

Sport Svizzera 2014

Attività sportiva e interesse per lo sport
della popolazione svizzera



Sport Svizzera 2014

Attività sportiva e interesse per lo sport della popolazione svizzera

Markus Lamprecht, Adrian Fischer, Hanspeter Stamm

2014

Osservatorio sport e movimento Svizzera
c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG

Ufficio federale dello sport UFSPO
upi – Ufficio prevenzione infortuni
Suva
Swiss Olympic
Ufficio federale di statistica

Citazione: Lamprecht, M., Fischer, A. & Stamm, H.P. (2014): Sport Svizzera
2014: Pratica sportiva e interesse per lo sport della popolazione svizzera
Macolin: Ufficio federale dello sport UFSPO

Sommario

L'essenziale in breve	4
1. Introduzione	6
2. Evoluzione dell'attività sportiva	7
3. Comportamento sportivo e motorio	9
4. Differenze secondo sesso ed età	11
5. Motivi e significato della pratica sportiva	15
6. Discipline sportive e desideri	18
7. Differenze regionali	22
8. Differenze sociali	26
9. Gli inattivi	30
10. Luoghi e orari della pratica sportiva	33
11. Sport nelle società sportive	35
12. Sport nei centri di fitness	39
13. Sport durante le vacanze	40
14. Infortuni sportivi	42
15. Interesse per lo sport nei media	44
16. Spese per lo sport	48
17. Sostegno allo sport e sfide	50
18. Metodo d'indagine e campioni	55

L'essenziale in breve

I dati del presente rapporto si riferiscono alla popolazione residente in Svizzera di età compresa fra i 15 e i 74 anni. I punti di seguito corrispondono alle sezioni principali dello studio e ne riassumono i risultati più importanti.

- L'attività sportiva è in crescita tra la popolazione svizzera: le persone che praticano molto sport sono infatti sempre più numerose. La percentuale di inattivi resta per contro stabile, mentre sono sempre più rare le persone che fanno sport saltuariamente. Lo sport è praticato regolarmente oppure non è praticato per niente.
- Lo sport favorisce una vita sana e attiva. I quattro quinti della popolazione seguono le più recenti raccomandazioni sul movimento, che individuano nello sport un contributo fondamentale per una vita attiva. Nel confronto internazionale gli svizzeri risultano molto attivi.
- Ad oggi le donne praticano sport in quantità simile agli uomini. Differenze si riscontrano tuttavia considerando i gruppi di età: l'attività sportiva per gli uomini è particolarmente intensa nell'età giovanile, per poi diminuire progressivamente e ricominciare ad aumentare dopo il pensionamento. Nella vita sportiva delle donne le interruzioni sono più frequenti. In confronto al passato tuttavia l'attività sportiva è andata crescendo in tutte le fasi della vita, aumentando negli ultimi anni in particolare tra gli anziani di entrambi i sessi.
- I motivi che spingono a praticare un'attività sportiva sono i più vari. In particolare, quelli menzionati da quasi tutti gli intervistati sono: contatto con la natura, salute, divertimento, piacere di muoversi e staccare dalla quotidianità. I motivi legati alla socialità e alla prestazione sono più importanti tra i giovani e perdono consistenza con l'età. Circa un quarto di chi pratica sport partecipa a competizioni ed eventi sportivi; di norma si tratta di persone particolarmente attive.
- L'offerta sportiva è sempre più varia e la popolazione sempre più polispportiva. Il sondaggio ha rilevato complessivamente 250 discipline sportive. Le discipline sportive cosiddette «lifetime» (camminate, ciclismo, nuoto e sci) sono particolarmente amate e hanno visto aumentare ulteriormente la loro popolarità negli ultimi anni. La scelta di una disciplina sportiva è determinata soprattutto da sesso ed età, ma anche da regione di residenza, reddito familiare e nazionalità.
- Tra città e campagna non sono più riscontrabili differenze che permangono invece tra regioni linguistiche. L'attività sportiva è più intensa nella Svizzera tedesca che nelle regioni latine. Al contrario della Svizzera italiana, negli ultimi anni la Svizzera francese ha avuto un netto recupero. Nella Svizzera francese, il boom della pratica sportiva ha raggiunto le donne e gli uomini più anziani, che praticano con maggiore frequenza le discipline sportive cosiddette «lifetime».
- La posizione sociale, la situazione professionale e le condizioni di vita influenzano il comportamento sportivo. L'influsso più marcato è dato dal reddito e dalla nazionalità. Le persone con un reddito familiare inferiore alla media e quelle di nazionalità straniera sono molto meno attive. Al contrario di quanto accade per la popolazione indigena, nella popolazione immigrata le differenze tra i sessi sono ancora notevoli: la percentuale di donne inattive è particolarmente alta.
- Un buon quarto della popolazione dichiara di non praticare alcuno sport. Nella maggior parte dei casi non si tratta tuttavia di persone da sempre contrarie per principio allo sport. Circa tre quarti degli inattivi in passato hanno praticato con piacere un'attività sportiva e due quinti la riprenderebbero se avessero più tempo o meno vincoli professionali e familiari. Nella maggioranza dei casi gli inattivi attribuiscono allo sport un significato positivo e in generale non sono completamente sedentari. I due terzi soddisfano comunque le raccomandazioni minime per un'attività motoria salutare.
- Chi pratica sport ha a disposizione nel comune di domicilio o nelle immediate vicinanze un'ampia varietà di infrastrutture sportive che sono utilizzate con assiduità. In tale contesto svolgono un ruolo fondamentale sentieri e piscine nonché palestre e palazzetti dello sport.
- Un quarto della popolazione è membro di una società sportiva. Gli uomini più giovani sono particolarmente attivi nello sport societario, ma questo tipo di partecipazione è frequente anche nelle età più avanzate per entrambi i sessi. Il cameratismo, lo stare in compagnia nonché la regolarità dell'allenamento e gli allenatori particolarmente capaci sono gli aspetti più apprezzati dello sport societario. Il 7 % della popolazione presta la propria opera a titolo volontario in un'associazione sportiva. Il tempo dedicato in media a tale attività è di 2,5 ore a settimana, è perlopiù non retribuito ed è messo a disposizione con piacere e soddisfazione. Includendo anche le attività svolte al di fuori delle società, più di un quinto della popolazione svizzera s'impegna a favore dello sport a titolo benevolo e gratuito.
- Un sesto della popolazione frequenta regolarmente centri fitness privati. Le ragioni principali di una tale scelta sono la notevole flessibilità, la mancanza di obblighi e gli orari di apertura prolungati. Mentre nelle società sportive i soci sono in maggioranza uomini, le varie offerte sportive senza vincoli e i fitness center sono preferiti soprattutto dalle donne.

- Negli ultimi mesi i due quinti della popolazione hanno trascorso una vacanza incentrata sullo sport. I soggiorni in Svizzera sono più frequenti di quelli all'estero, ma la durata di questi ultimi è superiore. Particolarmente apprezzate continuano a essere le vacanze dedicate allo sci e alle camminate.
- Ogni anno, circa l'8% della popolazione subisce un infortunio sportivo. Nella maggioranza dei casi tali infortuni non hanno avuto gravi conseguenze ed è stato possibile trattarli in modo ambulatoriale. Gli infortuni sono più frequenti negli uomini che nelle donne e la maggior parte si verifica sciando o giocando a calcio.
- Circa quattro quinti della popolazione seguono lo sport tramite i mezzi di comunicazione che si rivolgono a un pubblico molto vasto e variegato. I canali d'informazione principali restano la televisione e i giornali, con un netto incremento di Internet negli ultimi anni. Lo sport che desta maggiore interesse è il calcio, seguito da sci alpino, tennis e hockey su ghiaccio.
- Per lo sport la popolazione svizzera spende ogni anno 2500 franchi pro capite. Un quarto delle spese viene effettuata all'estero. Gli uomini spendono di più rispetto alle donne e i costi più elevati sono sostenuti per i viaggi, le attrezzature e l'abbigliamento.
- La popolazione è chiaramente a sostegno dello sport e molti sono favorevoli a un ampliamento dell'offerta soprattutto per quanto concerne lo sport per i giovani e la promozione delle giovani leve ma anche per quanto riguarda lo sport dedicato a disabili, donne e anziani nonché lo sport di massa. L'ampio sostegno di cui gode lo sport si fonda sulla convinzione che esso fornisca un importante contributo alla socializzazione e all'integrazione e favorisca la prevenzione e la salute. La popolazione considera come aspetti negativi dello sport il doping, la commercializzazione, le prestazioni e i rischi eccessivi, gli hooligan e la corruzione. Per contrastare tali fenomeni la popolazione richiede misure rigide.

1. Introduzione

L'indagine «Sport Svizzera» è uno strumento centrale per l'analisi della pratica sportiva in Svizzera ed è stata realizzata quest'anno per la terza volta, dopo le edizioni del 2000 e del 2008. L'obiettivo principale dello studio è di fornire un quadro dettagliato del mondo dello sport e di tracciarne l'evoluzione nel corso del tempo. Sviluppando una banca dati precisa e affidabile su comportamento, esigenze e interesse della popolazione svizzera, si crea una base scientifica per pianificare e prendere decisioni nel campo della politica dello sport.

L'indagine è stata coordinata e finanziata dall'Ufficio federale dello sport con la collaborazione di Swiss Olympic, upi – Ufficio prevenzione infortuni, Suva e Ufficio federale di statistica. Al rilevamento hanno partecipato anche Sentieri Svizzeri, SvizzeraMobile e Antidoping Svizzera. L'Osservatorio sport e movimento Svizzera (c/o Lamprecht & Stamm, Sozialforschung und Beratung AG) si è occupato della pianificazione e dell'organizzazione scientifica dell'indagine nonché della valutazione dei dati e del reporting in stretta collaborazione con i responsabili del progetto e con i partner. Il LINK Institut ha condotto l'indagine telefonica rappresentativa nonché il sondaggio finale online (v. sezione 18).

Hanno contribuito al progetto con ulteriori rilevamenti a livello regionale anche i Cantoni di Argovia, Basilea Campagna, Ginevra, Grigioni, San Gallo e Zurigo nonché le città di San Gallo, Winterthur e Zurigo. Lo scopo di tali approfondimenti è di evidenziare le particolarità regionali e le problematiche specifiche, definendo così valori di riferimento per il confronto dei dati a livello nazionale.

Questo rapporto presenta i risultati principali relativi alla popolazione residente in Svizzera di età compresa tra i 15 e i 74 anni. Vari rapporti di approfondimento seguiranno nei prossimi mesi. A livello nazionale saranno pubblicati altresì un rapporto dedicato a bambini e giovani, un rapporto contenente fogli informativi sulle diverse discipline sportive nonché uno studio sulla fruizione dello sport. Saranno redatti infine rapporti speciali concernenti gli approfondimenti cantonali e comunali nonché Sentieri Svizzeri, SvizzeraMobile e Antidoping Svizzera.

Teniamo molto a ringraziare tutti i responsabili e i partner del progetto «Sport Svizzera» per il loro impegno e per l'eccellente collaborazione. Un ringraziamento particolare va ai 10652 giovani e adulti e ai 1525 bambini che con disponibilità e precisione hanno risposto al sondaggio su comportamento, esigenze e fruizione dello sport.

2. Evoluzione dell'attività sportiva

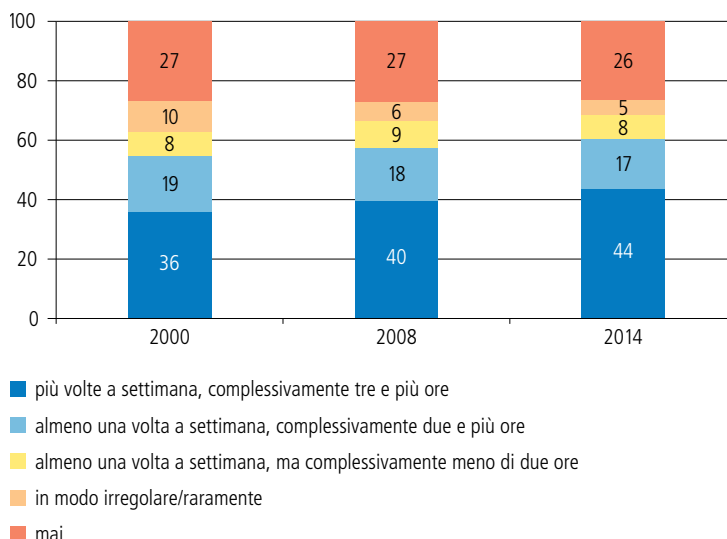
Il boom della pratica sportiva continua

La popolazione svizzera è molto sportiva. Il 44 % delle persone di età compresa tra i 15 e i 74 anni afferma di fare sport più volte alla settimana per almeno tre ore complessive (v. figura 2.1). Un ulteriore 25 % fa attività sportiva almeno una volta a settimana, mentre il 5 % è attivo solo raramente o in modo irregolare. Il restante 26 % si definisce inattivo.

La figura 2.1 mostra anche che l'attività sportiva della popolazione residente in Svizzera è ulteriormente cresciuta dopo il 2000. La percentuale di persone molto attive è aumentata costantemente passando dal 36 % nel 2000 al 44 % nel 2014. Mentre la percentuale di inattivi è rimasta costante nel tempo, quella delle persone che fanno sport saltuariamente si è dimezzata, passando dal 10 al 5 %.

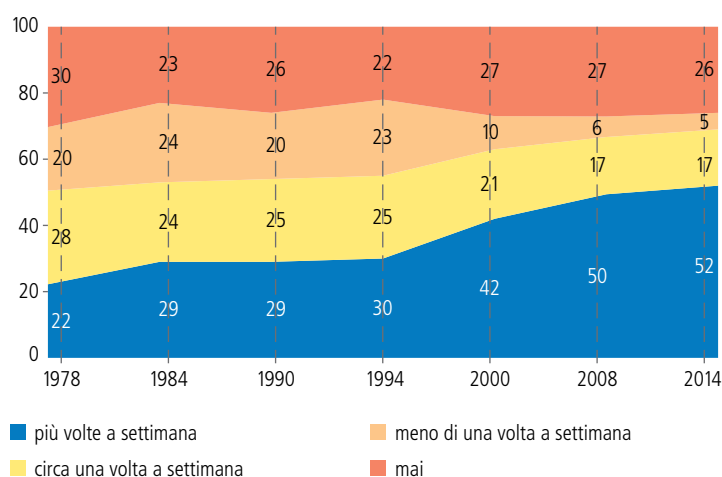
Le cifre più recenti confermano le tendenze di lungo termine (v. figura 2.2). Da vent'anni il numero di persone che praticano sport più volte a settimana è in costante aumento, mentre si sta riducendo quello delle persone che fanno sport saltuariamente. La percentuale di inattivi resta stabile ed è oggi a un livello simile a quello della fine degli anni 1970. Ciò significa che la maggioranza della popolazione è molto attiva oppure inattiva. Il boom della pratica sportiva ha raggiunto l'apice nella metà degli anni 1990 e attualmente sembra aver rallentato. Questo è dovuto da un lato al fatto che le persone che fanno sport saltuariamente candidate a diventare sportivi regolari sono sempre meno numerose e dall'altro all'eccezionale stabilità del segmento degli inattivi. La percentuale di inattivi infatti non accenna a diminuire nonostante il boom della pratica sportiva.

F 2.1: Attività sportiva secondo frequenza e durata negli anni 2000, 2008 e 2014 (in % sulla popolazione residente in Svizzera di età compresa tra i 15 e i 74 anni)



Nota: intervistate 2058 persone nel 2000, 10242 nel 2008 e 10622 nel 2014. Chi fa sport complessivamente per tre e più ore a settimana è di seguito definito «molto attivo», mentre tutti gli altri intervistati che affermano di praticare una qualsiasi forma di sport sono denominati «attivi». Chi afferma di non fare mai sport è definito «inattivo».

F 2.2: Evoluzione dell'attività sportiva in Svizzera 1978-2014 (in %)

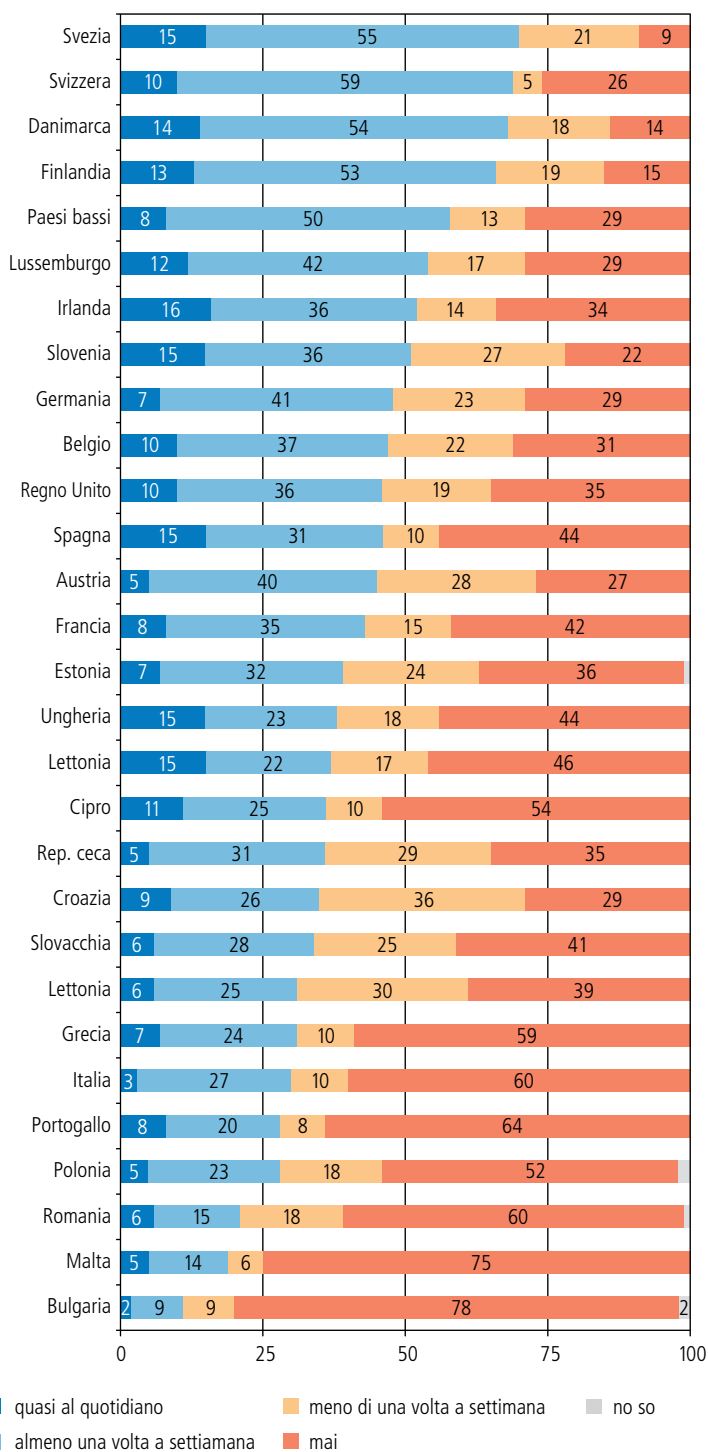


Nota: i dati antecedenti al lancio di «Sport Svizzera» nel 2000 si basano su precedenti inchieste di Swiss Olympic, in cui non si distingueva ancora tra «più volte a settimana» e «(quasi) ogni giorno» e non veniva ancora rilevata la durata dell'attività. Mentre le inchieste precedenti coinvolgevano al massimo 1000 intervistati, nel 2000 sono state interrogate 2064 persone, nel 2008 10262 e nel 2014 10652.

La Svizzera nel confronto internazionale

Nel confronto internazionale la Svizzera risulta essere una nazione molto sportiva. A livello europeo solo nei Paesi scandinavi le persone che praticano sport regolarmente sono più numerose che in Svizzera. Il bilancio non è altrettanto positivo se si considera la percentuale di inattivi, ma anche in questo caso la Svizzera si colloca nella metà superiore della classifica insieme a Irlanda, Olanda, Belgio, Slovenia e Austria (v. figura 2.3).

F 2.3: Attività sportiva in Europa, confronto con i dati Eurobarometer (in %)



Nota: i dati dei Paesi europei sono ricavati dallo Special Eurobarometer n. 334 (2010) «Sport and physical activity» della Commissione europea.

3. Comportamento sportivo e motorio

L'estensione del concetto di sport

Non è per nulla facile definire quanto la popolazione di un Paese sia sportiva e come l'attività sportiva si sia evoluta nel corso del tempo. La risposta a tali domande dipende infatti da cosa s'intende esattamente con il concetto di sport. Quante vasche bisogna fare perché «fare il bagno» diventi «nuotare»? Cosa serve perché andare in bicicletta sia considerato uno sport? Costose ruote in fibra di carbonio, velocità o forse un'abbigliamento sportivo? Come si distingue una comune passeggiata dal walking e il walking dalle camminate? Giocare a scacchi può essere considerato uno sport? E l'agility, il pattinaggio o la pesca?

Con l'incremento della pratica sportiva intervenuto negli ultimi 20 anni, anche il concetto di sport si è evoluto e ampliato. Nuovi motivi ed esigenze, nuovi operatori e forme sportive hanno arricchito il concetto di sport rendendolo non solo più vario e multiforme, ma anche meno preciso e definito. Determinare cosa sia sport e cosa non lo sia dipende oggi da moltissimi fattori, tra cui la qualità e l'intensità dell'attività, le ragioni che spingono a fare movimento, ma anche il luogo e la cornice in cui si svolge l'attività. Questi fattori compongono le comuni definizioni date dalle scienze motorie, che descrivono lo sport come un'attività motoria che costituisce una realtà autonoma ed è regolata da norme sociali.

In tale contesto va ricordato come l'estensione del concetto di sport abbia dato un contributo essenziale al boom della pratica sportiva: da una parte nuove attività hanno conquistato nuovi gruppi di utenti, dall'altra sono ora considerate come sport alcune attività che 20 anni fa non lo erano ancora. In breve: il boom della pratica sportiva si fonda sulla conquista di nuovi gruppi di utenti, ma anche su una definizione più ampia del concetto di sport.

Come si misura lo sport?

In accordo con le ricerche internazionali, in un primo momento il presente studio ha lasciato consapevolmente agli intervistati la facoltà di decidere cosa effettivamente considerare come sport. Solo in un secondo momento è stato verificato quali precise attività gli intervistati considerano come sport e quali motivi e obiettivi perseguono praticandole (v. sezioni 5 e 6).

L'indicatore menzionato in sede introduttiva per misurare l'attività sportiva si fonda sulle risposte a due semplici domande: con quale frequenza pratica sport e per quante ore circa alla settimana? Le risposte a queste due domande sono riassunte nella tabella 3.1. La tabella mostra come negli ultimi 15 anni la frequenza della pratica sportiva sia aumentata in misura maggiore rispetto alla durata dell'attività. La percentuale di persone che pratica sport più volte a settimana fa registrare un netto aumento tra il 2000 e il 2014, passando dal 42 al 52 %, mentre la percentuale di persone attive per tre e più ore a settimana passa dal 46 al 50 %.

T 3.1: Profilo degli sportivi secondo frequenza e durata dell'attività sportiva negli anni 2000, 2008 e 2014 (in % sulla popolazione residente in Svizzera di età compresa tra i 15 e i 74 anni)

		2000	2008	2014
Frequenza dell'attività sportiva	mai	27	27	26
	in modo irregolare/raramente	10	6	5
	circa una volta a settimana	21	17	17
	più volte a settimana	30	38	42
	(quasi) ogni giorno	12	12	10
Numero di ore a settimana	mai	27	27	26
	meno di due ore	12	12	10
	due ore	15	15	14
	da due a tre ore	20	22	24
	da cinque a sei ore	12	13	12
	sette e più ore	14	13	14
Numero di persone intervistate		2058	10 242	10 616

T 3.2: Attività sportiva. Modello dell'attività secondo frequenza e durata (in % sulla popolazione residente in Svizzera di età compresa tra i 15 e i 74 anni)

	mai	meno di due ore	due ore	da tre a quattro ore	da cinque a sei ore	sette e più ore	Totale
mai	26						26
in modo irregolare/raramente		3	1	1	0	0	5
fino a una volta a settimana		6	7	3	1	0	17
più volte a settimana		1	6	18	9	8	42
(quasi) ogni giorno		0	0	2	2	6	10
Totale	26	10	14	24	12	14	100

Nota: intervistate 10 613 persone. A causa delle differenze dovute agli arrotondamenti, i totali possono discostarsi leggermente dalla somma delle singole celle. I colori corrispondono alle categorie della figura 2.1.

