabledevelopment/blog/2016/10/habitat-3-to-set-new-urban-development-agenda-creating-sustainable-equitable-cities-for-all/](http://www.un.org/sustainabledevelopment/blog/2016/10/habitat-3-to-set-new-urban-development-agenda-creating-sustainable-equitable-cities-for-all/), Mobilizing Sustainable Transport for Development (2016) -

<https://sustainabledevelopment.un.org/index.php?page=view&type=400&nr=2375&menu=35>, Every Woman Every Child (2010) -

[www.everywomaneverychild.org/](http://www.everywomaneverychild.org/), WHO Global Action Plan on Dementia (bozza 2016)-

[http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf\\_files/EB140/B140\\_28-en.pdf?ua=1](http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB140/B140_28-en.pdf?ua=1)

<sup>v</sup> Obiettivi di Sviluppo Sostenibile dell'Agenda 2030 - <http://www.who.int/sdg/en/>

<sup>vi</sup> Per approfondimenti: [www.who.int/topics/adolescent\\_health/en/](http://www.who.int/topics/adolescent_health/en/), [www.who.int/ageing/en/](http://www.who.int/ageing/en/)

Hosted By

Co-Hosted By



available at : [www.ispah.org](http://www.ispah.org)