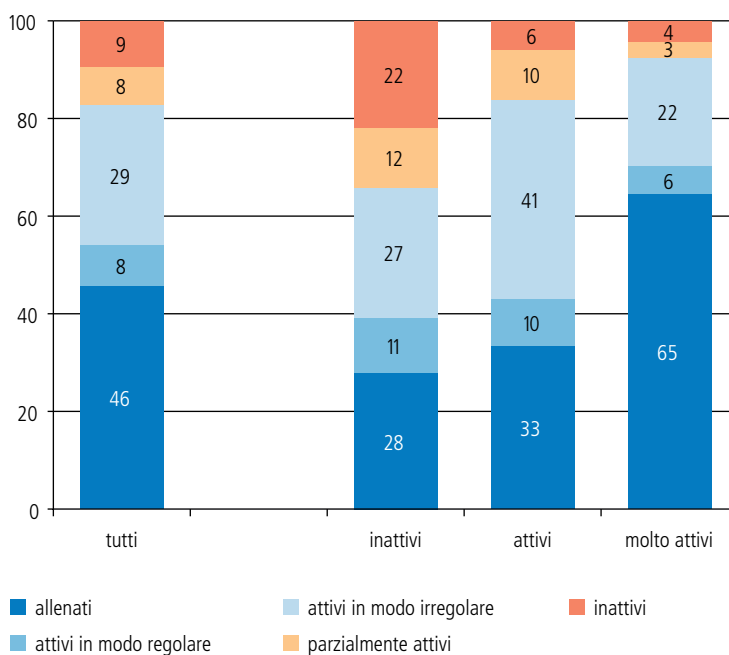
La correlazione tra frequenza e durata si può desumere dalla tabella 3.2 che spiega al tempo stesso come è costruito nel dettaglio l'indicatore relativo alla pratica sportiva. Logicamente la durata complessiva aumenta con l'incremento della frequenza. Vi sono tuttavia anche persone che pur praticando sport più volte a settimana, ad esempio svolgendo un breve programma di ginnastica o di potenziamento, non raggiungono comunque le due ore complessive alla settimana. Per contro, altri praticano sport in modo irregolare ma talmente a lungo, ad esempio in occasione di camminate o escursioni in bicicletta, che l'attività media supera comunque le tre-quattro ore a settimana.

Tra il 2008 e il 2014 la correlazione tra frequenza e durata si è mantenuta molto stabile. La tabella 3.2 consente di analizzare in modo più differenziato il comportamento delle persone molto attive e mostra che un quarto della popolazione pratica sport più volte a settimana totalizzando più di cinque ore di attività complessiva. Il 5 % della popolazione fa sport quasi ogni giorno e arriva a superare le 6 ore settimanali.

Chi pratica sport regolarmente adempie alle raccomandazioni sul movimento

La figura 3.1 mostra che esistono molte attività che non sono considerate come sport in senso stretto ma che danno un contributo fondamentale alla promozione del movimento. Le rilevazioni effettuate nell'ambito di «Sport Svizzera» riguardavano non solo lo sport ma anche altre attività motorie svolte nella vita quotidiana, al lavoro o nel tempo libero, durante le quali si arriva a sudare o almeno a restare leggermente senza fiato. I dati sono stati confrontati con le raccomandazioni sul movimento formulate da Ufficio federale dello sport, Ufficio federale della sanità pubblica, Promozione Salute Svizzera, Suva, upi e rete HEPA in relazione alle attività fisiche salutari. Prendendo come riferimento le raccomandazioni più recenti (quantità minima: due ore e mezza di attività moderata o 75 minuti di movimento più intenso a settimana), l'83 % della popolazione adempie a tali criteri. L'8 % svolge un'attività fisica limitata e il 9 % è praticamente inattivo.

F 3.1: Correlazione tra attività sportiva e adempimento delle raccomandazioni sul movimento (in %)



Nota: intervistate 10429 persone. Categorie attività sportiva: inattivi: nessuna attività sportiva; categorie comportamento motorio: allenati: almeno tre giorni di attività intensa (sudare) per almeno 30 minuti; attivi in modo regolare: almeno cinque giorni di attività motoria moderata (restare senza fiato) per almeno 30 minuti; attivi in modo irregolare: attività moderata per più di 150 minuti o attività intensa per più di 75 minuti oppure due giorni a settimana di attività intensa più moderata per più di 150 minuti; parzialmente attivi: attività moderata per meno di 150 minuti o attività intensa per meno di 75 minuti; inattivi: nessuna attività. A tale proposito si veda anche l'indicatore «Promotion du sport» all'indirizzo www.sportobs.ch.

Le attività motorie sono naturalmente in stretta correlazione con le attività sportive. Chi pratica molto sport adempie di norma alle raccomandazioni sul movimento. È tuttavia indispensabile che lo sport sia praticato regolarmente e che le singole attività abbiano una durata di almeno 30 minuti. Il fatto che alcune persone molto attive non soddisfino le raccomandazioni sul movimento mostra che esistono discipline sportive in cui non si arriva a restare senza fiato e nemmeno a sudare. Per contro, anche una notevole percentuale degli inattivi adempie alle raccomandazioni sul movimento. Pur senza fare sport è dunque possibile sudare o restare senza fiato praticando attività fisiche al lavoro o nel tempo libero. La sezione 9 mostra che diverse attività motorie praticate dagli inattivi possono rientrare a pieno titolo nella definizione di attività sportive.

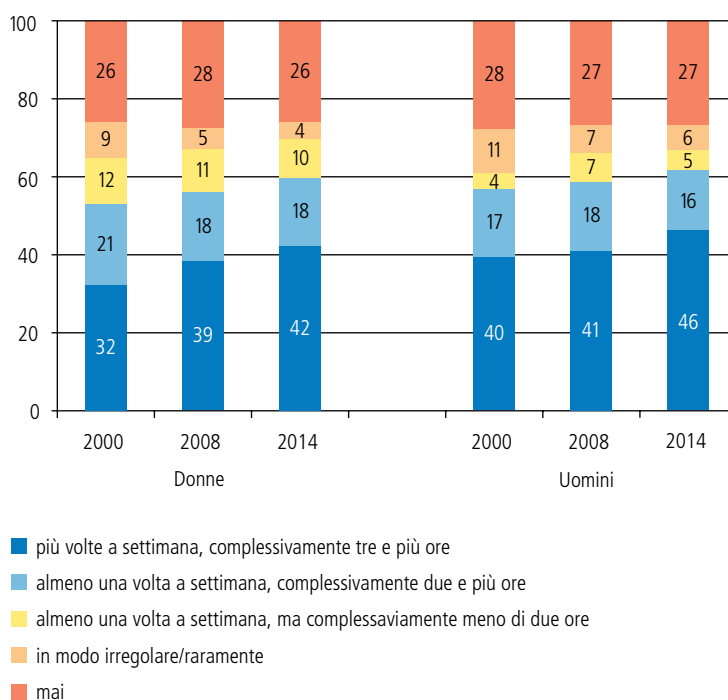
4. Differenze secondo sesso ed età

Ad oggi le donne praticano sport in quantità simile agli uomini

Il boom della pratica sportiva e l'estensione del concetto di sport hanno determinato anche un ampliamento del bacino di utenti. Nuove discipline e offerte hanno permesso di conquistare altri gruppi di utenti. Se una trentina di anni fa la pratica sportiva era quasi esclusivamente prerogativa dei giovani di sesso maschile, oggi anche le persone più anziane e le donne fanno sport con lo stesso entusiasmo. I grafici riportati di seguito mostrano se e in quali campi ancora oggi sono rilevabili differenze secondo sesso ed età.

La figura 4.1 mostra che il numero di inattivi è lo stesso tra gli uomini e tra le donne. Tale dato è rimasto costante negli ultimi 15 anni, mentre l'evoluzione riguarda la percentuale di sportivi molto attivi per entrambi i sessi, con una crescita maggiore presso le donne sull'intero periodo. Rispetto agli uomini, le donne molto attive sono leggermente meno numerose, mentre un po' più folto è il gruppo di quelle che praticano un'attività moderata. Negli ultimi anni le differenze sono tuttavia divenute minime.

F 4.1: Attività sportiva secondo il sesso, 2000, 2008 e 2014 (in %)

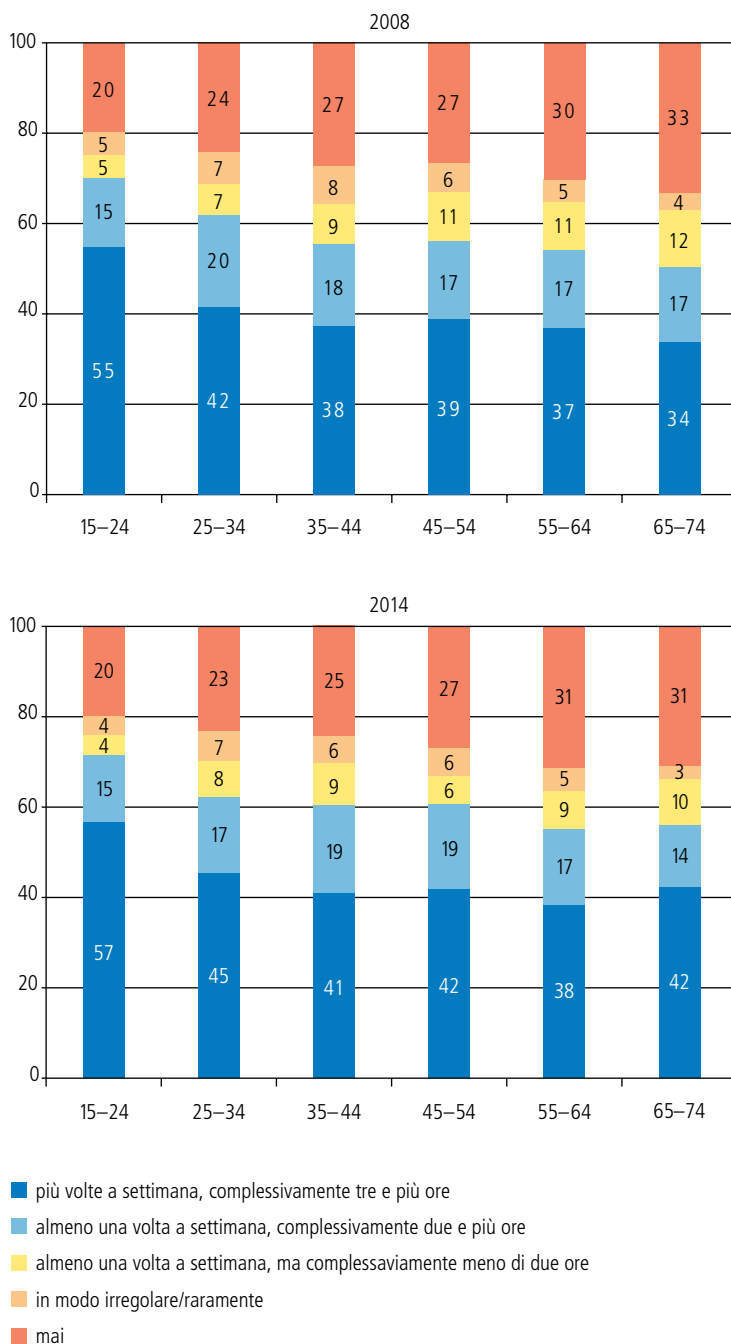


Nota: intervistate 2058 persone nel 2000, 10242 nel 2008 e 10622 nel 2014.

Incremento dell'attività sportiva presso le persone oltre i 65 anni

Anche le differenze riguardanti l'età si sono ridotte (v. figura 4.2): rispetto al 2008 l'attività sportiva ha fatto registrare un leggero aumento in tutti i gruppi di età, con un incremento superiore alla media per il segmento delle persone più anziane. Il segmento delle persone più giovani (15-24 anni) si conferma quello con la percentuale più elevata di persone molto attive e con il minor numero di inattivi. Tuttavia la pratica sportiva non è sicuramente più riservata solo alle persone più giovani: anche i più anziani mostrano un grande entusiasmo per lo sport. Tra la mezza età e l'età più avanzata il calo dell'attività sportiva è esiguo. La percentuale di persone molto attive tra gli anziani è passata dal 34 % del 2008 al 42 % del 2014. Tale incremento è da ricondurre soprattutto all'aumento della pratica sportiva tra gli anziani: in tale segmento la percentuale delle donne molto attive è passata dal 30 al 41 %, mentre quella degli uomini è passata dal 39 al 44 %.

F 4.2: Attività sportiva secondo l'età, 2000, 2008 e 2014 (in %)



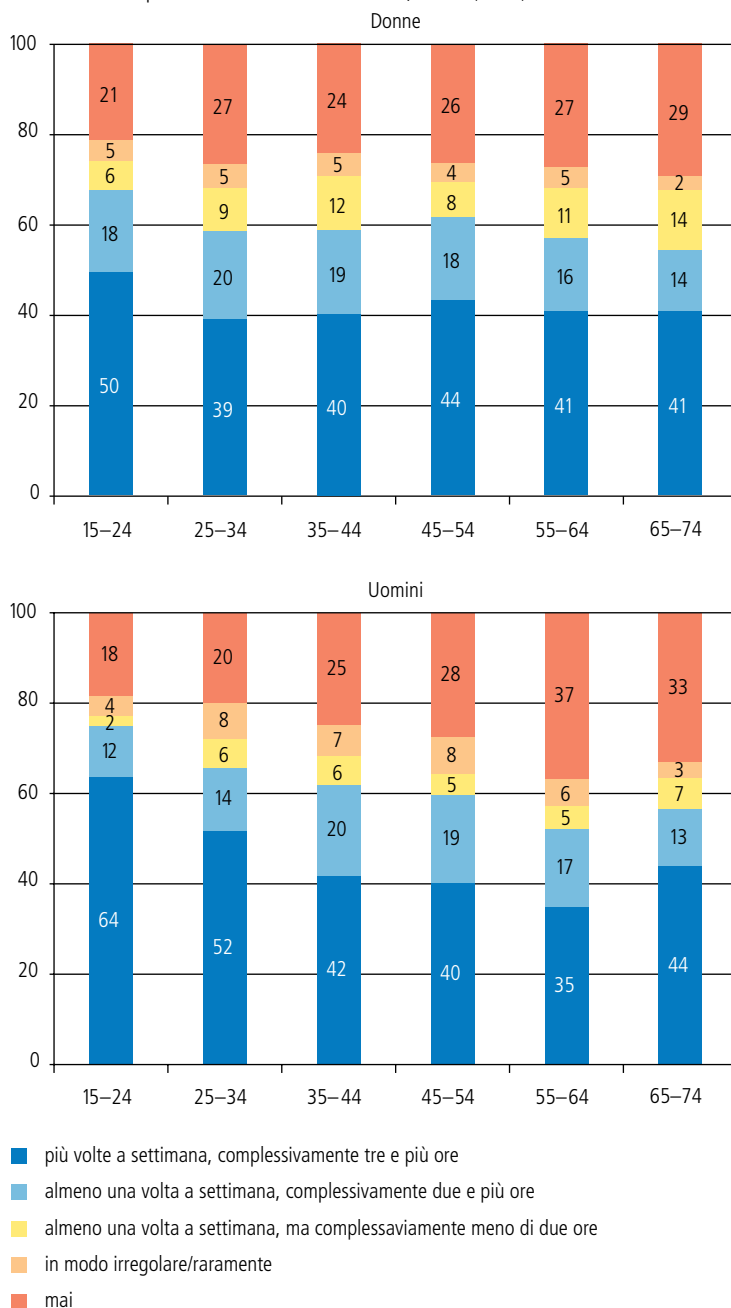
Nota: intervistate 10242 nel 2008 e 10622 nel 2014.

Differenze secondo il sesso nella vita sportiva

È interessante notare come, secondo il sesso, l'attività sportiva abbia un'evoluzione diversa nel corso della vita (v. figura 4.3). Negli uomini essa si riduce costantemente dopo i 24 anni, per riprendere ad aumentare dopo i 65: il maggior tempo a disposizione dopo la pensione viene impiegato anche per le attività sportive. Le donne più giovani sono leggermente meno attive rispetto agli uomini e i dati evidenziano un netto calo già a partire dai 25 anni. Al contrario di quanto succede per gli uomini, tuttavia, l'attività sportiva ricomincia ad aumentare già a partire dai 40 anni circa e fra i 45 e i 64 anni è nettamente maggiore rispetto a quella praticata dagli uomini. Nelle donne tuttavia non si riscontra un incremento negli anni successivi alla pensione.

Nelle cifre riguardanti l'attività sportiva si rispecchiano le differenze tra i due sessi nell'evoluzione della vita e della professione. Le donne spesso riducono l'attività sportiva nella fase della famiglia e dei figli e la riprendono quando i bambini crescono. Un calo dell'attività è riscontrabile anche nei neo padri, ma non nella stessa misura. Tra le madri con bambini il tasso di inattività è del 35 % (padri: 27 %) e solo il 33 % di esse è molto attivo (padri: 36 %). Non appena i figli superano i sei anni, le differenze tra i due genitori si appianano (v. a tale proposito anche la figura 8.1).

F 4.3: Attività sportiva secondo sesso ed età, 2014 (in %)



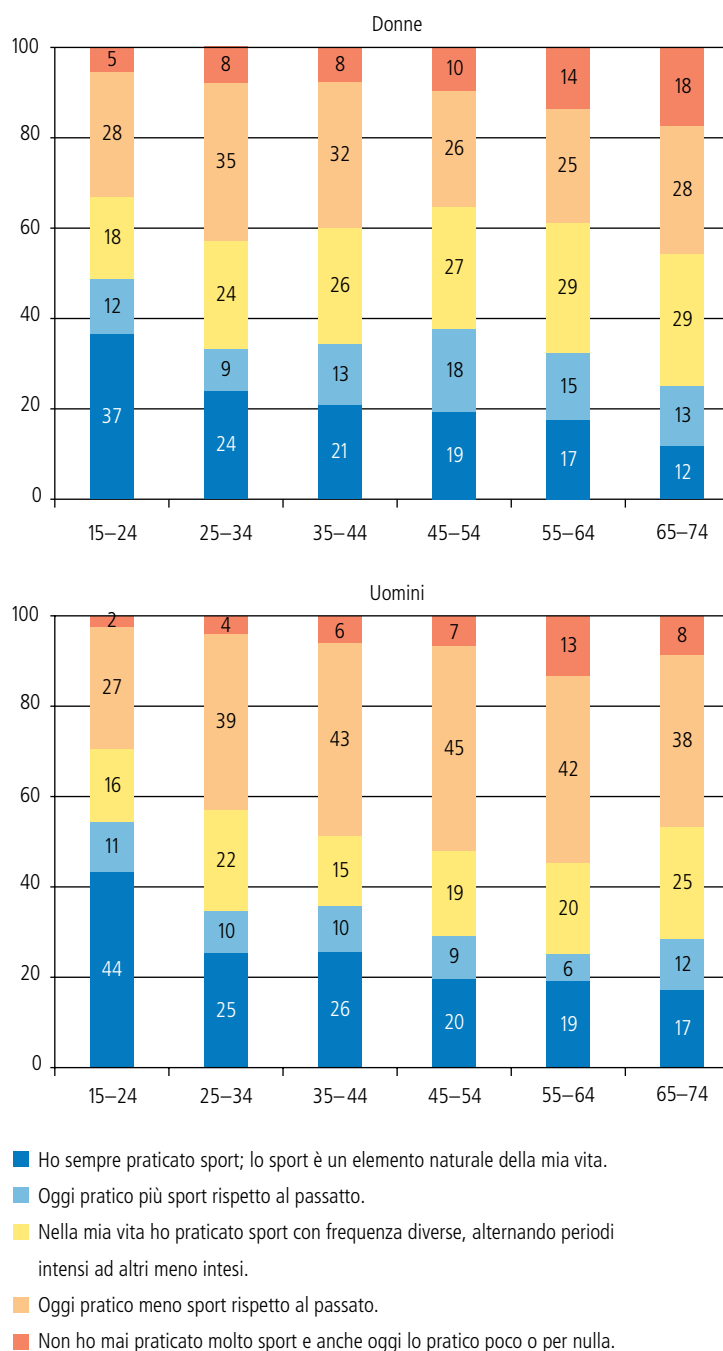
Nota: intervistate 10622 persone.

L'entusiasmo come garanzia di una pratica sportiva su tutto l'arco della vita

Questo modello emerge anche nei dati relativi al percorso sportivo già compiuto (v. figura 4.4). Tra i 45 e i 54 anni, più del 40 % degli uomini afferma di aver praticato più sport in passato; solo un quinto riesce a mantenere costante il proprio impegno nel corso del tempo. Gli uomini che a questa età incrementano la propria attività sportiva sono molto rari. Anche per le donne è altrettanto difficile svolgere un'attività costante su tutto l'arco della vita. Al contrario degli uomini, tuttavia, le donne riescono a modificare più spesso il proprio impegno nel corso della vita e sono più numerose quelle che riescono a incrementarlo già nella fascia di età 45-64.

Considerando la promozione dello sport e del movimento, va menzionato altresì che chi afferma di aver sempre praticato uno sport e di considerarlo come un elemento naturale della propria vita si caratterizza per un'attività sportiva particolarmente intensa. L'entusiasmo di queste persone fa sì che lo sport le accompagni in tutte le fasi della vita.

F 4.4: Evoluzione dell'attività sportiva nel corso della vita secondo sesso ed età (in %)



Nota: intervistate 6704 persone (indagine online). Risposte alla domanda: «quanto sport ha praticato finora nella sua vita? Si prega di scegliere la più esatta tra le cinque risposte possibili».

5. Motivi e significato della pratica sportiva

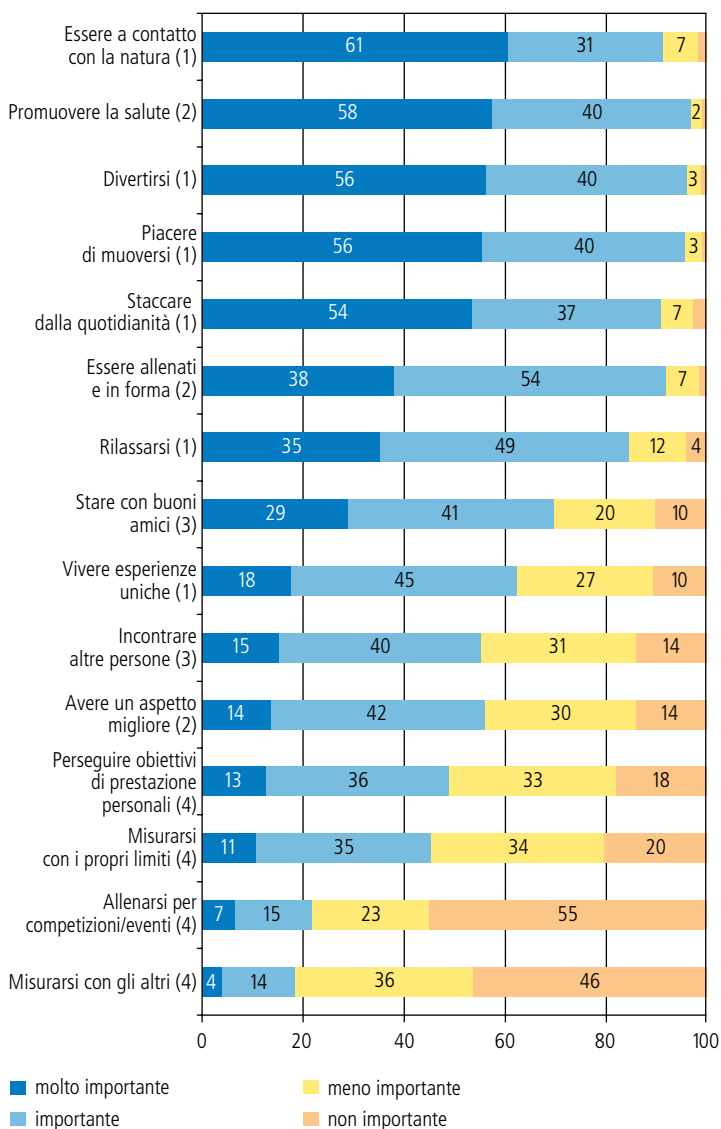
Salute e divertimento più importanti di prestazione e competizione

L'estensione e l'apertura dello sport sono andati di pari passo con l'ampliamento del significato di sport. Nuove discipline e forme di movimento, praticate da nuovi gruppi di utenti con nuove esigenze e aspettative, hanno innescato una dinamica che ha reso il panorama sportivo più vario e multiforme, ma anche meno preciso e omogeneo. Ai motivi classici che spingono alla pratica sportiva come lo sport e la competizione oggi si aggiungono e sovrappongono molte altre ragioni.

La figura 5.1 fornisce una panoramica dei motivi che spingono la popolazione svizzera alla pratica sportiva. Motivi come essere a contatto con la natura, promuovere la salute, divertirsi o piacere di muoversi sono citati da quasi tutti gli intervistati come fattori (molto) importanti. Altre ragioni importanti sono: staccare dalla quotidianità e rilassarsi, essere allenati e in forma, stare con buoni amici, incontrare altre persone e vivere esperienze uniche. Più della metà delle persone, inoltre, pratica sport per sentirsi più attrante, migliorando il proprio aspetto. I classici motivi legati alla prestazione si trovano solo alla fine della lista. Mentre circa la metà degli intervistati persegue obiettivi personali, il confronto con le prestazioni di altri è importante solo per circa un quinto delle persone.

Questo risultato non è nuovo: già nel 2000 e nel 2008 salute, divertimento e socialità erano chiaramente più rilevanti della prestazione e già allora gli obiettivi personali erano più importanti della prestazione in sé e del confronto con le prestazioni di altri. Dal 2000 la motivazione a fare sport non ha più subito mutamenti comparabili a quelli avvenuti negli anni 1990 all'inizio del boom della pratica sportiva. Il confronto con le prestazioni di altri e la socialità hanno continuato a perdere importanza tra il 2000 e il 2008, ma oggi la loro rilevanza è rimasta costante rispetto a sei anni fa. Acquistano leggermente importanza la componente dell'esperienza nonché i motivi legati alla forma e all'aspetto fisico.

F 5.1: Importanza dei vari motivi (in % di tutte le persone che praticano sport)



Nota: intervistate (solo tra chi pratica sport) tra le 7887 (vivere esperienze uniche) e le 7956 persone (essere a contatto con la natura). Le cifre in parentesi indicano le quattro ragioni fondamentali in cui sono stati riassunti i vari motivi.

Salute, divertimento, forma fisica, relax e prestazione non sono in contraddizione

Va sottolineato che le diverse motivazioni sono correlate in modo positivo e non si escludono a vicenda: divertimento e prestazione, salute e competizione o forma fisica e relax non sono elementi in contraddizione. Attribuire importanza a un motivo non rende necessariamente gli altri meno rilevanti. Al contrario è possibile individuare le combinazioni più diverse di motivi,

tutti ritenuti importanti. Le risposte permettono tuttavia di delineare un modello preciso che mostra come determinati motivi siano affini tra loro. Un'analisi dei fattori permette di ridurre i motivi a quattro ragioni fondamentali che possono essere riassunte in: piacere di muoversi/staccare dalla quotidianità/vivere esperienze uniche (1), forma/salute/aspetto (2), socialità (3) e prestazione (4) (v. a tale proposito le cifre in parentesi alla figura 5.1). Considerando i dati complessivi relativi alle quattro motivazioni fondamentali, si nota che nessun motivo esclude l'altro e che prestazione e socialità sono particolarmente vicini. Al tempo stesso si osserva una leggera variazione delle ragioni fondamentali secondo sesso ed età.

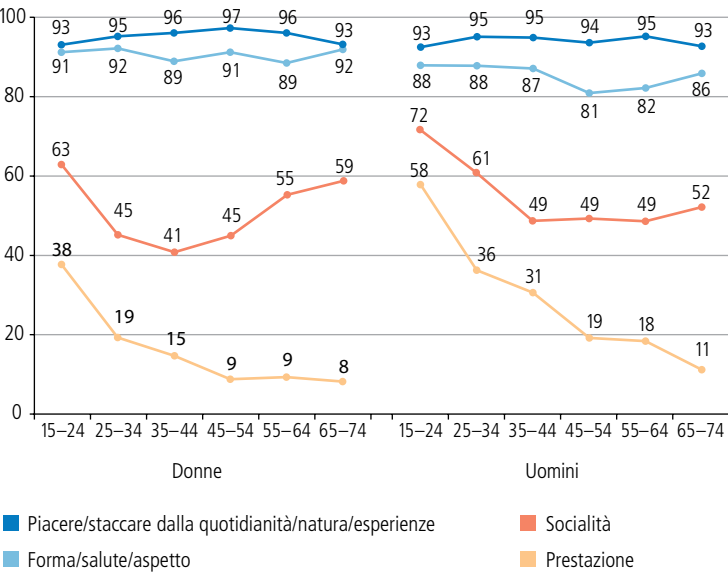
Dalla figura 5.2 emerge chiaramente come piacere/staccare dalla quotidianità/vivere esperienze uniche e forma/salute/aspetto siano motivi considerati importanti da donne e uomini di tutte le età. La socialità ha un ruolo cruciale per gli uomini e per le donne più giovani, per poi perdere rilevanza e ricominciare a guadagnare importanza a partire dai 55 anni. Gli uomini danno più importanza rispetto alle donne alla prestazione, la cui rilevanza inoltre diminuisce costantemente con l'età.

Chi pratica sport agonistico e di prestazione è particolarmente attivo

L'importanza attribuita alla prestazione non dipende solo dall'età e dal sesso, ma soprattutto dal tipo e dall'intensità dell'attività sportiva. Tra le persone molto attive infatti la percentuale di chi ritiene importante la prestazione è doppia (27 %) rispetto a quella riscontrata tra gli altri sportivi (14 %). Il dato riguardante la perdita d'importanza della prestazione può dunque essere in parte relativizzato: la prestazione e soprattutto il confronto con le prestazioni di altri sono fattori considerati importanti solo da una minoranza delle persone che praticano sport, ma chi pratica sport di prestazione è particolarmente impegnato e attivo.

Tale considerazione trova conferma osservando la tabella relativa alla partecipazione a competizioni ed eventi sportivi (v. tabella 5.1). Quasi un quarto di chi pratica sport o un sesto della popolazione complessiva prende parte a competizioni o eventi sportivi. Questo valore è leggermente superiore a quello del 2008, che tuttavia si riferiva solo alle competizioni e non agli eventi sportivi. Nella maggior parte dei casi si tratta in ogni caso di competizioni con classifica e soprat-

F 5.2: Importanza dei vari motivi secondo sesso ed età (in %)



Nota: intervistate 7951 persone (solo tra chi pratica sport).

T 5.1: Partecipazione a competizioni ed eventi sportivi

	In % di chi pratica sport	Numero di competizioni all'anno	Percentuale di donne	Età in anni	Numero ore di sport a settimana
Partecipazione a competizioni/ eventi sportivi	22,9	10,5	37	37	5,7
Nessuna partecipazione	77,1	0,0	58	46	4,0
Campionati di società/club, p. es. campionati di calcio o pallavolo	12,1	15,8	32	34	5,9
Altre competizioni con classifica come corse, triathlon, gare di rampichino, bicicletta o corsa di fondo	10,4	6,2	37	39	5,8
Eventi sportivi senza classifica come manifestazioni senza misurazione del tempo, attraversamento di laghi, slowUp	3,1	4,6	64	41	5,1

Nota: intervistate 7964 persone (solo tra chi pratica sport). Dati in percentuale o media matematica. Per il tipo di competizione erano possibili risposte multiple; per il numero di competizioni all'anno valgono tuttavia solo le competizioni relative alla categoria corrispondente.

Le persone coinvolte in competizioni sono perlopiù giovani di sesso maschile che fanno sport per circa sei ore a settimana. La percentuale di donne e l'età media sono particolarmente basse per quanto concerne i campionati di società e club. Infine, è possibile constatare che negli ultimi tempi lo sport di prestazione non ha continuato a perdere terreno e che soprattutto le manifestazioni sportive e gli eventi non legati alle società stanno divenendo sempre più interessanti per le donne e per le persone più anziane. Nelle manifestazioni sportive senza classifica la percentuale di donne è persino chiaramente superiore.

Per approfondire oltre ai motivi anche il significato dello sport, i partecipanti all'indagine online hanno ricevuto una lista di 30 termini, con il compito di segnare con una crocetta quelli per loro legati al concetto di sport. La figura 5.3 illustra la frequenza con cui sono stati scelti i vari termini. Mentre termini come salute (80 % degli intervistati), movimento (79 %) o piacere/divertimento (71 %) sono stati menzionati dalla maggioranza delle persone e almeno la metà della popolazione associa lo sport anche a forma fisica (58 %), allenamento (57 %), percezione del fisico (53 %), sforzo/sudore (52 %), relax (50 %) e cameratismo/comunità (59 %), aspetti negativi come obbligo (4 %), aggressione/violenza (5 %), truffa (6 %), corruzione/scorrettezza (8 %) o rischio (9 %) compaiono molto raramente. La maggioranza degli intervistati associa dunque al concetto di sport immagini positive, un dato che riconferma i risultati del 2000, ultimo anno in cui l'indagine ha trattato questo punto. Gli aspetti negativi non vengono menzionati con più frequenza rispetto

Grazie a un'analisi dei fattori è possibile determinare quali termini sono spesso scelti in congiunzione. Ai termini spesso citati insieme viene attribuito il medesimo colore nella figura 5.3. Ad esempio, chi lega lo sport al doping, pensa più di frequente anche a corruzione, interessi commerciali, truffa, aggressione o infortunio. Gli intervistati che associano lo sport all'allenamento, invece, menzionano più di frequente aspetti come forma fisica, prestazione, sudore, autodisciplina e aspetto. Allo stesso modo contatto con la natura, relax, salute, percezione del fisico, movimento, divertimento ed esperienze uniche da una parte così come autorealizzazione, libertà, misurarsi con i propri limiti, stile di vita e individualità dall'altra vengono spesso menzionati contestualmente. I più giovani citano con una frequenza leggermente maggiore autorealizzazione, libertà e stile di vita nonché allenamento, prestazione e forma fisica, mentre i più anziani danno un peso di poco superiore agli aspetti negativi, ma menzionano con più frequenza anche contatto con la natura, relax e salute. Quest'ultimo aspetto viene nominato con maggiore frequenza dalle donne, mentre gli uomini sottolineano di più il cameratismo e il gioco. È altresì interessante notare come il significato attribuito allo sport dagli inattivi si discosti di poco dalla concezione di chi invece pratica sport. Per questo aspetto si rimanda anche alla sezione 9. dedicata agli inattivi.

Sport Svizzera 2014 | 17

6. Discipline sportive e aspettative

La popolazione svizzera è sempre più polisportiva

Dopo le domande generiche sull'attività sportiva, gli intervistati hanno fornito informazioni più dettagliate sulle discipline sportive e sulle attività motorie praticate. Le risposte restituiscono un'immagine varia e sfaccettata del panorama sportivo svizzero. Nel complesso sono state registrate 250 discipline sportive, che spaziano dall'aerobica e l'agility fino al «platzgen» (lancio di un disco metallico, disciplina praticata nel cantone di Berna), al walking e alla zumba, passando per il monociclo e la scherma. In media, ogni persona attiva ha citato 3,8 discipline sportive. Tale valore è superiore ai dati del 2000 e del 2008 (rispettivamente 3,1 e 3,3 discipline) e mostra come la popolazione svizzera sia divenuta ancora più polisportiva. Un quarto delle persone attive pratica almeno cinque discipline sportive.

Camminate, ciclismo, nuoto e sci: i «re dello sport svizzero»

Le quattro discipline sportive menzionate con maggiore frequenza sono le camminate, il ciclismo, il nuoto e lo sci. Ciascuna è praticata da più di un terzo della popolazione svizzera (v. tabella 6.1). Dall'ultima indagine del 2008 questi «re dello sport svizzero» hanno guadagnato nettamente terreno. L'incremento delle discipline sportive cosiddette «lifetime» può essere spiegato con l'evoluzione demografica, vale a dire l'invecchiamento della popolazione complessiva, nonché con l'aumento dell'attività sportiva praticata dalle persone più anziane (v. a tale proposito la sezione 4). Un'analisi dettagliata mostra tuttavia che soprattutto lo sci, le camminate e il nuoto trovano crescente consenso anche tra i più giovani.

Anche il jogging e il fitness rientrano tra le discipline più amate e hanno visto aumentare notevolmente la loro popolarità dal 2008. Quasi un quarto della popolazione svizzera corre o fa jogging e una persona su cinque afferma di praticare fitness o una forma di aerobica. Le donne sono le principali responsabili della continuazione del boom del jogging. Il tasso di donne che pratica questo sport è aumentato del 5 % dal 2008 per attestarsi attualmente al 50 % esatto. Con una media di 40 anni, l'età di chi pratica jogging o fitness è nettamente inferiore a quella di chi fa ginnastica (53 anni). La ginnastica risulta meno popolare rispetto a sei anni fa, ma continua a rientrare tra le discipline sportive più amate ed è praticata da circa un decimo della popolazione.

Fine del boom del walking

La disciplina sportiva di squadra che gode di maggiore popolarità è il calcio che, a differenza di altre discipline sportive con la palla come pallavolo, pallacanestro e pallamano, ha fatto registrare un leggero incremento rispetto al 2008. Tra le discipline con un aumento superiore ai due punti percentuali rientrano, oltre agli sport «lifetime» già menzionati, anche la danza e lo yoga/tai chi/qi gong. A fronte dell'aumento per le discipline citate, la perdita per le altre discipline sportive è relativamente esigua. Un calo di più di mezzo punto percentuale si riscontra oltre che per la ginnastica anche per il (nordic) walking, il pattinaggio inline/pattinaggio a rotelle nonché per la pallavolo/beachvolley. Il boom del nordic walking emerso dall'indagine del 2008 è chiaramente finito.

T 6.1: Pratica delle diverse discipline sportive in Svizzera

	Citazioni (in % della popolazione)	Variazioni 2008–2014 (in %)	Frequenza della pratica (media di giorni all'anno)	Età media (in anni)	Percentuale di donne (in %)	Disciplina principale (in % della popolazione)
Camminate/escursioni in montagna	44,3	+6,9	20	49	56	7,6
Ciclismo (escluso rampichino)	38,3	+2,7	45	44	53	7,0
Nuoto	35,8	+4,2	20	44	61	3,7
Sci (escluse escursioni con sci)	35,4	+8,8	10	42	49	3,0
Jogging/corsa	23,3	+5,7	50	39	50	8,7
Fitness/aerobica	19,8	+7,2	90	41	58	9,6
Ginnastica	9,8	–2,1	45	53	73	4,1
Calcio	7,8	+0,4	45	30	11	3,2
Danza (compresa danza jazz)	7,8	+4,0	36	40	79	1,9
Walking/nordic walking	7,5	–1,3	45	52	84	2,9
Yoga/tai chi/qi gong	7,1	+3,2	45	46	88	3,0
Rampichino	6,3	+0,2	30	41	29	1,7
Tennis	5,2	+0,4	30	42	35	1,5
Snowboard (escluse escursioni con snowboard)	5,1	–0,1	10	27	44	0,3
Allenamento della forza/body building	4,9	+1,5	90	40	43	1,3
Sci di fondo	4,1	–0,4	10	50	54	0,2
Escursioni con sci/snowboard/racchette	3,9	+1,2	10	48	56	0,2
Slittino, bob	3,3	+3,1*	4	39	69	0,0
Badminton	3,2	+0,2	20	36	48	0,7
Pattinaggio inline/pattinaggio a rotelle	3,0	–0,8	12	35	53	0,2
Pallavolo/beachvolley	2,8	–0,6	40	32	57	1,1
Arti marziali/autodifesa	2,4	+0,5	52	32	31	1,3
Arrampicata/alpinismo	2,2	+0,5	15	34	42	0,5
Aqua-fitness	1,9	–0,4	45	55	97	0,8
Golf	1,8	+0,6	40	51	43	0,8
Equitazione/sport equestri	1,8	+0,1	90	34	85	1,1
Unihockey (compresi hockey su prato e hockey a rotelle)	1,7	–0,1	40	29	20	0,6
Pallacanestro	1,6	–0,1	25	28	23	0,5
Squash	1,4	+0,1	15	36	23	0,3
Pattinaggio su ghiaccio	1,3	+0,5	5	40	72	0,0
Hockey su ghiaccio	1,2	+0,2	25	33	2	0,4
Tiro	1,1	0,0	40	46	13	0,3
Vela	1,1	+0,2	20	49	20	0,2
Tennistavolo	0,9	+0,1	20	39	27	0,2
Immersioni	0,9	+0,1	15	44	30	0,2
Canottaggio	0,6	+0,1	40	44	27	0,2
Windsurf/surf/kitesurf	0,6	0,0	10	35	34	0,1
Atletica leggera	0,6	–0,2	80	34	43	0,3
Pallamano	0,3	–0,4	70	22	24	0,2
Canoismo, torrentismo	0,2	0,0	10	42	67	0,0
Altre discipline ludiche e di squadra	0,9	–0,9	45	46	30	0,4
Altre discipline sportive di avventura	1,2	+0,3	24	35	29	0,2
Altre discipline sportive di resistenza	0,6	–0,1	30	41	47	0,2
Altre discipline sportive	1,7	–0,3	30	46	29	0,4

Nota: intervistate 10 652 persone. Oltre alle risposte di chi pratica sport, nel calcolo rientrano anche i dati degli inattivi, se questi hanno citato una delle discipline sportive della lista come attività motoria da loro praticata (v. sezione 9). Le discipline sportive della lista sono in gran parte termini riassuntivi delle singole discipline menzionate. Nell'indagine «Sport Svizzera 2014» la lista riassuntiva delle discipline sportive è stata leggermente modificata. Per il confronto con il 2008 i valori di entrambe le indagini sono stati ricalcolati, mentre le preferenze di chi pratica sport non figurano più separatamente. Le variazioni che non hanno importanza a fini statistici sono riportate in grigio. *Nell'indagine 2014 i dati relativi allo slittino sono stati registrati in modo diverso e per questo motivo le citazioni risultano più numerose rispetto al 2008.

Non tutte le discipline sportive vengono praticate con la stessa frequenza. Mentre lo slittino e il pattinaggio su ghiaccio sono praticati in media quattro-cinque giorni all'anno, lo sci, lo snowboard e lo sci di fondo raggiungono i dieci giorni all'anno. Molte discipline sportive sono praticate circa una volta alla settimana; alcune come fitness/aerobica, allenamento della forza/body building o equitazione addirittura due volte.

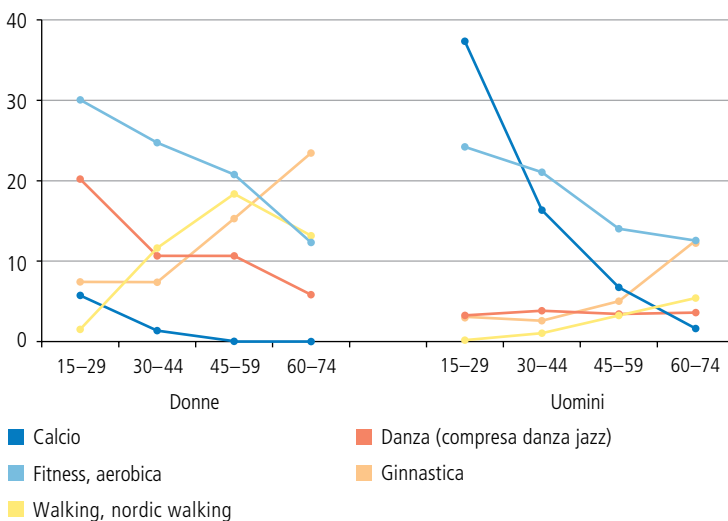
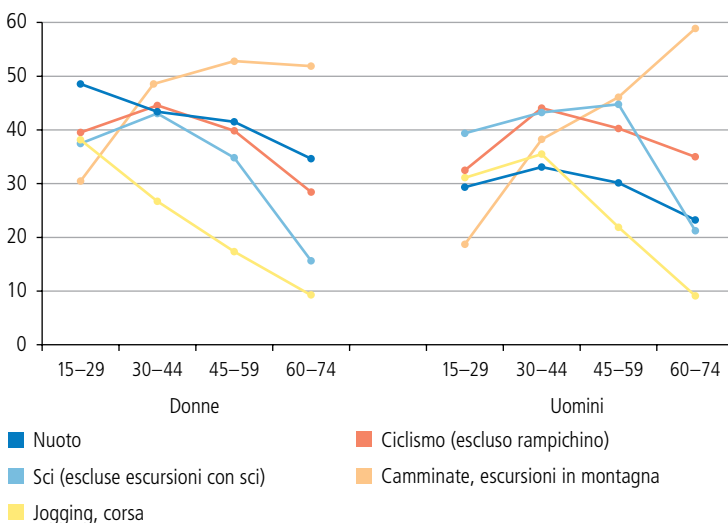
Nell'elencare le discipline sportive praticate gli intervistati dovevano indicare innanzitutto la disciplina per loro più importante. L'ultima colonna della tabella 6.1 mostra che il fitness/aerobica è citato più spesso come disciplina sportiva principale prima di jogging, camminate, ciclismo, ginnastica, nuoto e calcio.

Le discipline preferite variano secondo sesso ed età

Anche se il divario tra i sessi per quanto concerne la frequenza dell'attività sportiva è andato scomparendo negli ultimi decenni (v. sezione 4), notevoli differenze sono ancora riscontrabili nel tipo di discipline sportive praticate. La percentuale di donne che praticano aquafitness, yoga/tai chi/qi gong, equitazione e (nordic) walking supera infatti l'80 %, mentre non raggiunge il 20 % in discipline come hockey su ghiaccio, calcio e tiro. Oltre a queste discipline ve ne sono tuttavia molte altre come lo sci, il jogging o il badminton, che riescono a entusiasmare in misura simile uomini e donne.

Le discipline sportive con la palla come calcio, pallacanestro, pallamano e unihockey, ma anche lo snowboard, sono praticate soprattutto da giovani e giovani adulti. Per queste discipline sportive l'età media si situa tra i 20 e i 30 anni, senza considerare i dati relativi ai bambini di età inferiore ai 15 anni, oggetto di un rapporto separato. All'estremo opposto si trovano discipline come sci di fondo, golf, (nordic) walking, ginnastica e aquafitness, in cui l'età media dei partecipanti supera i 50 anni.

F 6.1: Discipline sportive secondo sesso ed età (persone che le praticano in %)



Nota: intervistate 10652 persone.

La figura 6.1 mostra le dieci discipline sportive più amate secondo sesso ed età. Da questi dati emergono notevoli differenze tra i sessi. Mentre il jogging fa registrare presso le donne un calo costante legato all'età, la percentuale di uomini che lo praticano raggiunge l'apice nella fascia tra i 30 e i 44 anni e solo successivamente inizia a diminuire. Le camminate sono molto popolari già tra le donne giovani, mentre tra gli uomini fanno registrare un incremento costante, per raggiungere il valore massimo nella fascia tra i 60 e i 74 anni. Per il fitness/aerobica si osserva un andamento esattamente opposto. La popolarità di questo sport diminuisce costantemente con l'età per entrambi i sessi. Il divario di sesso ed età è particolarmente accentuato per il calcio che, insieme allo sci, rientra tra le discipline preferite dagli uomini più giovani.

Le discipline sportive «lifetime» più amate sono le discipline sportive ideali più citate

Un terzo di chi pratica sport risponde in modo affermativo alla domanda se vi siano discipline sportive che intende iniziare a praticare in futuro o esercitare con maggiore frequenza. Le donne esprimono tale desiderio più spesso rispetto agli uomini (37 % contro 32 %). Complessivamente vengono menzionate 180 discipline sportive ideali. Nuoto, ciclismo, fitness/aerobica, danza e camminate guidano questa classifica e sono al tempo stesso le discipline praticate con più frequenza. Perde invece molte posizioni il walking/nordic walking, che nel 2008 occupava il quarto posto e nel 2014 si ferma al diciottesimo. Nuoto, camminate e ciclismo vengono invece citati con frequenza ancora maggiore rispetto a sei anni fa (v. tabella 6.2).

Se si confronta il numero di persone che vorrebbe iniziare a praticare una disciplina sportiva o esercitarla con più frequenza con le persone che già la praticano, lo sport con il maggior potenziale di crescita risulta essere il windsurf/surf/kitesurf. Tale risultato non è da attribuire solo all'attuale popolarità del kitesurf, ma anche alle discipline affini già consolidate (windsurf e surf), che esercitano altrettanto fascino sugli intervistati. Anche canottaggio, arti marziali, vela, immersioni e golf mostrano un notevole potenziale di crescita, anche se il dispendio di tempo e denaro fa sì che spesso il desiderio non si concretizzi.

T 6.2: Discipline sportive ideali di chi pratica sport

	Citazioni (in % di chi pratica sport)	Variazioni 2008-2014 (in %)	Età media (in anni)	Donne (in %)
Nuoto	4,4	+1,8	43	61
Ciclismo (escluso rampichino)	4,1	+1,2	48	53
Fitness/aerobica	3,7	+0,9	39	65
Danza (compresa danza jazz)	2,9	+1,0	37	88
Camminate/escursioni in montagna	2,8	+1,4	50	62
Yoga/tai chi/qi gong	2,5	+1,1	44	90
Tennis	2,4	+0,7	37	53
Sci (escluse escursioni con sci)	2,3	+0,8	41	54
Jogging/corsa	2,1	+0,6	40	69
Arti marziali/autodifesa	2,1	+0,5	29	46
Sci di fondo	1,6	+0,8	49	60
Arrampicata/alpinismo	1,6	+0,5	32	48
Ginnastica	1,2	+0,2	48	85
Golf	1,1	-0,1	48	27
Escursioni con sci/ snowboard/racchette	1,1	+0,3	45	61
Windsurf/surf/kitesurf	1,1	+0,4	37	40
Equitazione/sport equestri	1,0	+0,3	39	83
Walking/nordic walking	0,9	-1,6	53	89
Pallavolo/beachvolley	0,8	+0,1	31	75
Rampichino	0,7	+0,1	39	61
Badminton	0,7	+0,1	37	74
Vela	0,7	+0,1	43	32
Calcio	0,6	+0,1	31	17
Pattinaggio inline/ pattinaggio a rotelle	0,6	-0,3	39	44
Allenamento della forza/ body building	0,6	+0,1	37	42
Aqua-fitness	0,6	-0,2	51	93
Canottaggio	0,5	+0,1	41	51
Immersioni	0,5	+0,1	39	36
Snowboard (escluse escursioni con snowboard)	0,3	0,0	29	48
Pallacanestro	0,3	+0,2	26	35
Squash	0,3	+0,1	32	59
Unihockey (compresi hockey su prato e hockey a rotelle)	0,3	0,0	26	14

Nota: intervistate 7964 persone (solo tra chi pratica sport). Le variazioni che non hanno importanza a fini statistici sono riportate in grigio.

7. Differenze regionali

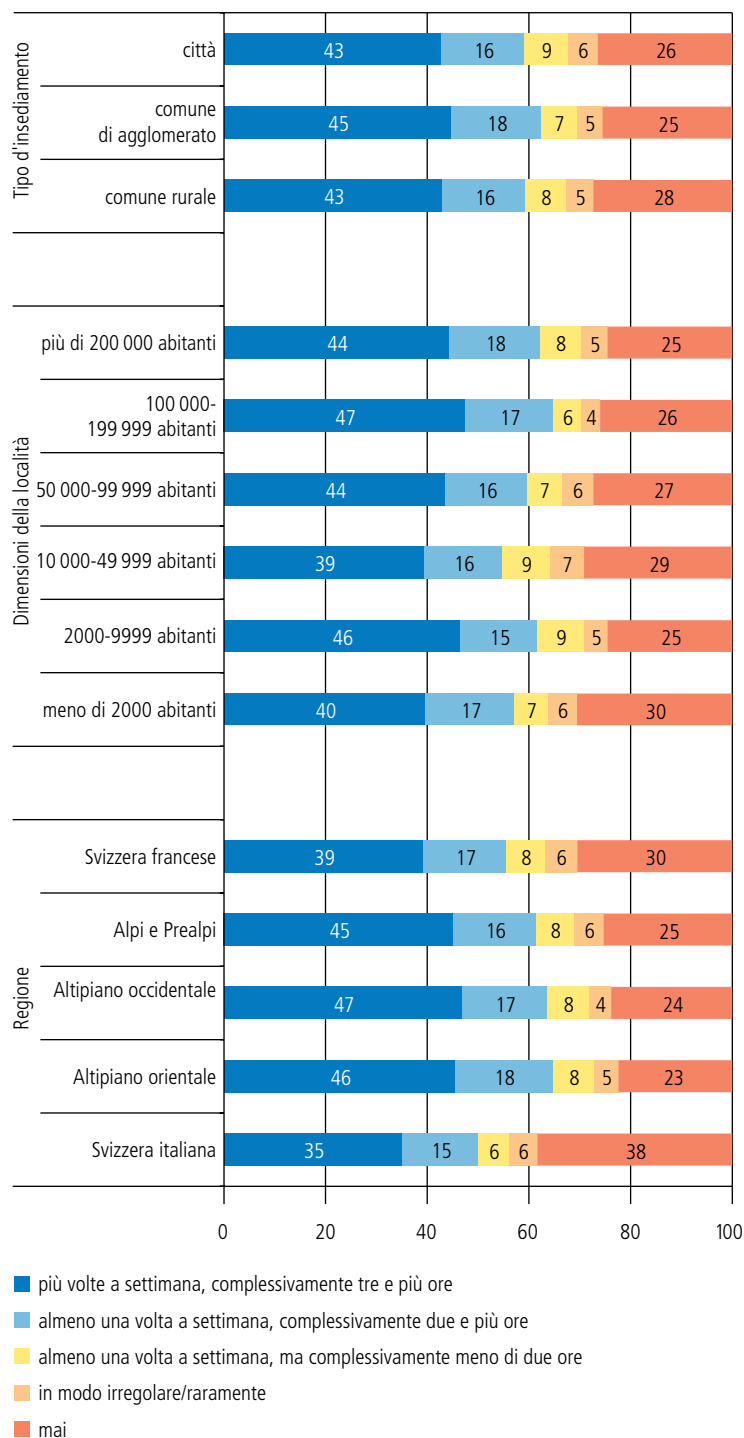
Nessuna differenza tra città e campagna nell'attività sportiva ...

Similmente all'età e al sesso, anche l'opposizione tra città e campagna non rappresenta più un fattore decisivo per spiegare le differenze nell'attività sportiva. Ad oggi nelle città si pratica tanto sport quanto nei comuni degli agglomerati o in campagna (v. figura 7.1). Se la distinzione non viene fatta secondo il tipo d'insediamento ma secondo le dimensioni della località, è possibile individuare alcune differenze che non sono tuttavia abbastanza significative da permettere di delineare un modello chiaro. A determinare le differenze non è infatti il numero di abitanti, ma sono piuttosto fattori strutturali che saranno approfonditi nella prossima sezione e che sono in parte correlati alle dimensioni della località. Nei comuni con redditi elevati infatti vi è una percentuale assai elevata di persone molto attive, mentre nei piccoli comuni agricoli gli inattivi sono molto numerosi. Il primo fenomeno si spiega con l'alta percentuale di persone con disponibilità finanziarie, il secondo con l'alta percentuale di attivi nel settore agricolo (v. figura 8.1).

... ma preferenze diverse nelle discipline sportive

Mentre l'attività sportiva della popolazione non dipende dunque dal tipo d'insediamento o dalle dimensioni della località, alcune differenze interessanti emergono se si considerano le preferenze nelle discipline sportive. Ciò significa che la quantità di sport praticato è uniforme, ma le discipline preferite sono in parte diverse. Le gare multiple, classica disciplina elvetica, guidano ovunque la classifica delle discipline sportive più praticate, anche se in campagna sono un po' più frequenti le camminate e lo sci, mentre in città si fa un po' più spesso jogging. La popolarità del ciclismo è uniforme su tutto il territorio. Chi vive in città pratica più raramente rampichino, walking ed equitazione, mentre la danza e il calcio sono più frequenti. Nei comuni degli agglomerati tennis, pallavolo e golf godono di particolare popolarità.

F 7.1: Attività sportiva secondo il tipo d'insediamento, le dimensioni della località e la regione (in % sulla popolazione residente in Svizzera di età compresa tra i 15 e i 74 anni)



Nota: intervistate 10 622 persone. I dati relativi alle dimensioni della località e al tipo d'insediamento sono basati sui dati dell'Ufficio federale di statistica. La suddivisione in regioni corrisponde alle regioni WEMF.

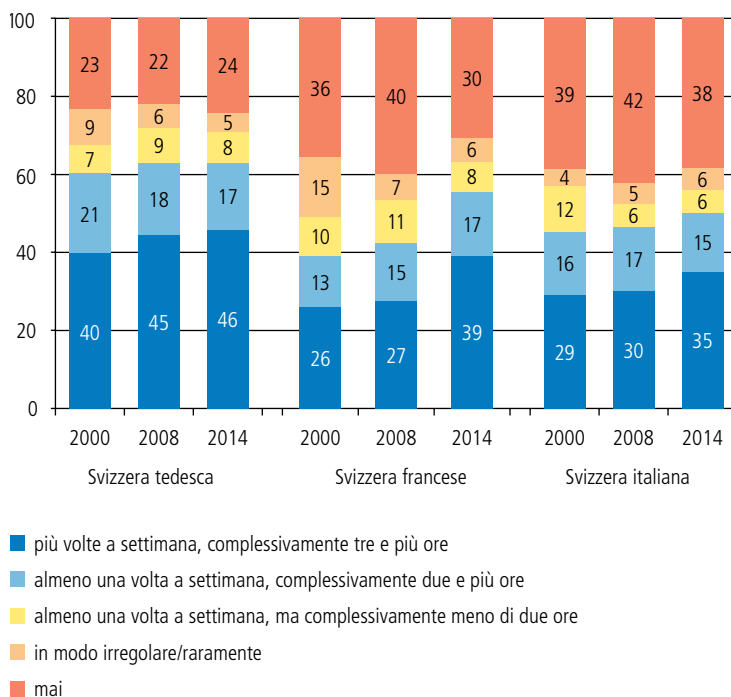
La Svizzera tedesca è la più sportiva, la Svizzera francese guadagna terreno

L'affermazione che la regione di residenza non influisce più in grande misura sull'attività sportiva vale se si considerano il tipo d'insediamento e le dimensioni della località, ma non la regione linguistica. La figura 7.1 evidenzia come nella Svizzera francese e in quella italiana la pratica sportiva sia meno frequente rispetto alle regioni della Svizzera tedesca, che restituiscono un quadro sorprendentemente omogeneo.

Le differenze tra le regioni linguistiche non sono una novità e sono state oggetto di indagini approfondite già nei rapporti «Sport Svizzera» del 2000 e del 2008. A sorprendere non è quindi la portata di tali differenze ma piuttosto la loro netta riduzione negli ultimi sei anni. La figura 7.2 mostra che soprattutto gli svizzeri francesi hanno incrementato nettamente la loro attività sportiva. La percentuale di molto attivi ha ora raggiunto il valore che la Svizzera tedesca faceva registrare nel 2000. Anche nella Svizzera italiana l'attività sportiva aumenta a un ritmo più sostenuto rispetto alla Svizzera tedesca, con una tendenza alla convergenza.

Nell'ottica dello sport è particolarmente positivo il fatto che il boom della pratica sportiva nella Svizzera francese riguardi soprattutto le donne e gli uomini più anziani, i due gruppi di popolazione che in passato hanno fatto registrare le maggiori differenze nella pratica sportiva. Ad oggi nella Svizzera francese le donne di tutte le fasce di età fanno sport con molta più frequenza rispetto al 2008 e negli uomini è per la prima volta rilevabile il tipico incremento dell'attività sportiva successivo al pensionamento.

F 7.2: Attività sportiva nelle tre regioni linguistiche dal 2000 al 2014 (in %)



Nota: intervistate 2058 persone nel 2000, 10242 nel 2008 e 10622 nel 2014.

Il ciclismo è particolarmente amato nella Svizzera tedesca

Le discipline sportive che sono in una fase di particolare boom nella Svizzera francese sono rappresentate nella tabella 7.1: camminate, sci, fitness, jogging e nuoto hanno fatto registrare un aumento superiore ai 5 punti percentuali. Il jogging, insieme allo sci, alle camminate e al fitness ha acquistato popolarità anche nella Svizzera italiana. Nonostante questa evoluzione, le tipiche discipline sportive «lifetime» come ciclismo, camminate e nuoto, ma anche jogging, walking, ginnastica, allenamento della forza/body building e snowboard sono ancora molto più praticate nella Svizzera tedesca che nella Svizzera francese e italiana.

Particolarmente accentuata è la divergenza per quanto concerne il ciclismo: nella Svizzera tedesca è praticato dal 43 % degli intervistati e gode di una popolarità simile alle camminate, mentre nella Svizzera francese e italiana si ferma al 25 %. Al contrario dello snowboard, lo sci è diffuso nella Svizzera francese più o meno quanto nella Svizzera tedesca. Tra le discipline che godono di maggiore diffusione nella Svizzera francese rispetto alla Svizzera tedesca vanno menzionati in particolare le escursioni con sci e snowboard, il rampichino e il tennis. Quest'ultimo è praticato anche nella Svizzera italiana con una frequenza leggermente superiore rispetto alla Svizzera tedesca.

T 7.1: Pratica delle varie discipline sportive secondo la regione linguistica

	Svizzera tedesca		Svizzera francese		Svizzera italiana	
	Citazioni (in % sulla popolazione)	Variazioni 2008-2014 (in %)	Citazioni (in % sulla popolazione)	Variazioni 2008-2014 (in %)	Citazioni (in % sulla popolazione)	Variazioni 2008-2014 (in %)
Camminate/escursioni in montagna	45,7	+5,4	40,6	+11,5	41,0	+5,1
Ciclismo (escluso rampichino)	43,3	+3,1	25,7	+2,5	26,6	-1,3
Nuoto	38,3	+3,5	29,7	+6,6	29,7	+1,5
Sci (escluse escursioni con sci)	36,5	+8,5	34,4	+9,9	22,6	+5,8
Jogging/corsa	26,0	+5,2	16,4	+7,1	18,0	+7,9
Fitness/aerobica	20,6	+7,3	18,5	+7,2	13,1	+5,1
Ginnastica	10,8	-2,7	7,3	-0,2	7,3	-3,9
Calcio	8,0	-0,2	7,3	+1,6	6,9	+2,6
Danza (compresa danza jazz)	8,7	+4,3	6,0	+3,4	2,7	+0,3
Walking/nordic walking	8,9	-1,5	4,3	-1,2	2,0	-0,4
Yoga/tai chi/qi gong	7,7	+4,0	5,3	+0,9	6,4	+2,1
Rampichino	5,8	-1,0	8,2	+3,1	5,1	+3,6
Tennis	4,7	+0,1	6,6	+1,1	6,0	+1,5
Snowboard (escluse escursioni con snowboard)	6,1	-0,4	2,3	+0,4	3,1	+1,6
Allenamento della forza/body building	6,2	+1,4	1,4	+1,3	2,7	+2,0
Sci di fondo	4,0	-1,0	4,7	+1,6	2,0	-1,0
Escursioni con sci/snowboard/ racchette	3,2	+0,7	6,6	+2,8	1,8	+0,7
Slittino/bob	4,1	+3,8*	1,5	+1,5*	0,2	0,0
Badminton	3,1	+0,4	3,9	-0,7	0,4	+0,4
Pattinaggio inline/pattinaggio a rotelle	3,6	-1,1	1,7	+0,3	0,2	-0,9
Pallavolo/beachvolley	3,4	-0,4	1,6	-1,1	0,2	-1,1

	Svizzera tedesca		Svizzera francese		Svizzera italiana	
	Citazioni (in % sulla popolazione)	Variazioni 2008-2014 (in %)	Citazioni (in % sulla popolazione)	Variazioni 2008-2014 (in %)	Citazioni (in % sulla popolazione)	Variazioni 2008-2014 (in %)
Arrampicata/alpinismo	2,4	+0,3	2,6	+1,2	1,8	+0,7
Aqua-fitness	2,3	+0,7	2,2	+0,3	0,9	-0,6
Golf	1,7	-0,5	2,5	0,0	2,0	+0,1
Equitazione/sport equestri	1,8	+0,3	2,1	+1,4	1,3	+0,9
Unihockey (compresi hockey su prato e hockey a rotelle)	1,9	0,0	1,9	+0,2	1,3	+0,3
Pallacanestro	2,0	-0,1	0,7	0,0	0,9	0,0
Squash	1,6	-0,2	1,8	0,0	1,3	+0,9
Pattinaggio su ghiaccio	1,5	+0,2	1,4	-0,1	0,7	0,0
Hockey su ghiaccio	1,3	+0,6	1,1	+0,2	1,8	+0,5
Tiro	1,4	+0,3	0,8	0,0	0,7	-0,4
Vela	1,3	0,0	0,8	+0,1	0,7	-0,4
Tennistavolo	1,1	+0,2	1,0	+0,1	1,1	+0,5
Immersioni	1,0	+0,2	0,8	-0,3	0,9	+0,2
Canottaggio	0,9	0,0	0,9	+0,5	0,2	-0,6
Windsurf/surf/kitesurf	0,7	+0,1	0,2	-0,1	0,2	0,0
Atletica leggera	0,6	+0,1	0,4	+0,1	0,2	0,0
Pallamano	0,6	-0,2	0,4	0,0	0,0	-0,9
Canoismo/torrentismo	0,4	-0,5	0,2	0,0	0,2	0,0
Altre discipline ludiche e di squadra	0,2	0,0	0,1	+0,1	0,0	-0,2
Altre discipline sportive di avventura	0,9	-1,0	0,9	-0,4	1,3	0,0
Altre discipline sportive di resistenza	1,2	+0,1	1,4	+0,8	0,7	+0,2
Altre discipline sportive	0,7	+0,1	0,5	-0,6	0,4	-0,4
Autres sports	1,9	-0,1	1,3	-0,5	0,7	-1,9

Nota: intervistate 7995 persone nella Svizzera tedesca, 2065 nella Svizzera francese e 592 nella Svizzera italiana. Oltre alle risposte di chi pratica sport, nel calcolo rientrano anche i dati degli inattivi, se questi hanno citato una delle discipline sportive della lista come attività motoria da loro praticata (v. sezione 9). Le discipline sportive della lista sono in gran parte termini riassuntivi delle singole discipline menzionate. Nell'indagine «Sport Svizzera 2014» la lista riassuntiva delle discipline sportive è stata leggermente modificata. Per il confronto con il 2008 i valori di entrambe le indagini sono stati ricalcolati. Le variazioni nella Svizzera italiana tra il 2008 e il 2014 non sono statisticamente significative a causa del campione ridotto e devono essere interpretate con cautela (v. sezione 18). Le variazioni che non hanno importanza a fini statistici sono riportate in grigio.

*Nell'indagine 2014 i dati relativi allo slittino sono stati registrati in modo diverso e per questo motivo le citazioni risultano più numerose rispetto al 2008. Différences sociales.

8. Differenze sociali

L'attività sportiva dipende dalla posizione sociale

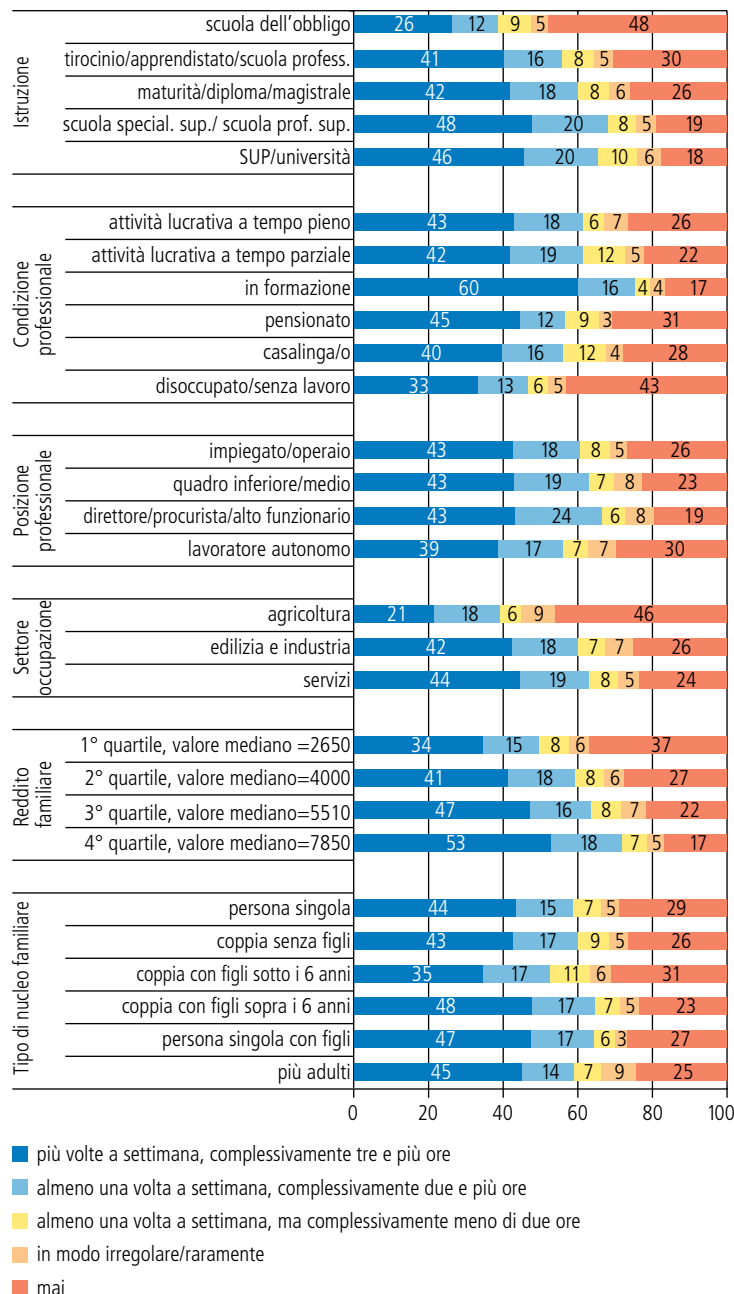
Nonostante negli ultimi decenni il panorama sportivo sia divenuto più aperto e ampio, differenze sono tuttora riscontrabili tra i gruppi di popolazione per quanto concerne soprattutto le modalità e la quantità dell'attività sportiva. Mentre le differenze sociodemografiche tra sessi, fasce di età e regioni si sono nettamente ridotte, quelle di tipo socio-economico sono più difficili da appianare.

La figura 8.1 mostra come l'attività sportiva subisca variazioni secondo istruzione, condizione e posizione professionale, settore occupazionale, reddito familiare e condizioni di vita. Per quanto concerne l'istruzione, è particolarmente degno di nota il dato relativo alle persone che non hanno proseguito la formazione dopo la scuola dell'obbligo: la metà di queste persone rientra nel gruppo degli inattivi. L'inattività diminuisce progressivamente all'aumentare del livello di formazione, senza più differenze tra scuole universitarie professionali e università.

Le condizioni professionali e di vita influenzano il comportamento sportivo

Le persone ancora in formazione si distinguono per un'attività sportiva particolarmente intensa dovuta anche, ma non solo, alla loro giovane età, mentre i pensionati sono spesso molto attivi oppure inattivi. Nelle casalinghe e nei casalinghi (la forma maschile è quasi superflua in quanto si tratta nel 98 % dei casi di donne) il fattore che determina un'attività sportiva inferiore alla media è la presenza in casa di figli sotto i sei anni. In tal caso infatti gli inattivi sono più di un terzo degli intervistati (35 %), mentre nelle famiglie senza figli o con figli maggiori di sei anni la percentuale di inattivi scende al 25 % (v. a tale proposito anche la sezione 4). Il 3 % degli intervistati è disoccupato. In questo gruppo di persone l'attività sportiva è particolarmente limitata quando la disoccupazione è determinata anche da motivi di salute (54 % di inattivi). L'attività sportiva degli altri disoccupati è comparabile invece a quella dei pensionati.

F 8.1: Attività sportiva secondo istruzione, condizione professionale, posizione professionale, settore occupazionale, reddito familiare e tipo di nucleo familiare (in %)



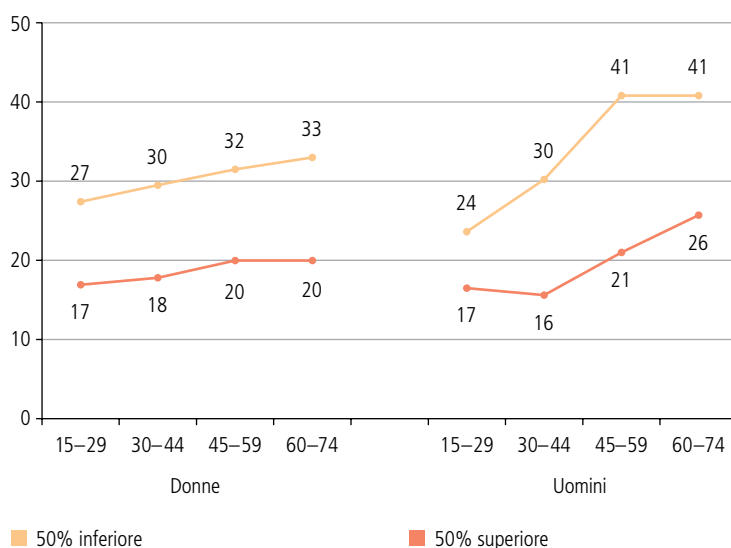
Nota: istruzione: livello di formazione raggiunto o attualmente frequentato, solo persone di età superiore ai 24 anni, n=7982; condizione professionale: n=10581; posizione professionale e settore occupazionale: solo persone che esercitano un'attività lucrativa, n= 5709 e 6352; reddito familiare (netto mensile, in CHF): il reddito familiare equivalente indica quanto denaro ha a disposizione ciascun membro della famiglia. I quartili definiscono quattro gruppi di reddito: il primo quartile comprende il 25 % delle persone con il reddito più basso, il secondo quartile il 25 % successivo ecc, n=7949; tipo di nucleo familiare: n=10597.

La posizione professionale influisce soprattutto sulla percentuale di inattivi: più elevata è la posizione sul lavoro, più tale percentuale si riduce. I lavoratori autonomi sono quelli che praticano meno attività sportiva: in particolare il tasso di inattivi è del 33 % tra i lavoratori autonomi senza impiegati e sale addirittura al 47 % per chi collabora ad un'azienda della propria famiglia. Ancora più importante della posizione professionale è tuttavia il settore occupazionale. Chi è attivo nel settore primario (agricoltura) pratica meno sport rispetto agli occupati dei settori secondario e terziario. La relazione tra l'attività sportiva e il reddito familiare è particolarmente evidente e lineare: l'incremento del reddito determina una maggiore attività sportiva.

Reddito familiare come principale fattore d'influenza

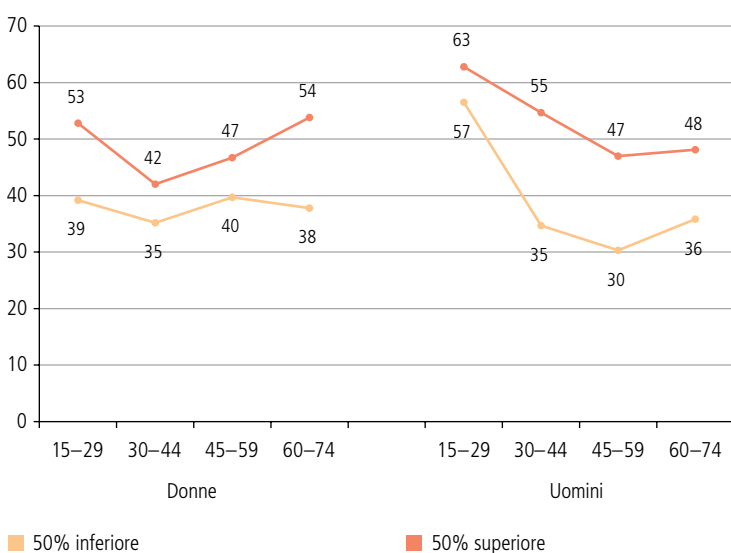
Tenendo conto del fatto che i diversi effetti di istruzione, professione, reddito e condizioni di vita, ma anche di sesso ed età, si sovrappongono rafforzandosi e in parte compensandosi, e provando quindi con l'aiuto di un complesso metodo statistico (analisi multivariata della varianza) a estrapolare i fattori d'influenza decisivi, il reddito familiare risulta essere il fattore più importante e precede anche l'istruzione. Le figure 8.2 e 8.3 illustrano queste correlazioni. Indipendentemente dal sesso e dall'età, le persone con un reddito familiare sopra la media sono più attive rispetto a chi ha un reddito inferiore alla media. La percentuale di inattivi è nettamente superiore tra le donne e gli uomini di tutte le fasce di età con un reddito inferiore alla media. Tra gli uomini dai 30 ai 59 anni la percentuale di inattivi è quasi doppia. Il medesimo effetto si verifica anche tra i molto attivi, con alcune divergenze degne di nota: le differenze di reddito hanno l'influenza maggiore tra le donne più giovani e più anziane, nonché tra gli uomini nelle fasce di età centrali. Ciò significa che il calo dovuto all'età anagrafica e il successivo incremento dell'attività sportiva è evidente soprattutto tra le donne più benestanti, mentre il modello tipico per gli uomini mostra un vistoso calo fino ai 60 anni e un aumento dopo il pensionamento tra gli uomini meno benestanti.

F 8.2: Percentuale di inattivi nella fascia di reddito familiare superiore e inferiore secondo sesso ed età (in %)



Nota: reddito familiare equivalente; intervistate 7949 persone.

F 8.3: Numero dei molto attivi nella fascia di reddito familiare superiore e inferiore secondo sesso ed età (in %)



Nota: reddito familiare equivalente; intervistate 7949 persone.

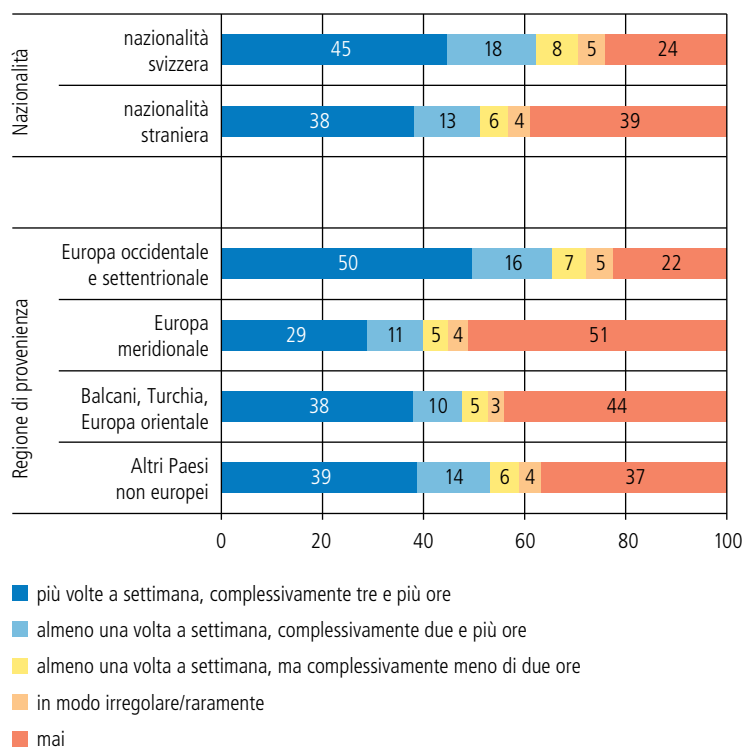
Il reddito familiare influisce notevolmente anche sulla scelta della disciplina sportiva. Il numero di persone che pratica le discipline sportive indicate di seguito è quasi doppio tra chi ha un reddito superiore alla media rispetto a chi ha un reddito inferiore alla media: golf (fattore 2,8), vela (2,6), immersioni (2,6), tennis (2,2), squash (2,2) e canottaggio (2,2). Sci e jogging sono invece le discipline sportive «lifetime» in cui il reddito ha l'influsso più marcato. Per contro, le discipline sportive come ginnastica, slittino e tiro sono praticate con più frequenza da persone con un reddito inferiore alla media.

La nazionalità influisce sull'attività sportiva

Un altro importante fattore che influenza l'attività sportiva è la nazionalità. Gli svizzeri e le svizzere praticano molto più sport rispetto agli stranieri e alle straniere che vivono in Svizzera. Mentre tra la popolazione indigena gli inattivi sono un quarto del totale, questa categoria raggiunge i due quinti tra gli stranieri residenti in Svizzera. Tuttavia, osservando in dettaglio i Paesi di provenienza, emergono marcate differenze tra la popolazione di immigrati. Chi proviene dall'Europa occidentale e settentrionale è addirittura più attivo degli svizzeri stessi, mentre i dati relativi agli immigrati provenienti da Balcani, Turchia ed Europa orientale nonché soprattutto dall'Europa meridionale mostrano un'attività sportiva nettamente inferiore.

Si può supporre che dietro alle differenze legate alla nazionalità si nasconda anche l'influenza dovuta a istruzione, professione e reddito rappresentata nella figura 8.1. Ciò significherebbe che gli immigrati provenienti dall'Europa meridionale non praticano meno sport in ragione della loro provenienza geografica, ma a causa di una posizione inferiore a livello di istruzione, professione e reddito. Considerando le diverse situazioni sociali delle varie nazionalità con l'aiuto di complessi metodi statistici (analisi multivariata della varianza), le differenze tra gli svizzeri e gli immigrati dell'Europa occidentale e settentrionale scompaiono, mentre quelle tra svizzeri e immigrati provenienti da Balcani, Turchia ed Europa meridionale e orientale restano sostanzialmente presenti, seppur in misura ridotta.

F 8.4: Attività sportiva secondo nazionalità e regione di provenienza (in %)



Nota: nazionalità n=10614; regione di provenienza, solo persone di nazionalità straniera n=2965.

Più lungo è il soggiorno più il comportamento sportivo si allinea a quello svizzero

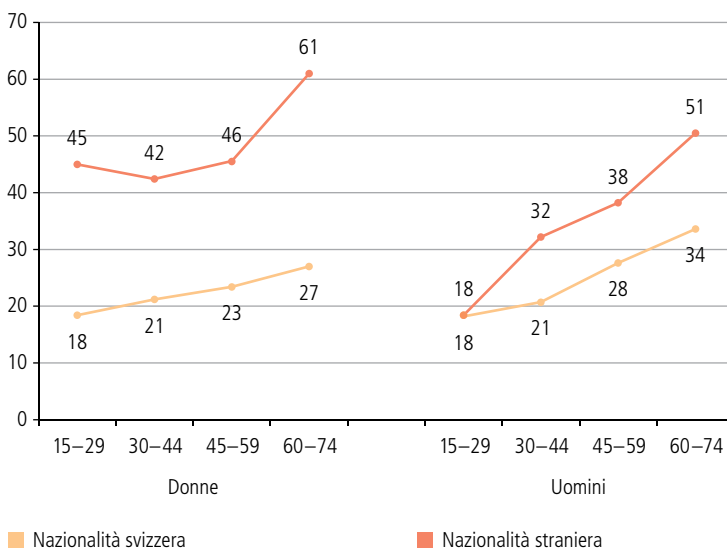
Le divergenze nel comportamento sportivo non rispecchiano dunque solo le differenze socioeconomiche, ma anche quelle culturali tra le regioni di provenienza. Come mostra il confronto con l'Europa alla figura 2.3, nei Paesi di provenienza a sud e a est della Svizzera si pratica meno sport. Particolarmente interessante è notare come queste differenze nella «cultura sportiva» si affievoliscano con il soggiorno in Svizzera. Gli immigrati che vivono in Svizzera da molti anni e sono già naturalizzati si avvicinano sempre più al comportamento sportivo della popolazione indigena. L'attività sportiva dei doppi cittadini non è molto diversa da quella della popolazione indigena, fatta eccezione per una percentuale leggermente superiore di inattivi tra gli immigrati naturalizzati provenienti da Balcani, Turchia ed Europa orientale, nonché in misura minore dall'Europa meridionale.

Notevoli differenze tra i sessi nella popolazione immigrata

Un'osservazione differenziata dell'attività sportiva della popolazione residente straniera deve considerare un fattore particolarmente importante: il sesso. Mentre le divergenze nell'attività sportiva di svizzeri e svizzere si sono in gran parte appianate negli ultimi 20 anni (v. sezione 4), la differenza tra i sessi gioca tuttora un ruolo determinante nella popolazione residente straniera. In tutti i gruppi di età l'attività sportiva delle donne straniere è nettamente inferiore a quella degli uomini stranieri e tra questi ultimi la percentuale di molto attivi tra i più giovani si discosta di poco da quella degli uomini svizzeri. La percentuale di persone inattive tra le donne straniere è invece quasi doppia rispetto a quella delle donne svizzere. Degna di nota è inoltre la bassa percentuale di donne molto attive tra le straniere più giovani. Le differenze sarebbero ancora più marcate prendendo in considerazione come regioni di provenienza solamente Balcani, Turchia ed Europa orientale e meridionale. In tale segmento la percentuale delle molto attive tra le più giovani si ferma al 22 % e quella delle inattive raggiunge il 55 %, mentre i coetanei maschi mostrano un'attività sportiva simile agli uomini svizzeri.

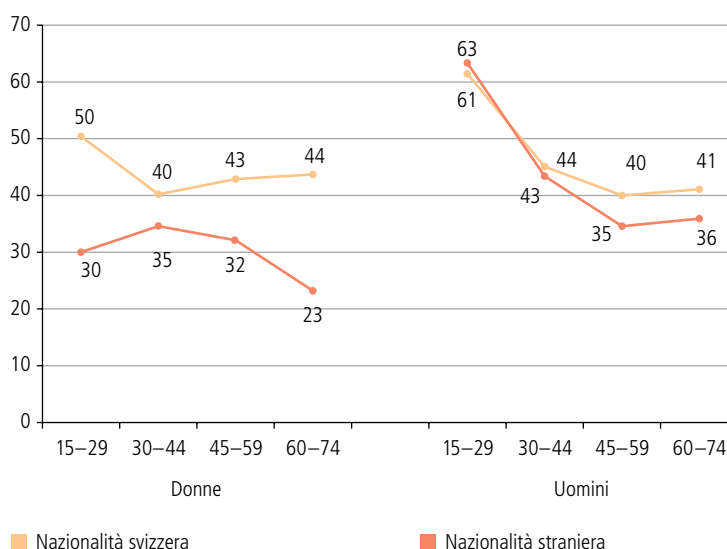
Analogamente al reddito anche la nazionalità influenza la scelta della disciplina sportiva. Le discipline sportive praticate da una percentuale particolarmente bassa di stranieri sono: tiro, hockey su ghiaccio e unihockey nonché in misura minore pallavolo, walking, aquafitness, ginnastica, sci alpino, escursioni con sci e corsa di fondo. Un numero superiore alla media di persone con nazionalità straniera pratica invece il calcio e, in misura minore, le arti marziali e la pallacanestro.

F 8.5: Percentuale di inattivi secondo nazionalità, sesso ed età (in %)



Nota: intervistate 10 614 persone.

F 8.6: Percentuale di molto attivi secondo nazionalità, sesso ed età (in %)



Nota: intervistate 10 614 persone.

9. Gli inattivi

I fattori sociali tra le cause dell'inattività fisica

Un quarto abbondante della popolazione residente in Svizzera può essere definito inattivo. Si tratta di persone che dichiarano di non praticare sport (v. sezione 2). La quota di inattivi tra donne e uomini è praticamente la stessa; tuttavia, mentre tra le donne sono più che altro le giovani a non praticare sport, tra gli uomini la percentuale aumenta dopo i 50 anni (v. figura 4.3). Nonostante ciò l'età non risulta essere il fattore più rilevante. Più che con l'età, l'inattività fisica mostra una correlazione più stretta con fattori sociali quali l'istruzione, il reddito familiare e la nazionalità che non con l'età (v. sezione 8). Le persone con un basso livello di istruzione, un reddito inferiore alla media o di nazionalità straniera rientrano tendenzialmente tra gli inattivi. Le generalizzazioni portano a semplificare il fenomeno, restituendone un'immagine inadeguata: la maggior parte degli inattivi sono svizzeri appartenenti all'ampio ceto medio.

Lo sport ha un'immagine positiva anche per chi non lo pratica

Negli ultimi 15 anni non ci sono stati grossi cambiamenti né per quanto riguarda la percentuale degli inattivi né per quanto riguarda il loro profilo sociale. Sarebbe tuttavia errato desumerne che un quarto della popolazione non prova alcun interesse per lo sport e che questa situazione non si può cambiare. A uno sguardo più attento, le esperienze, i motivi e i desideri degli inattivi dimostrano che non si tratta assolutamente di pigri incorreggibili che hanno fatto dell'inattività fisica uno stile di vita.

Gli inattivi non hanno un'immagine dello sport molto diversa da quella degli sportivi (v. sezione 5). Rispetto agli sportivi, le persone che non fanno attività fisica associano meno frequentemente lo sport a idee quali contatto con la natura, rilassamento, piacere, percezione del proprio corpo, salute e libertà; lo mettono più spesso in relazione alla sua commercializzazione, al doping o a infortuni. Tuttavia, anche per gli inattivi lo sport significa soprattutto divertimento, salute e movimento (v. figura 9.1). Per descrivere lo sport gli inattivi usano termini negativi quali dovere, violenza, truffa o corruzione più frequentemente degli sportivi, ma comunque in un numero molto limitato di casi.

Circa due terzi degli inattivi (71 %) hanno praticato sport anche al di fuori dell'educazione fisica a scuola, nella stragrande maggioranza dei casi (92 %) in modo regolare, ovvero almeno una volta alla settimana. Sul totale degli inattivi, due quinti sono stati iscritti in almeno una società sportiva; la metà dei quali addirittura in più di una società. Le risposte sulla biografia sportiva confermano queste cifre. Un quarto abbondante degli inattivi dichiara di non aver mai fatto (molto) sport. La metà circa ha alle spalle un periodo di vera e propria attività sportiva, mentre poco meno di un quarto afferma di praticato sport in modo discontinuo, a seconda del momento.

Le esperienze fatte nella pratica sportiva sono state nella maggior parte dei casi positive. Solo il 5 % ha fatto esperienze negative; l'11 % ha fatto esperienze sia positive che negative e, rievocandole, prova sentimenti contrastanti. Il restante 84 % degli inattivi parla delle proprie esperienze sportive in termini positivi.

F 9.1: Idee che gli inattivi associano allo sport



Nota: intervistate 1809 persone (inattivi, sondaggio online). La nuvola rappresenta le parole chiave in base alla frequenza con cui sono state utilizzate. Uno stesso colore indica, sulla base di un'analisi fattoriale, parole che sono state spesso associate.

Esperienze positive sono state fatte soprattutto nell'ambito delle società (52 %), dello sport non organizzato (27 %) e a scuola (25 %). Allo stesso tempo, le ore di educazione fisica sono anche il contesto che più frequentemente evoca cattivi ricordi (57 %). Alcune persone rievocano malvolentieri anche le esperienze con le società (18 %). Lo sport non organizzato, lo sport scolastico facoltativo e lo sport praticato con la famiglia, nei centri di fitness o presso altri operatori privati, così come gli venti sportivi, hanno dato adito a esperienze negative solo in casi sporadici. Più della metà (55 %) degli inattivi che non hanno mai praticato sport al di fuori della scuola ha un ricordo positivo delle ore di educazione fisica. Il 17 % ha fatto esperienze sia positive che negative, una stessa percentuale esperienze solo negative e l'11 % non ha fatto educazione fisica. Rientrano in quest'ultima categoria soprattutto donne anziane con un basso livello di istruzione e un passato migratorio.

Tra le cause di cattive esperienze nella pratica dello sport a scuola, nelle società o in altri contesti, quella citata più frequentemente sono i «cattivi» insegnanti o allenatori; seguono infortuni, un'eccessiva pressione per ottenere prestazioni di rilievo e un cattivo rapporto con i compagni. In altri casi gli intervistati affermano che semplicemente non piaceva loro la disciplina o l'allenamento oppure che non riuscivano a svolgere gli esercizi richiesti.

L'inattività fisica non è uno stile di vita

I motivi addotti per l'inattività fisica (v. tabella 9.1) confermano il fatto che chi non pratica sport non lo fa per avversione, quanto principalmente per mancanza di tempo. Questo problema ricorre anche in affermazioni quali «eccessivo carico di lavoro», «orari di lavoro non adeguati, troppo lunghi» o «il tempo per lo sport va a scapito della famiglia». Un gruppo di entità più ridotta afferma di non praticare sport perché è un'attività che non piace, che non è congeniale o per cui si è in età troppo avanzata oppure perché si hanno altri interessi. Anche i motivi di salute o gli eventuali infortuni subito influiscono sull'inattività. Infine, una parte degli intervistati dichiara di muoversi a sufficienza anche senza praticare sport e di svolgere altre attività motorie. È particolarmente rilevante il fatto che, nell'indicare le cause dell'inattività, gli intervistati non fanno quasi mai riferimento al lato dell'offerta: mancanza di offerte adeguate, impianti sportivi difficili da raggiungere oppure orari di apertura non adeguati sono menzionati solo in casi sporadici.

Alla luce di questi dati, non stupisce che gli inattivi non sono semplicemente pigri convinti. Confrontando il comportamento degli inattivi con le ultime raccomandazioni sul movimento, ne risulta che il 66 % raggiunge la quantità minima di movimento raccomandata semplicemente lavorando e svolgendo le proprie attività quotidiane (v. figura 3.4). La tabella 9.2 mostra come tra queste attività motorie rientrino anche attività che possono essere definite «sportive». Un inattivo su tre intraprende di tanto in tanto una camminata, all'incirca uno su quattro va sporadicamente in piscina o in bicicletta e uno su cinque è uno sciatore occasionale. Gli inattivi praticano anche altre attività motorie di tipo sportivo, per esempio passeggiare con il cane, ballare, correre e pattinare, ma non con un'intensità o frequenza intensità tali da definirle «sport».

T 9.1: Motivi dell'inattività

	in % su tutti gli inattivi
Mancanza di tempo	40,3
Nessuna voglia, non mi piace fare sport	18,2
Motivi di salute	18,2
Faccio abbastanza movimento, sono abbastanza in forma	9,4
Carico di lavoro, mi sento troppo stanco	7,7
Ho altri interessi	4,9
Orari di lavoro non adeguati, troppo lunghi	8,9
Svolgo altre attività motorie	3,8
Il tempo per lo sport va a scapito della famiglia	3,4
Lo sport non fa per me, non mi fa bene	2,7
Troppo vecchio	3,2
Ho smesso di fare sport a seguito di un infortunio	2,0
Motivi finanziari, lo sport per me è troppo caro	1,5
Nessuna offerta adeguata	0,5
Cattivi ricordi/cattive esperienze	0,1
Tragitto per recarsi al lavoro troppo lungo	0,5
Orari di apertura non adeguati, impianti sportivi difficili da raggiungere	0,5
Altri motivi	7,0

Nota: intervistate 2687 persone (inattivi). Gli intervistati avevano la possibilità di indicare più risposte; la somma dei valori pertanto non arriva al 100 %.

T 9.2: Sport e attività motorie svolte dagli inattivi

	Menzionato dal (% di tutti gli inattivi)	Età media (in anni)	Donne (in %)
Camminate/escursioni in montagna	37,6	50	52
Nuoto	26,8	44	59
Ciclismo (escluso rampichino)	26,7	44	49
Sci (escluso sci escursionismo)	20,9	41	41
Camminare (con il cane)	9,6	49	60
Ballo (compresa danza jazz)	6,4	42	75
Jogging/corsa	5,4	37	53
Slittino/bob	4,0	39	61
Calcio	2,9	31	9
Allenamento del fitness/aerobica	2,5	48	65
Snowboard (escluso escursionismo)	2,2	25	43
Walking/nordic walking	1,9	51	79
Rampichino	1,7	38	17
Sci di fondo	1,3	53	27
Escursionismo con sci/snowboard/racchette	1,0	48	34
Pattinaggio inline/pattinaggio a rotelle	1,0	32	54

Nota: intervistate 2687 persone (inattivi). Sono riportati tutti gli sport e le attività fisiche menzionate da almeno l'1 % degli inattivi.

I due quinti degli inattivi vorrebbero fare sport (di nuovo)

Molti inattivi vorrebbero riuscire a praticare queste attività più spesso e in modo più mirato, come dimostra anche il fatto che il 38 % degli inattivi desidera ricominciare a praticare sport o altre attività motorie, un valore che corrisponde a quello del 2008. Il 29 % degli inattivi potrebbe addirittura prendere in considerazione l'idea di (re)iscriversi a una società sportiva. Gli sport a cui gli inattivi vorrebbero dedicarsi non sono particolarmente strani, né tanto meno cari o di prestigio: sulla «lista dei desideri» figurano le comuni discipline sportive cosiddette «lifetime» come nuoto, allenamento del fitness, bicicletta, camminate, jogging, ballo, yoga, ginnastica e sci, tutte attività motorie già frequentemente praticate dagli inattivi (v. tabella 9.3). I motivi che impediscono agli inattivi di intraprendere subito queste attività risiedono più nella loro situazione personale che non nell'offerta. La metà circa afferma che dovrebbe semplicemente avere più tempo o meno impegni lavorativi o familiari e un quinto dichiara che dovrebbe essere in condizioni di salute migliori. Infine, per il 10 % circa degli inattivi sarebbe più facile cominciare a fare esercizio se motivati da un amico. Altri motivi, come costi troppo elevati, mancanza di offerte adeguate, necessità di avere obiettivi definiti e raccomandazioni mediche, sono di secondaria importanza.

Il desiderio di ricominciare a fare sport diminuisce col progredire dell'età; lo avvertono in modo un po' più marcato le donne, le persone con un grado di istruzione medio o elevato e gli stranieri: circa il 60 % delle donne di nazionalità straniera vorrebbe cominciare a praticare uno sport.

T 9.3: Sport e attività motorie svolte dagli inattivi

	Menzionato dal (% di tutti gli inattivi)	Età media (in anni)	Donne (in %)
Nuoto	7,3	45	66
Allenamento del fitness/ aerobica	7,1	39	70
Ciclismo (escluso rampichino)	5,8	47	52
Camminate/escursioni in montagna	4,6	52	62
Jogging/corsa	3,2	37	53
Ballo (compresa danza jazz)	2,9	36	94
Yoga/tai chi/qi gong	2,9	42	95
Ginnastica	2,7	54	81
Sci(escluso sci escursionismo)	2,4	44	34
Tennis	1,8	38	49
Arti marziali/autodifesa	1,6	28	43
Calcio	1,5	35	16
Walking/nordic walking	1,3	47	86
Allenamento della forza	1,0	44	18

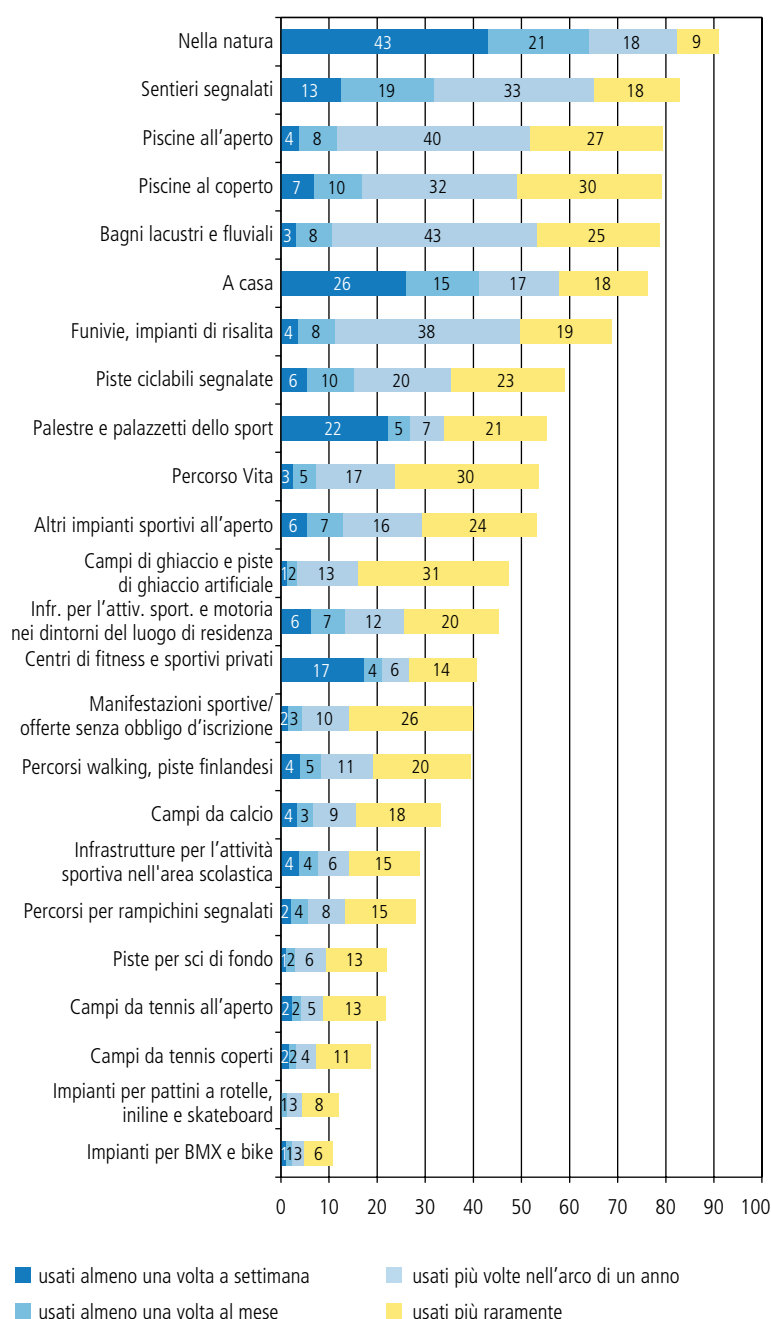
Nota: intervistate 2687 persone (inattivi). Sono riportati tutti gli sport e le attività fisiche menzionate da almeno l'1 % degli inattivi.

10. Luoghi e orari della pratica sportiva

Sentieri e piscine sono le infrastrutture usate più spesso, palestre e palazzetti dello sport quelle frequentate con maggiore regolarità

La maggior parte delle attività sportive necessita di un'infrastruttura. Per avere più informazioni sulla fruizione delle infrastrutture è stato presentato a tutti gli intervistati del sondaggio online un elenco su cui dovevano indicare con quale frequenza usano vari impianti e luoghi per fare sport e attività motorie (v. figura 10.1). La pratica sportiva si svolge soprattutto all'aria aperta, un risultato che non stupisce, in quanto l'infrastruttura necessaria per gli sport «lifetime» più popolari (camminate, bicicletta, sci, walking e nordic walking, jogging) è la natura stessa. All'aperto si trova anche la seconda infrastruttura più fruita (da oltre l'80 % della popolazione svizzera): i sentieri segnalati, che rivestono un ruolo centrale per la pratica sportiva nella natura. L'80 % circa utilizza le piscine coperte e all'aperto, sebbene in modo decisamente più sporadico che non i sentieri. I tre quarti della popolazione svizzera fanno sport a casa almeno di tanto in tanto; un quarto addirittura più volte alla settimana. Dal punto di vista della regolarità dell'utilizzazione hanno una grande importanza le palestre e i palazzetti dello sport, così come i centri di fitness o i centri sportivi privati. In Svizzera, una persona su cinque d'età compresa tra i 15 e i 74 anni si reca almeno una volta alla settimana in palestra o in un palazzetto dello sport e una su sei in un centro di fitness o centro sportivo privato.

F 10.1: Luoghi e fruizione delle infrastrutture sportive (in percentuale sulla popolazione svizzera d'età compresa tra i 15 e i 74 anni)



Nota: intervistate 6686 persone (sondaggio online).

T 10.1: Luogo in cui si trovano le infrastrutture sportive utilizzate (selezione, percentuale di tutti gli utenti dell'infrastruttura)

	Nel comune di domicilio	Nelle immediate vicinanze	In un altro luogo	Varia
Palestre e palazzetti dello sport	44	36	11	17
Campi da calcio	40	35	9	26
Campi da tennis all'aperto	29	38	16	23
Campi da tennis coperti	20	41	18	26
Piscine coperte	24	48	16	20
Piscine all'aperto	29	44	14	23
Centri di fitness e centri sportivi privati	32	45	15	12

Nota: risposte alla domanda: «Di norma, dove usa quest'infrastruttura?». Gli intervistati avevano la possibilità di indicare più risposte; la somma dei valori pertanto non arriva al 100 %. Il numero degli intervistati varia da 1511 a 5517 a seconda dell'infrastruttura.

T 10.2: Momento della giornata in cui si pratica sport (percentuale di tutte le persone attive)

	Tutti	Uomini	Donne
La mattina presto	9	9	8
La mattina	28	35	20
Sul mezzogiorno	10	9	11
Il pomeriggio	26	27	26
La sera	56	53	60
Di notte	1	1	1
Dipende, varia	10	9	10

Nota: risposte di tutte le persone che praticano sport alla domanda: «Di norma, in quale momento della giornata pratica sport?». Gli intervistati avevano la possibilità di indicare più risposte; la somma dei valori pertanto non arriva al 100 %. Intervistate 7964 persone (attive).

Buona disponibilità di infrastrutture nel comune di domicilio o nelle immediate vicinanze

Gli intervistati potevano indicare dove si trovano, di norma, le infrastrutture sportive di cui fruiscono. La tabella 10.1 mostra che le palestre, i palazzetti dello sport e i campi da calcio frequentati sono spesso ubicati nel comune di domicilio. L'elevata densità di palestre e palazzetti dello sport è dimostrata anche dal fatto che un terzo abbondante degli utenti (il 36 %) li può raggiungere a piedi e il 28 % in bicicletta. Un utente su cinque si muove con i mezzi pubblici, mentre il 44 % usa l'auto o la moto. Di norma, il tragitto si allunga nel caso dei campi da tennis all'aperto o al coperto e dei centri di fitness o centri sportivi privati, ma soprattutto nel caso delle piscine, sia all'aperto che al coperto. Tuttavia, la maggior parte della popolazione ha a disposizione almeno un'infrastruttura di questo tipo nelle immediate vicinanze.

La condizione professionale influenza il momento della giornata in cui si fa sport

Il 56 % di chi pratica sport lo fa di sera (v. tabella 10.2). Un quarto abbondante fa attività sportiva al mattino e altrettante persone al pomeriggio. Uno sportivo su dieci sceglie il mattino presto e l'ora del mezzogiorno; a fare sport al mattino sono più spesso donne che uomini. Le differenze maggiori dipendono però dall'occupazione principale e dal grado di occupazione. Se chi lavora a tempo pieno fa sport più spesso alla sera (68 %) che al mattino (16 %), il mattino è sfruttato più frequentemente da chi lavora a tempo parziale (35 %) e dalle casalinghe (51 %). I pensionati fanno spesso sport al mattino (48 %), anche nelle prime ore della giornata (13 %), più raramente, invece, di sera (25 %). Le persone in formazione si dedicano all'attività fisica prevalentemente nelle ore serali (74 %).

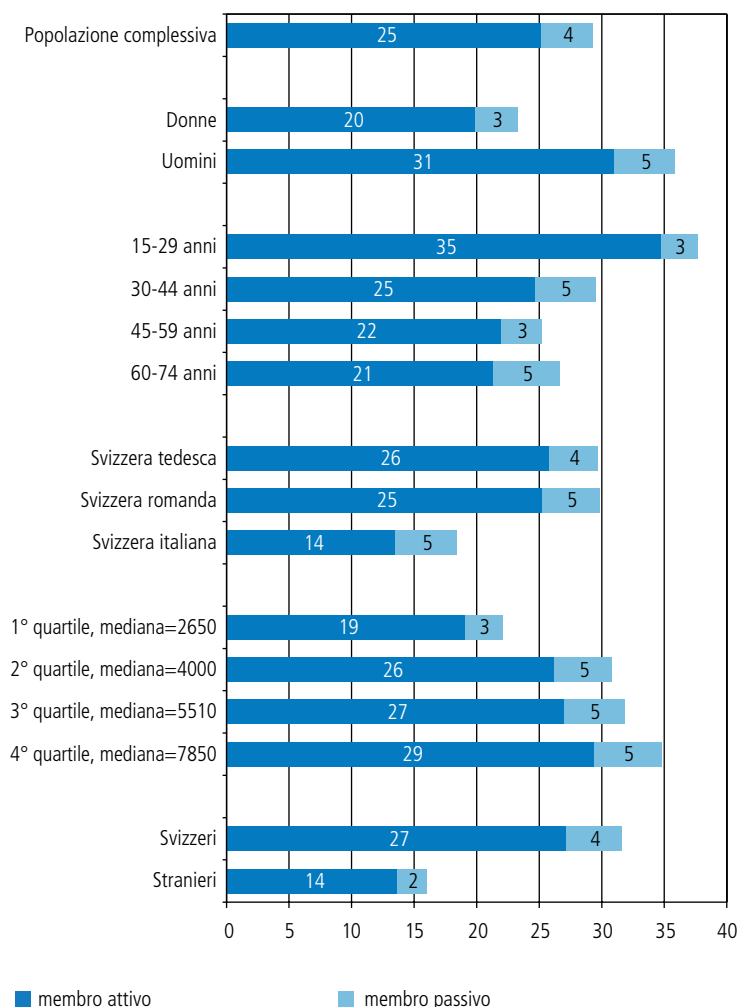
11. Sport nelle società sportive

Un quarto della popolazione fa sport in una società

In Svizzera ci sono più di 20 000 società sportive e la popolazione usufruisce intensamente della loro ampia offerta. Come illustrato dalla figura 11.1, un quarto della popolazione residente in Svizzera d'età compresa tra i 15 e i 74 anni pratica sport nel contesto di una società. A questa quota si aggiunge un 4 % che aderisce alle società sportive come membro passivo. La percentuale di persone iscritte come membri attivi in una società sportiva non è cambiata negli ultimi 15 anni (2000: 24 %, 2008: 25 %). Considerando la crescita demografica, il numero dei membri attivi delle società sportive è quindi aumentato negli ultimi anni.

Oggi come in passato, sono più frequentemente gli uomini a praticare sport nelle società. La percentuale dei membri attivi di sesso maschile è lievemente aumentata tra il 2000 e il 2008 e, da allora, si è mantenuta costante (2000: 26 %, 2008: 31 %, 2014: 31 %), mentre quella dei membri attivi di sesso femminile non ha registrato variazioni negli ultimi 15 anni (2000: 20 %, 2008: 19 %, 2014: 20 %). Tra i giovani adulti, sono particolarmente numerosi quelli che praticano attività sportiva in una società. La percentuale di membri attivi diminuisce all'aumentare dell'età, ma anche nei gruppi d'età compresi tra i 45 e i 59 anni e i 60 e i 74 anni si conta un quinto abbondante attivo in una società sportiva. È degno di nota il fatto che la quota di membri passivi non aumenta con l'età.

F 11.1: Percentuale di membri di società sportive a seconda del sesso, dell'età, della regione linguistica, del reddito e della nazionalità



Nota: intervistate 10 651 persone; reddito familiare (netto mensile, in CHF): il reddito equivalente indica quanto denaro ha a disposizione ogni membro del nucleo familiare. I quartili rappresentano quattro fasce reddituali aventi le medesime proporzioni: il primo quartile sta per il 25 % delle persone con il reddito più basso, il secondo quartile il 25 % delle persone appartenenti alla fascia reddituale immediatamente superiore e così via.

Meno persone aderiscono alle società sportive in Ticino e tra la popolazione migrante

Nella Svizzera tedesca e nella Svizzera romanda lo sport nelle società gode della medesima popolarità. In Ticino, invece, le società contano, in proporzione, un numero di iscritti decisamente inferiore. Rispetto al 2008 le società sportive hanno leggermente guadagnato terreno nella Svizzera romanda (membri attivi nel 2008: 22 %, nel 2014: 25 %), mentre hanno registrato un calo nella Svizzera italiana (membri attivi nel 2008: 19 %, nel 2014 14 %).

La probabilità che una persona sia affiliata a una società sportiva è direttamente proporzionale al suo reddito. La differenza più grande separa la fascia reddituale più bassa dalle altre tre, più elevate. Alcune differenze si notano anche in base alla nazionalità: nelle società sportive gli Svizzeri sono due volte più attivi degli stranieri. Come per l'attività sportiva, anche per quanto riguarda l'iscrizione alle società sportive si riscontrano notevoli differenze a seconda dell'area di provenienza. Tra i migranti provenienti dall'Europa settentrionale e occidentale, il 19 % è membro attivo di una società; la percentuale si riduce drasticamente tra le persone provenienti da altre regioni (Europa meridionale: 9 %, Balcani/Turchia/Europa orientale: 14 %, altri continenti: 13 %). Nella popolazione migrante sono soprattutto i giovani di sesso maschile a praticare sport nelle società sportive.

La società sportiva è l'operatore più importante

Basta uno sguardo alle cifre per capire l'importanza della società nell'ambito dell'offerta sportiva: il 61 % di tutti coloro che praticano sport e attualmente non sono più iscritti in una società sportiva è stato membro attivo in passato. Ciò significa che le società rivestono un ruolo importante nella socializzazione tramite lo sport. Di norma, chi è iscritto a una società si distingue per il fatto che fa molto sport: nell'84 % dei casi, almeno due ore alla settimana. Tra i membri attivi non sono rare le persone affiliate a più di una società: quasi il 20 % è attivo in due club e il 6 % addirittura in tre o più. Le persone iscritte a più società sono più frequentemente di sesso maschile (27 %) che femminile (19 %).

Il cameratismo e il piacere di stare in compagnia sono la molla che fa scattare l'iscrizione

Chi pratica sport in una società sportiva afferma di essere spinto soprattutto dal cameratismo e dal piacere di stare in compagnia (46 % di tutti i membri attivi); il 31 % si iscrive a una società per stare insieme ad amici e colleghi. Oltre ai motivi sociali, altri argomenti a favore dell'affiliazione sono la regolarità dell'allenamento (22 %), il fatto che determinati sport si pratichino prevalentemente nelle società (18 %), la qualità dell'allenamento e la capacità dell'allenatore (14 %). La possibilità di prendere parte a competizioni o di confrontare le proprie prestazioni con quelle di altri sportivi sono motivi menzionati più di rado (8 %), così come il fatto di affidarsi a una società per tradizione o abitudine (6 %), il buon rapporto prezzo/prestazioni (3 %) o la vicinanza delle strutture (2 %). Le ragioni per cui ci si iscrive a una società sportiva non cambiano molto a seconda del sesso. Le donne menzionano un po' più spesso lo stare con altre persone, la possibilità di allenarsi in modo regolare e la convenienza dell'offerta; gli uomini sottolineano invece l'aspetto della competizione e il fatto che il loro sport si pratichi principalmente nelle società.

Ampia offerta e grande vitalità

Gli sport più praticati nelle società sono ginnastica, calcio, tennis, le varie arti marziali come kick boxing, boxe thailandese, judo, ju-jitsu e karate, pallavolo, unihockey, tiro, sci, hockey su ghiaccio, nuoto e golf. Allenamento del fitness/aerobica, yoga/tai chi/qi gong e ballo vengono praticati prevalentemente in centri di fitness o presso altri operatori privati, ma c'è pur sempre una percentuale considerevole di persone che fa questi sport nell'ambito di una società sportiva. Sci e camminate sono organizzati prevalentemente in modo autonomo, senza ricorrere ad alcun operatore. Tuttavia, in ragione della loro estrema popolarità e dell'ampia offerta delle società, le camminate possono anche essere considerate come uno degli sport più popolari nelle società. Gli sport che contano più iscritti nelle società sono pallanuoto e pallacanestro (il 96 % di tutte le persone che praticano questi sport lo fanno in una società), curling (94 %), judo e ju-jitsu (84 %), corsa d'orientamento (82 %), tiro (79 %), pallamano (70 %), lotta svizzera (70 %) e atletica leggera (64 %).

Un terzo abbondante (37 %) di tutte le persone che attualmente non sono affiliate a una società sportiva può prendere in considerazione l'idea di diventare membro o tornare ad esserlo in futuro. Tra le persone che praticano sport al di fuori di una società il 40 % non sarebbe contrario ad un'iscrizione in futuro; tra gli inattivi questa quota è pur sempre un considerevole 29 %. Inoltre, più della metà dei membri passivi (53 %) non esclude di tornare a partecipare attivamente alla vita della società.

L'impegno benevolo non manca

Nelle società, la metà dei membri attivi non si limita a praticare sport: negli ultimi 12 mesi si è anche adoperata in modo benevolo come collaboratore volontario o aiutante (tabella 11.1). Nella maggior parte dei casi questo impegno assume la forma di una carica all'interno della società o di un supporto alla società. Si evidenziano però anche attività esterne alla società, per esempio come collaboratori volontari in occasione di un evento sportivo.

L'impegno benevolo per lo sport non è una prerogativa esclusiva dei membri attivi. Infatti, negli ultimi 12 mesi un terzo dei membri passivi e un non iscritto su dieci si è impegnato sul piano benevolo per lo sport. Una persona su otto che offre un sostegno per lo sport menziona più di una forma di impegno. La tabella 11.1 illustra come gli uomini siano più propensi ad assumersi un incarico, mentre le donne tendano più che altro a mettersi a disposizione come aiutanti.

La maggior parte delle persone che ricoprono un incarico in una società si ritrovano come allenatori o istruttori. Se si contano gli allenatori dei giovani e i monitori per le attività di adulti e anziani, quasi la metà degli incarichi si concentra in quest'ambito di attività. Due collaboratori volontari su cinque siedono nel comitato direttivo di una società, il 5 % si impegna come arbitro o giudice e un collaboratore volontario su quattro menziona altri incarichi, ad esempio la gestione o la collaborazione durante eventi sportivi o della società. Quasi un quinto dei collaboratori volontari riveste due o più incarichi.

T 11.1: Impegno benevolo e volontario nello sport

	Tutti		Donne		Uomini	
	in % sulla popolazione	in % sui membri attivi	in % sulla popolazione	in % sui membri attivi	in % sulla popolazione	in % sui membri attivi
Incarico all'interno della società	7	25	5	22	10	27
Incarico esterno alla società	2	4	1	4	2	5
Supporto interno/per la società	10	27	9	28	12	26
Supporto esterno alla società	6	9	5	9	7	8
Impegno benevolo nello sport	22	52	18	51	26	54

Nota: intervistate 10651 persone, di cui 2761 membri attivi. Gli intervistati avevano la possibilità di indicare più forme d'impegno.

L'attività volontaria implica molto impegno a titolo gratuito

In termini di tempo, l'impegno dedicato all'attività volontaria è in media di 2,5 ore alla settimana. Rispetto al 2008 questo lavoro è lievemente diminuito (nel 2008 ammontava a 2,8 ore); tuttavia, le cifre variano in modo considerevole a seconda della società e dell'incarico. Il 4 % delle persone che ricoprono un incarico afferma di dedicarsi per più di 10 ore alla settimana. D'altro canto, c'è un 9 % per cui l'incarico non implica praticamente nessun dispendio di tempo. La metà dei collaboratori volontari non si impegna per più di 1,5 ore alla settimana. A prescindere dal tempo dedicato all'incarico, nella stragrande maggioranza dei casi l'impegno è profuso a titolo gratuito: il 69 % dei collaboratori volontari non riceve alcun indennizzo, il 28 % viene indennizzato in parte e solo il 3 % in gran parte o del tutto. Di norma, l'indennizzo non supera i 1000 franchi all'anno. Il 14 % di tutti coloro che ricevono un indennizzo (ovvero il 4 % di tutti coloro che ricoprono un incarico) riceve un indennizzo superiore ai 1000 franchi.

L'impegno degli aiutanti (interni o esterni alla società) e di chi ricopre un incarico al di fuori della società è in media di 1,1 ore alla settimana; nella metà dei casi non supera la mezz'ora. Queste attività sono svolte prevalentemente a titolo gratuito (nell'89 % dei casi).

Il piacere di impegnarsi per e con gli altri è la motivazione più importante per i collaboratori volontari

Se si chiede ai collaboratori volontari perché si impegnano nella società sportiva, la risposta più frequente è che lo fanno perché piace loro e perché si divertono (39 %). Molti sono spinti anche da motivi di tipo sociale: un collaboratore su quattro vuole fare qualcosa per la società e per gli altri membri, uno su cinque sottolinea l'importanza di collaborare con altre persone o il fatto che si tratta di un lavoro sociale e utile. L'11 % dei collaboratori volontari afferma di essersi assunto l'incarico perché nessun altro l'avrebbe fatto. Più raramente vengono addotti come motivi il piacere di assumersi delle responsabilità e la possibilità di influire sulle decisioni, il riconoscimento e la considerazione di cui si gode grazie all'incarico e la sua spendibilità in altri ambiti, come la carriera professionale o politica. L'indennizzo non è quasi mai il motivo principale per cui ci si assume un incarico all'interno della società sportiva.

Piena soddisfazione e potenziale non sfruttato

Alla domanda se sono soddisfatti del loro impegno benevolo nello sport, il 91 % dei collaboratori volontari e degli aiutanti risponde di essere (molto) soddisfatto, il 7 % in parte soddisfatto e il 2 % (piuttosto) insoddisfatto. Chi ricopre un incarico in una società è mediamente più soddisfatto di chi si impegna esternamente o come aiutante. Se dovessero rifare la scelta, nove collaboratori volontari su dieci tra quelli attivi in una società si assumerebbero nuovamente l'impegno; il 70 % di loro lo farebbe in ogni caso e il 20 % a determinate circostanze.

Inoltre, un terzo dei membri attivi (32 %) che al momento non svolgono alcun incarico può prendere in considerazione l'idea di assumersi un impegno in futuro. Più della metà di queste persone (56 %) non ha mai ricevuto richieste in tal senso da parte della società. Chi ha rifiutato un incarico l'ha fatto principalmente per motivi di tempo (56 %) o a causa di altri interessi o altre cariche (9 %). L'impegno in termini di tempo, o meglio la mancanza di tempo, è anche il motivo per cui altri membri attivi (51 %) escludono di potersi assumere un impegno in futuro. Altri impedimenti sono l'età (troppo vecchio/troppo giovane: 19 %), altri interessi, altre cariche o altri obblighi (12 %) e la sensazione di non essere all'altezza dei compiti (6 %).

12. Sport nei centri di fitness

I centri di fitness privati sono in continua crescita

In Svizzera, accanto alle società sportive anche i centri di fitness privati sono divenuti importanti per la pratica sportiva. Il 16 % della popolazione residente in Svizzera è affiliato a una di queste strutture o ha un abbonamento che consente di frequentarla con regolarità (ad esempio un abbonamento mensile o annuale). Negli ultimi sei anni la percentuale dei membri ha registrato ancora un leggero aumento (era il 14 % nel 2008). Contrariamente alle società sportive, i centri di fitness contano tra i propri membri una percentuale leggermente superiore di donne (figura 12.1). Più si avanza con l'età, meno è probabile che ci si iscriva a un centro di fitness: in queste strutture ci sono, in proporzione, due volte più giovani che persone d'età compresa tra i 60 e i 74 anni. La probabilità che una persona sia affiliata a un centro di fitness è direttamente proporzionale al suo reddito: nella fascia reddituale più alta una persona su quattro ha un abbonamento; nella più bassa una su dieci. Le differenze di reddito sono un fattore più rilevante per i centri di fitness che non per le società sportive. Per contro, la nazionalità è ininfluente: i centri di fitness sono frequentati indifferente-mente da Svizzeri e da stranieri.

Molto flessibili, con pochi obblighi e aperti più a lungo: ecco i vantaggi competitivi dei centri di fitness

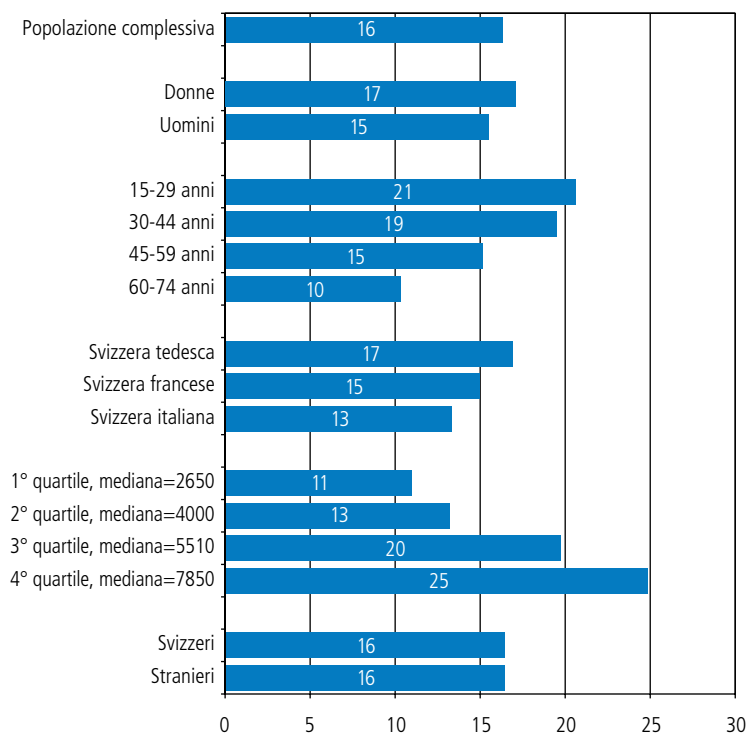
Oltre all'allenamento del fitness, della forza e della condizione fisica, nei centri di fitness si praticano anche, tra le altre discipline, aerobica, zumba, pilates, yoga, spinning, ballo, ginnastica (compresa la ginnastica posturale), acquafitness e nuoto. I vantaggi di iscriversi in un centro di fitness risiedono nell'elevata flessibilità (menzionata dal 22 % dei membri), nell'assenza di obblighi (21 %), nei migliori orari di apertura (15 %) e nell'offerta, migliore o alternativa (10 %). Più raramente vengono menzionate una buona assistenza (9 %), l'infrastruttura (6 %) o la raggiungibilità (2 %). Se per gli uomini contano più che l'assenza di obblighi e l'assistenza, le donne attribuiscono maggior importanza all'elevata flessibilità e al fatto che i centri di fitness sono aperti più a lungo.

Offerte senza obbligo d'iscrizione: apprezzate soprattutto dalle donne

Oltre alle società sportive e ai centri di fitness esistono altri operatori privati presso i si possono intraprendere e praticare diverse attività sportive e motorie. In Svizzera questa possibilità è scelta da quasi una persona su dieci, con una netta prevalenza di donne (il 14 % contro il 4 % degli uomini). Le discipline più praticate presso gli operatori privati sono yoga e ballo; seguono, tra le altre, pilates, ginnastica (compresa la ginnastica posturale), zumba, acquafitness, tennis, allenamento del fitness, golf, camminate e diverse arti marziali.

Infine, il 7 % della popolazione residente si avvale di varie offerte sportive a cui è possibile partecipare liberamente, le donne con una frequenza doppia rispetto agli uomini (donne: 10 %, uomini: 5 %). Gli sport più praticati nell'ambito di queste offerte sono fitness in acqua, camminate e ginnastica; seguono jogging, calcio, allenamento del fitness, walking e nordic walking, nuoto e bicicletta.

F 12.1: Percentuale di affiliati a centri di fitness privati secondo sesso, età, regione linguistica, reddito e nazionalità



Nota: intervistate 10649 persone; reddito familiare (netto mensile, in CHF): il reddito equivalente indica quanto denaro ha a disposizione ogni membro del nucleo familiare. I quartili rappresentano quattro fasce reddituali aventi le medesime proporzioni: il primo quartile sta per il 25 % delle persone con il reddito più basso, il secondo quartile il 25 % delle persone appartenenti alla fascia reddituale immediatamente superiore e così via.

13. Sport durante le vacanze

Gli Svizzeri amano le vacanze attive

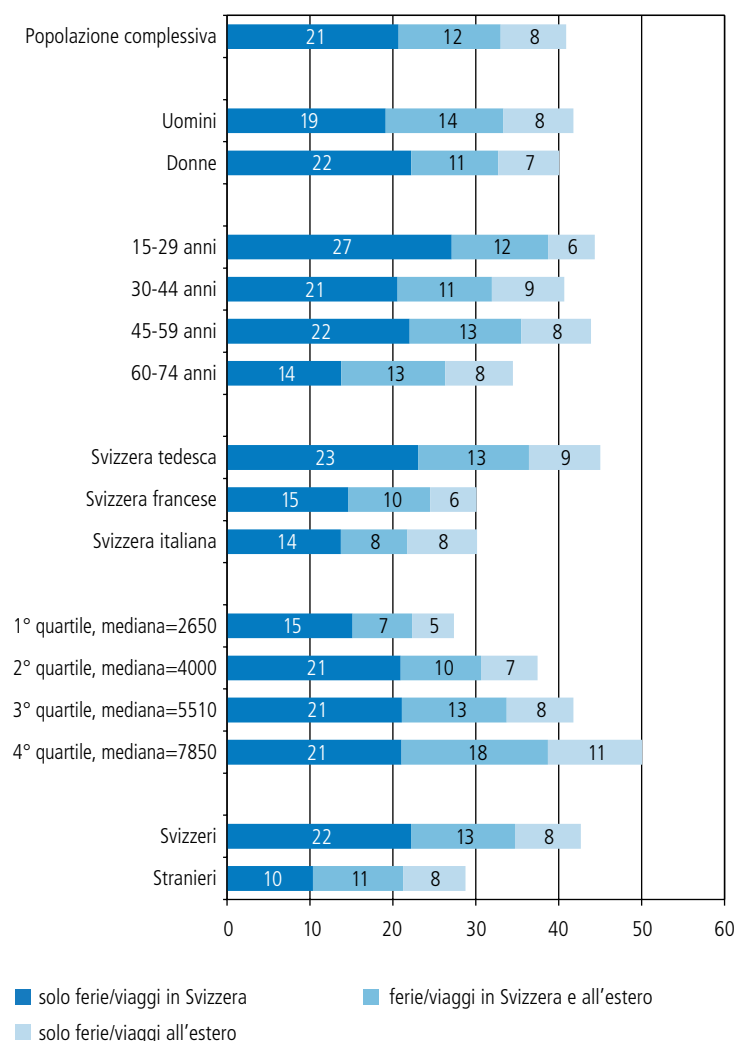
Molti Svizzeri desiderano non limitarsi a fare sport al mattino presto o alla sera, bensì sfruttano i giorni liberi per dedicarsi al proprio sport, per una volta, un po' più a lungo, in modo un po' più intenso o in un luogo particolarmente bello o adatto. Sport e vacanze sono un'accoppiata vincente: le offerte sono innumerevoli, nei luoghi più diversi, per le discipline più svariate e sono oggi accolte da un pubblico entusiasta. Negli ultimi 12 mesi ha fatto ferie attive il 40 % abbondante della popolazione svizzera (v. figura 13.1). Consideriamo ferie attive tutti i viaggi di più giorni in cui lo sport ha un ruolo importante. Non sorprende che, per le ferie attive, le destinazioni in Svizzera vengano scelte con frequenza nettamente superiore rispetto a quelle all'estero.

La percentuale di uomini e donne che fanno ferie attive è sostanzialmente la stessa; gli uomini le trascorrono un po' più sovente all'estero. Lo sport durante le vacanze è popolare in tutte le fasce d'età; negli ultimi 12 mesi ha fatto ferie attive anche un terzo delle persone d'età compresa tra 60 e 74 anni. Nella Svizzera tedesca le vacanze all'insegna dello sport sono più popolari che nella Svizzera romanda e in quella italiana.

Se, dove e quanto a lungo si fanno ferie attive dipende in larga misura dal reddito: tanto maggiore è il reddito, quanto più frequenti, lunghe e con destinazione all'estero sono le ferie. Dedicare le vacanze allo sport è un'abitudine meno diffusa tra la popolazione straniera; la metà dei migranti che fanno ferie attive sceglie di recarsi all'estero.

Le ferie attive trascorse in Svizzera nell'arco di un anno comprendono complessivamente 9,4 pernottamenti, quelle all'estero 12,5. Rapportato all'intera popolazione, ciò significa che ogni abitante trascorre 5,6 giorni di ferie attive all'anno, di cui 3,1 in Svizzera e 2,5 all'estero.

F 13.1: Sport durante le vacanze (percentuale di persone che negli ultimi 12 mesi hanno trascorso ferie attive con almeno un pernottamento)



Nota: intervistate 6397 persone (sondaggio online); reddito familiare (netto mensile, in CHF): il reddito equivalente indica quanto denaro ha a disposizione ogni membro del nucleo familiare. I quartili rappresentano quattro fasce reddituali aventi le medesime proporzioni: il primo quartile sta per il 25 % delle persone con il reddito più basso, il secondo quartile il 25 % delle persone appartenenti alla fascia reddituale immediatamente superiore e così via.

Sci e camminate restano i grandi classici delle ferie attive

La tabella 13.1 offre una panoramica degli sport più praticati durante le vacanze attive. Se la prima cosa che colpisce è l'ampiezza dell'offerta, la seconda è che in vetta alla classifica restano ben saldi i due grandi classici di un paese alpino come la Svizzera: sci e camminate. Negli ultimi 12 mesi, quasi un quarto della popolazione residente ha fatto vacanze sugli sci, per quanto possa essersi trattato anche solo di un fine settimana, in quanto si considerano ferie attive quelle che comprendono almeno un pernottamento fuori casa. Su sei persone residenti in Svizzera, una pratica escursionismo durante le ferie; altri sport popolari in vacanza sono nuoto, bicicletta, jogging, nordic cruising, escursioni con racchette e rampichino.

T 13.1: Principali sport praticati in vacanza

	Menzionato dal (% di tutti gli inattivi)	Età media (in anni)	Donne (in %)
Sci/sci alpino	23,1	44	49
Camminate/escursioni in montagna	17,6	49	53
Nuoto	10,0	48	53
Ciclismo/escursioni in bicicletta	6,7	48	50
Jogging/corsa/running	6,5	42	42
Sci di fondo	4,4	48	52
Escursioni con sci/racchette	4,1	49	62
Rampichino	4,0	44	28
Allenamento del fitness/aerobica	3,4	43	44
Snowboard	3,3	27	54
Arrampicata, alpinismo	2,8	42	41
Escursioni con sci/snowboard	2,6	42	46
Nordic walking/walking	2,6	54	66
Immersioni/snorkeling	2,3	44	47
Tennis	2,2	42	41
Calcio	1,8	31	31
Golf	1,7	53	36
Ciclismo (con bicicletta da corsa)	1,5	47	21
Vela/regate	1,5	46	46
Ballo	1,4	42	53
Motociclismo	1,4	43	27
Pallavolo/beachvolley	1,4	30	48
Yoga/tai chi/qi gong	1,2	47	77
Canoa/kayak/canoa canadese	0,8	49	48
Surf	0,8	31	51
Windsurf/kitesurf	0,8	37	39
Sport equestri/equitazione	0,7	36	71
Arti marziali/autodifesa	0,5	33	31
Parapendio/deltaplano/mongolfiera	0,4	43	42
Canottaggio	0,3	38	17
Volo da diporto/volo a motore/volo a vela	0,2	46	21
Altri sport	2,7	39	38

Nota: intervistate 6397 persone (sondaggio online).

14. Infortuni sportivi

Più frequenti per gli uomini che per le donne

Lo sport è sano, fa bene all'umore, rilassa, crea spirito di gruppo e permette di vivere esperienze uniche; tuttavia, ha anche aspetti negativi. Un esempio sono gli infortuni che si verificano durante la pratica sportiva. Secondo le statistiche dell'Ufficio prevenzione infortuni (upi) e del Servizio centrale delle statistiche dell'assicurazione contro gli infortuni (SSAINF), ogni anno facendo sport si fanno male circa 400 000 persone residenti in Svizzera.

Nei 12 mesi precedenti l'intervista l'8 % degli intervistati ha subito un infortunio che ha richiesto l'intervento di un medico o un trattamento in ospedale (v. tabella 14.1). Di norma gli intervistati hanno menzionato un solo infortunio; il 12 % ha dichiarato di averne subito due e il 7 % tre o più. La percentuale degli uomini che, negli ultimi 12 mesi, si sono fatti male praticando sport (10 %) è leggermente superiore a quella delle donne (6 %).

La figura 14.1 mostra che la percentuale di infortunati diminuisce notevolmente con l'aumentare dell'età, mentre è particolarmente elevata tra i giovani di sesso maschile: nel corso dell'anno quasi uno su cinque si è fatto male praticando sport. È evidente che l'approccio allo sport e ai rischi è diverso a seconda del sesso e dell'età. Tra il 2008 e il 2014 le differenze tra le percentuali basate su età e sesso non mostrano un cambiamento significativo, esattamente come la quota di infortunati calcolata sulla popolazione.

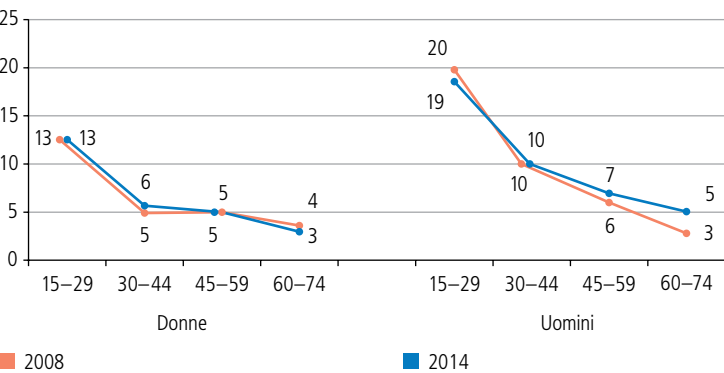
Chi pratica molto sport si fa male tendenzialmente proprio facendo attività fisica. Nel corso di un anno si è infortunato il 13 % dei molto attivi che si allenano almeno tre ore distribuite su più giorni della settimana. Tra gli altri sportivi la percentuale è del 6 %. Per quanto riguarda gli inattivi, la quota delle persone che si sono fatte male durante una delle attività sportive praticate occasionalmente è del 2 %; tuttavia, si tratta tendenzialmente di infortuni piuttosto seri, come dimostrano degenze ospedaliere più lunghe.

T 14.1: Infortuni sportivi con trattamento medico

		In % sull'intera popolazione	In % su tutti gli infortunati
Infortuni subiti negli ultimi 12 mesi	Subiti infortuni	8,0	100,0
	Nessun infortunio	92,0	
Verificarsi dell'infortunio	improvviso/acuto	6,4	79,4
	cronico/in seguito a infortunio precedente	1,5	19,2
	ambidue le cose/non so	0,1	1,4

Nota: intervistate 10649 persone.

F 14.1: Sesso ed età delle persone che, negli ultimi 12 mesi, si sono fatte male praticando sport (solo infortuni con trattamento medico, in %)



Nota: intervistate 10649 persone.

La maggior parte degli incidenti di verifica sui campi da calcio e sulle piste da sci

È normale che la maggior parte degli infortuni si verifichi nelle discipline praticate in modo frequente. Gli sport in cui si registrano le percentuali più alte sono calcio e sci. Anche facendo jogging, ciclismo, allenamento del fitness e camminate ogni anno si fa male una notevole quantità di persone, che si spiega con il gran numero di affezionati che contano queste discipline. Se, per ogni singolo sport, si mettono in relazione il numero degli infortunati e il numero delle persone che lo praticano, il rischio di infortuni risulta essere relativamente elevato anche negli sport con la palla (come calcio, pallamano, pallacanestro, rugby, football americano, pallapugno), nell'hockey su ghiaccio, nella ginnastica artistica e nelle diverse arti marziali, con un infortunato su dieci. Quasi una persona su dieci subisce infortuni anche nella pallavolo, nel beachvolley, nell'uni-hockey e facendo equitazione. All'estremo opposto, con meno di un infortunato su 100 persone, ci sono camminate, sci di fondo, fitness in acqua, yoga/tai chi/qi gong, walking e nordic walking, nuoto, ginnastica ed escursionismo sulle racchette da neve.

Quattro su cinque infortuni si sono verificati in modo improvviso e in forma acuta, a causa di un incidente vero e proprio. Uno su cinque è invece un disturbo, talvolta di tipo cronico, che va ricondotto a un sovraccarico o a un vecchio infortunio (tabella 14.1).

Fortunatamente, la maggior parte degli infortuni sportivi non ha conseguenze di entità grave. Solo una minima parte degli infortunati ha dovuto ricevere un trattamento stazionario in ospedale e la maggior parte di queste persone sono state dimesse al massimo dopo tre giorni. In quattro casi su dieci l'infortunio ha significato un'incapacità lavorativa almeno temporanea. Se si considerano solo queste persone, i giorni in cui non hanno potuto recarsi al lavoro sono stati in media 29. Il 40 % ha ripreso la propria attività dopo un periodo compreso tra uno e sette giorni; la stessa percentuale dopo un periodo compreso tra otto e 31 giorni. In oltre il 20 % dei casi l'incapacità lavorativa è perdurata per più di un mese.

15. Interesse per lo sport nei media

Elevato nonostante alcuni segni di saturazione

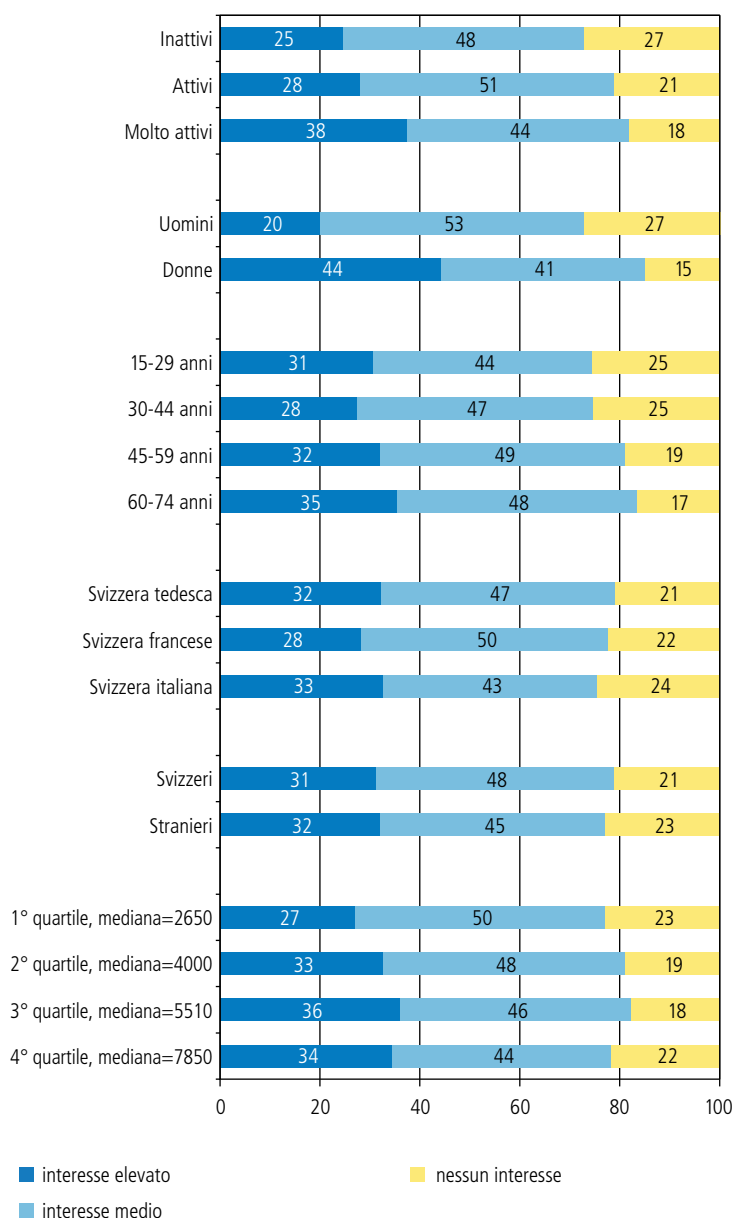
La popolazione svizzera non trascorre la gran parte del proprio tempo libero in bicicletta o facendo camminate, e nemmeno sciando o nuotando, bensì davanti al televisore o al computer, oppure leggendo giornali e riviste. Tuttavia, anche nella fruizione dei media lo sport occupa una posizione di spicco, tanto che si potrebbe definire il televisore l'attrezzo sportivo preferito dagli Svizzeri. L'interesse per lo sport della popolazione svizzera è elevato (v. tabella 15.1); se ne disinteressa solo una persona su cinque. Fino al 2000, questo interesse è cresciuto di pari passo con il massiccio sviluppo della cronaca sportiva; in tempi più recenti, tuttavia, si osserva una certa saturazione. Tra il 2000 e il 2014, infatti, la percentuale delle persone con un interesse elevato per il settore sportivo è tornata ad attestarsi su livelli inferiori.

T 15.1: Interesse della popolazione svizzera per lo sport nel 2000, nel 2008 e nel 2014 (in % sulla popolazione residente d'età compresa tra i 15 e i 74 anni)

	2000	2008	2014
Interesse elevato	32,5	35,2	31,3
Interesse medio	45,1	45,0	47,2
Nessun interesse	22,4	19,8	21,4

Nota: intervistate 2063 persone nel 2000; 10 255 nel 2008 e 10 625 nel 2014.

F 15.1: Interesse per lo sport a seconda dell'attività sportiva, del sesso, dell'età, della regione linguistica, della nazionalità e del reddito (in %)



Nota: intervistate 10 625 persone (sondaggio online); reddito familiare (netto mensile, in CHF): il reddito equivalente indica quanto denaro ha a disposizione ogni membro del nucleo familiare. I quartili rappresentano quattro fasce reddituali aventi le medesime proporzioni: il primo quartile sta per il 25 % delle persone con il reddito più basso, il secondo quartile il 25 % delle persone appartenenti alla fascia reddituale immediatamente superiore e così via.

La passione per lo sport «raccontato» non conosce confini sociali

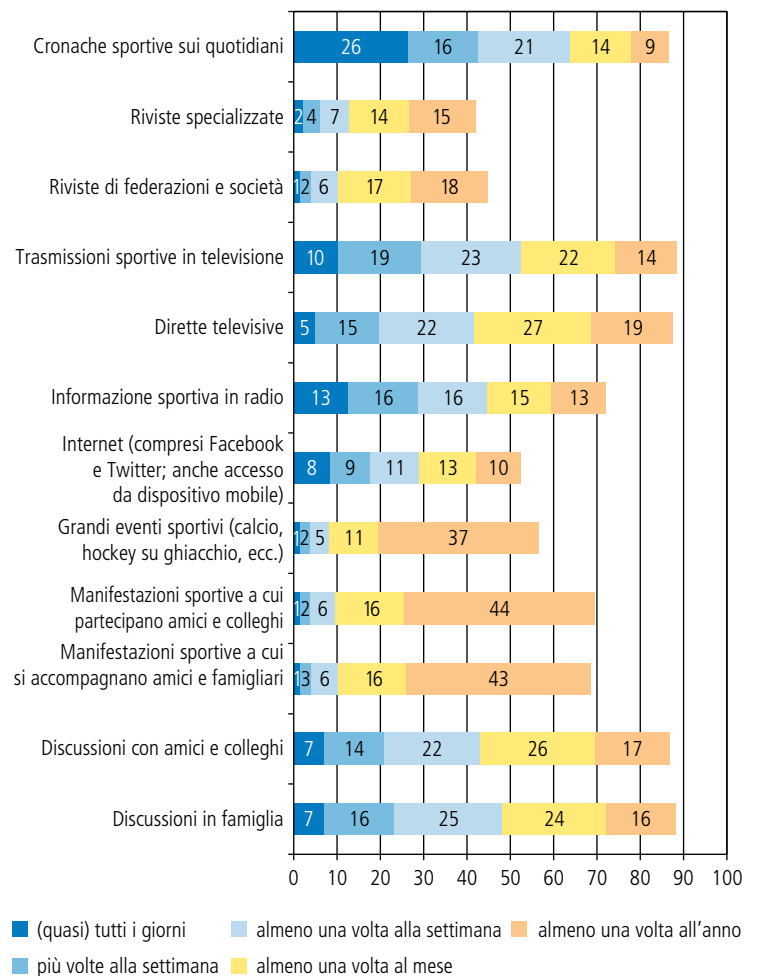
Il segreto del successo dello sport raccontato dai media è la sua capacità di entusiasmare i gruppi di popolazione più diversi. Come illustra la figura 15.1, ne sono appassionati anche gli inattivi. L'interesse degli sportivi molto attivi è naturalmente un po' più elevato, ma pur sempre i tre quarti degli inattivi seguono gli avvenimenti sportivi. Contrariamente alla pratica sportiva, lo sport come prodotto d'intrattenimento non vede differenze tra la popolazione locale e gli stranieri che vivono in Svizzera. Anche la regione linguistica e la posizione sociale, misurata sul reddito familiare o – non contemplati in questa sede – sull'istruzione e la posizione professionale influiscono sulla fruizione di sport in misura minore di quanto non facciano sull'attività sportiva.

Se si considera l'intensità con cui tutti i diversi fattori d'influenza si ripercuotono sulla fruizione di sport, oltre alla pratica sportiva sono solo due i fattori degni di essere menzionati: l'età e soprattutto il sesso. Le persone più avanti con gli anni e gli uomini mostrano un interesse maggiore rispetto a quello delle persone giovani e degli intervistati di sesso femminile. Gli «sportivi da poltrona» continuano ad essere più che altro uomini. Mentre per quanto riguarda la pratica sportiva negli ultimi 20 anni le donne hanno raggiunto gli uomini, il loro minor interesse per lo sport passivo non è cambiato di molto. Le differenze tra uomini e donne sono oggi esattamente le stesse del 2000. Ciò non toglie che pur sempre tre donne su quattro si interessino agli avvenimenti sportivi. In proporzione, la percentuale degli uomini con un elevato interesse per lo sport nei media è però il doppio di quella delle donne.

Televisione e giornali sono le principali fonti d'informazione

Per quanto riguarda i canali attraverso i quali vengono seguiti gli avvenimenti sportivi (v. Figura 15.2), hanno particolare importanza le cronache sportive sui quotidiani, le trasmissioni sportive in televisione e l'informazione sportiva in radio e su Internet. Due terzi della popolazione leggono con frequenza almeno settimanale le pagine sportive di un quotidiano; una persona su quattro lo fa tutti i giorni. Più della metà della popolazione guarda almeno una volta alla settimana una trasmissione sportiva in televisione; anche le dirette godono di grande popolarità.

F 15.2: Fruizione delle fonti di informazione e partecipazione a manifestazioni sportive (in % sulla popolazione residente d'età compresa tra i 15 e i 74 anni)



Nota: intervistate 6717 persone (sondaggio online).

Assistere a una manifestazione sportiva dal vivo implica un impegno chiaramente superiore ed è un modo di fruire lo sport, come prevedibile, più raro. Pur sempre un quarto della popolazione assiste di persona a una manifestazione sportiva alla quale partecipano colleghi o conoscenti oppure accompagna a eventi sportivi membri della famiglia almeno una volta al mese. Poco meno di un quinto della popolazione si reca ad assistere a grandi manifestazioni quali partite di calcio o hockey su ghiaccio della serie più alta con frequenza mensile. Riportando questi dati sull'arco di un anno, una buona metà della popolazione assiste almeno una volta di persona a una grande manifestazione sportiva.

Contrariamente a quanto avviene in altri paesi come l'Italia o la Francia, in Svizzera le riviste e le pagine sportive dei giornali non hanno come obiettivo la cronaca sportiva quotidiana, bensì, esattamente come le riviste di società e federazioni, si rivolgono a un pubblico specializzato interessato a una particolare disciplina. Lo sport è inoltre un argomento di discussione estremamente amato, che suscita fervore in famiglia e nella cerchia dei conoscenti.

Internet guadagna terreno a spese della radio e della pagina sportiva dei giornali

Negli ultimi 15 anni, l'uso delle fonti di informazione sportiva non è cambiato molto, eccezion fatta per due casi: Internet e le dirette televisive. Se nel 2000 solo l'8 % della popolazione leggeva settimanalmente notizie sportive su Internet, oggi lo fa il 29 %. Anche le dirette televisive hanno conquistato un pubblico più vasto, anche in considerazione del fatto che oggi ne vengono trasmesse di più che nel 2000. È degno di nota il fatto che il maggior uso che si fa di Internet non è andato a scapito dei quotidiani, una fonte d'informazione che incontra oggi un pubblico di dimensioni simili a quello di 15 anni fa; a perdere terreno sono state la radio e le riviste specializzate.

Il calcio è il numero 1 indiscusso

Se si chiede quali sport interessano maggiormente la popolazione, il calcio è chiaramente in cima alla lista. Subito dopo il calcio vengono lo sci alpino, il tennis e l'hockey su ghiaccio (v. tabella 15.2). Una percentuale di popolazione compresa tra il 5 e il 10 % si interessa inoltre di atletica leggera, sci nordico, ciclismo e automobilismo; viene poi una lunga lista di altre discipline, seguite però soltanto da una piccola minoranza. La ragione di queste cifre risiede solo in parte nella scarsa offerta di notizie per questi sport: se si chiede quali sono gli sport in merito ai quali si vorrebbero avere più informazioni, due quinti abbondanti dichiarano che, in effetti, desidererebbero più informazioni riguardo a singole discipline, ma queste discipline sono proprio quelle a cui i media dedicano più spazio: calcio, sci alpino, tennis e hockey su ghiaccio. Allo stesso tempo, i molti altri sport menzionati sono comunque un sintomo del fatto che sussiste un bisogno di un'offerta variegata in fatto di notizie sportive. Tuttavia non c'è una disciplina in cui la discrepanza tra offerta reale e offerta desiderata sia particolarmente vistosa.

I risultati evidenziano però interessanti preferenze specifiche a seconda del sesso e dell'età: le donne si interessano più frequentemente al pattinaggio artistico (percentuale di donne: 95 %), al nuoto (79 %), agli sport equestri (72 %) e alla ginnastica artistica (70 %), mentre gli uomini propendono maggiormente per sport motoristici, rugby, football americano, boxe, freestyle, ciclismo, rampichino, golf e pallamano. I gusti cambiano anche a seconda dell'età: hanno un'età inferiore alla media gli appassionati di snowboard, boxe, freestyle, pallavolo e pallacanestro, mentre è superiore alla media l'età degli spettatori di curling, ciclismo, sci nordico, pattinaggio artistico e golf.

Emozione, star, atleti svizzeri: ecco perché si segue lo sport

Se si chiede perché ci si interessa agli avvenimenti sportivi, i motivi addotti più di frequente sono l'emozione che suscita la gara (55% della popolazione), le prestazioni di stelle dello sport come Roger Federer (51 %), l'interesse per i risultati in un determinato sport (50 %), la partecipazione alla gara di atleti o squadre svizzeri (48 %), la tecnica e l'abilità (46 %) così come la dedizione e la resistenza degli atleti (33 %). Rispetto a questi fattori, la messa in scena e l'atmosfera (14 %) non sono molto importanti. Nelle risposte viene menzionato abbastanza spesso anche un legame personale con lo sport che si segue, perché praticato in prima persona (28 %) o perché si supporta un amico o un familiare (21 %). Assistendo ad avvenimenti sportivi sui media o dal vivo, una persona su dieci si sente molto motivata a fare attività sportiva e un quinto abbondante si sente un po' motivato. Per i restanti due terzi della popolazione, seguire lo sport sui media non sprona a praticarlo in prima persona.

Metà della popolazione si rallegra molto dei successi degli atleti e delle squadre svizzere nelle gare internazionali come i giochi olimpici o i campionati mondiali ed europei; un quarto scarso se ne rallegra almeno un po'. In altre parole, chi segue gli avvenimenti sportivi in generale è felice dei successi svizzeri. Un quarto della popolazione dichiara di tifare per una determinata squadra o un determinato atleta. L'8 % della popolazione possiede un abbonamento annuale o stagionale per la propria squadra del cuore e il 4 % è iscritto in un fanclub. Infine, il 7 % è abbonato a un'offerta specifica di televisione a pagamento, per esempio Teleclub Sport.

T 15.2: Sport per i quali la popolazione dichiara maggior interesse (in % sulla popolazione residente d'età compresa tra i 15 e i 74 anni)

	Interessato	Desidera più informazioni
Calcio	45,7	8,4
Sci alpino (escluso freestyle)	34,1	4,1
Tennis	28,2	4,1
Hockey su ghiaccio	20,2	3,7
Ateletica leggera	9,9	1,4
Sci nordico (compreso biathlon)	7,1	0,9
Ciclismo (escluso rampichino)	6,9	1,3
Automobilismo/formula 1	6,7	0,8
Pattinaggio artistico	3,6	1,0
Motociclismo	3,6	1,3
Nuoto	3,2	0,8
Sport equestri	2,7	1,8
Pallacanestro	2,7	1,1
Giochi olimpici, senza preferenze per uno specifico sport	2,6	0,2
Ginnastica/ginnastica artistica	1,9	1,0
Pallamano	1,9	1,0
Lotta svizzera	1,7	1,5
Pallavolo/beachvolley	1,5	0,7
Boxe/kick boxing	1,3	0,5
Rampichino	1,1	0,9
Rugby/football americano	1,1	0,6
Unihockey	1,0	0,8
Curling	1,0	0,3
Snowboard (escluso freestyle)	0,9	0,5
Freestyle (sci/snowboard/BMX)	0,9	0,9
Golf	0,8	0,4
Bob	0,8	0,3

Nota: sono indicati tutti gli sport e le grandi manifestazioni sportive menzionate da almeno lo 0,8 % della popolazione. Intervistate 1056 persone (solo modulo speciale). Le domande esatte erano: «Quali sono gli sport a cui si interessa di più?» e «A quali sport vorrebbe che fosse dedicato maggior spazio nei media?».

16. Spese per lo sport

La spesa annuale pro capite per lo sport è di 2500 franchi

Lo sport non è solo una popolarissima attività praticata nel tempo libero o un prodotto d'intrattenimento molto apprezzato, è anche un importante fattore economico. Secondo uno studio di Rütter + Partner, nello sport svizzero vengono spesi, in totale, poco meno di 18 miliardi di franchi e si realizza un valore aggiunto netto di 9 miliardi di franchi, con cui lo sport costituisce l'1,7 % del prodotto interno lordo svizzero.

Nella parte online del rilevamento dei dati è stato chiesto agli intervistati di fornire indicazioni dettagliate sulle spese che hanno affrontato negli ultimi 12 mesi per lo sport. Dalle loro risposte si ricava che, per lo sport, la popolazione svizzera d'età compresa tra i 15 e i 74 anni spende in media circa 2500 franchi pro capite all'anno (v. tabella 16.1). Di questa cifra, 2000 franchi abbondanti vengono spesi in Svizzera, i restanti 500 scarsi all'estero. A spendere per lo sport è il 93 % della popolazione, un dato che non sorprende se si considerano le attività fisiche sportive degli inattivi e la loro intensa fruizione di sport come prodotto d'intrattenimento (v. sezioni 9 e 15). I molto attivi spendono 3531 franchi all'anno pro capite, gli inattivi arrivano a 1143 franchi. Questi ultimi non spendono solo per i media sportivi e per assistere di persona a manifestazioni sportive, ma anche per acquistare abbigliamento e calzature sportivi per le loro attività fisiche (v. sezione 9) oppure pagano l'uso di impianti sportivi.

In fatto di sport gli uomini sono meno parsimoniosi delle donne, rispetto alle quali spendono circa 700 franchi pro capite all'anno in più, sia in Svizzera che all'estero. Le spese per lo sport sono direttamente proporzionali al reddito. Nel quartile più basso del reddito equivalente le spese medie ammontano a poco più di 1500 franchi, in quello più alto a circa 3700 franchi.

Sul budget gravano soprattutto vacanze e viaggi

I viaggi a fini sportivi, per cui vengono spesi 319 franchi pro capite all'anno in Svizzera e 368 all'estero, sono un'uscita particolarmente considerevole. Se si considera che queste spese sono intraprese, rispettivamente, dal 26 % e dal 19 % della popolazione, le ferie attive costano in media 1227 franchi all'anno pro capite in Svizzera e 1937 franchi all'estero. Altre voci di spesa importanti sono gli attrezzi e l'abbigliamento sportivo. Negli ultimi 12 mesi un terzo della popolazione ha acquistato un attrezzo sportivo e due terzi calzature o abbigliamento sportivi.

Per quanto riguarda invece le organizzazioni all'interno delle quali viene praticato lo sport, è degno di nota il fatto che le spese per l'affiliazione alle società ammontano a 94 franchi pro capite all'anno, quelle per l'iscrizione e l'ingresso nei centri di fitness a 159 franchi e quelle per usare altre infrastrutture sportive 149 franchi. Se si considerano ancora i numeri delle persone che usufruiscono di queste diverse offerte, si può affermare che le spese d'iscrizione ammontano ogni anno a circa 300 franchi per chi pratica sport all'interno di una società, a 700 franchi abbondanti per chi frequenta un centro di fitness e a 250 franchi circa per chi usa altri impianti sportivi.

In confronto, lo sport passivo è abbastanza economico. In media vengono spesi 80 franchi pro capite all'anno per assistere a manifestazioni sportive, 19 franchi per i mezzi di comunicazione che informano sullo sport e 8 franchi per gadget della squadra del cuore. Sia nel caso della pratica sportiva che nel caso in cui si assista a una manifestazione vanno spesso aggiunte anche le spese di trasporto, che ammontano in media a 115 franchi pro capite all'anno.

T 16.1: Spese per lo sport della popolazione residente svizzera d'età compresa tra i 15 e i 74 anni

		Spesa media pro capite della popolazione, in CHF	% di popolazione che effettua questa spesa
Spese effettuate in Svizzera	Abbigliamento sportivo	215	69
	Calzature sportive	160	64
	Attrezzi sportivi	246	33
	Noleggio di attrezzi e attrezzatura	38	17
	Attrezzatura, varie	46	26
	Cura/manutenzione/riparazione dell'attrezzatura sportiva	57	32
	Biglietti per assistere a manifestazioni sportive	80	34
	Ferie attive (gite in giornata)	89	33
	Ferie e viaggi attivi in Svizzera	319	26
	Spese di trasporto connesse allo sport	115	33
	Affiliazione a società sportive	94	31
	Offerte per società, federazioni, fondazioni e manifestazioni	33	18
	Impianti sportivi, ingresso e/o uso (compresi impianti di risalita ecc.)	149	58
	Ingresso e abbonamento a centri di fitness	159	22
	Allenamenti, corsi e formazioni specifici	96	16
	Alimentazione sportiva	24	14
	Prestazioni sanitarie e prodotti medici connessi all'attività sportiva	62	16
	Media (riviste specializzate, televisione a pagamento, ecc.)	19	13
	Gadget/oggetti da collezione	8	6
	Altre spese connesse all'attività sportiva (ad es. assicurazioni)	19	6
	Spese totali in Svizzera	2028	92
Spese effettuate all'estero	Abbigliamento, calzature, attrezzi sportivi, noleggio e altre attrezzature	67	18
	Biglietti per assistere a manifestazioni sportive e gite in giornata	47	9
	Ferie e viaggi attivi all'estero	368	19
	Spese totali all'estero	482	32
Totale spese connesse allo sport (Svizzera ed estero)		2510	93

Nota: intervistate 6195 persone (sondaggio online). La prima colonna indica quanto spende in media la popolazione d'età compresa tra i 15 e i 74 anni. La seconda colonna riporta la percentuale di persone d'età compresa tra i 15 e i 74 anni che affrontano la spesa in questione.

17. Sostegno allo sport e sfide

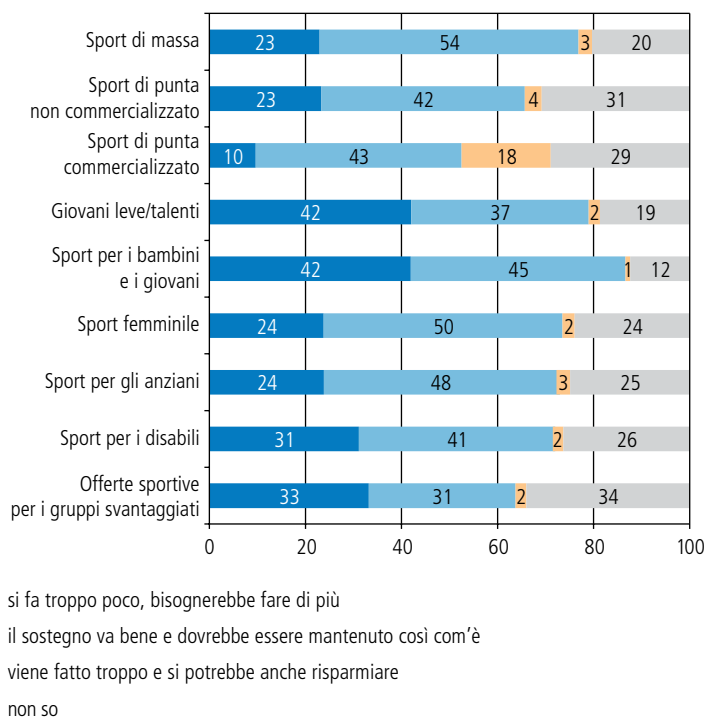
Chiaro «sì» al sostegno dello sport

«Se avesse 1000 franchi da devolvere, quanti ne destinerebbe alla cultura, quanti al sociale e quanti allo sport?». L'obiettivo di questa domanda era capire come la popolazione svizzera distribuirebbe offerte o il ricavato di lotterie. Se alcune persone hanno ripartito i 1000 franchi in egual misura tra cultura, sociale e sport, la grande maggioranza ha soppesato e con consapevolezza i tre settori e ha attribuito di conseguenza le somme, in modo differenziato. In media, 380 franchi sono stati destinati al sociale, 345 allo sport e 274 alla cultura.

Questa «chiave di ripartizione» trova ampia risonanza, indipendentemente dalla regione di domicilio, dalla posizione sociale e dalla regione linguistica: gli Svizzeri tedeschi, francesi e italiani destinerebbero allo sport la stessa somma. Le persone con un alto grado di istruzione assegnerebbero allo sport una cifra leggermente inferiore; per contro, quelle con un reddito familiare elevato una cifra leggermente superiore. La popolazione straniera darebbe un contributo lievemente inferiore a quello degli Svizzeri. Gli uomini destinerebbero allo sport un po' di più rispetto alle donne e le persone giovani un po' di più rispetto a quelle in età più avanzata.

Nel complesso, le differenze tra i gruppi di popolazione sono comunque minime. Tutti i valori medi rientrano in una forchetta compresa tra 300 e 380 franchi. Solo gli inattivi, con una media di 288 franchi, si attestano su un valore nettamente inferiore, determinato dalla percentuale di persone che non destinerebbero alcun contributo allo sport (15%), che in questo gruppo è proporzionalmente doppia. Anche tra gli inattivi, a queste persone si contrappone pur sempre un 17% che darebbe allo sport un contributo di più di 400 franchi.

F 17.1: Valutazione del sostegno allo sport (in % della popolazione residente d'età compresa tra i 15 e i 74 anni)



Nota: intervistate 6742 persone (sondaggio online).

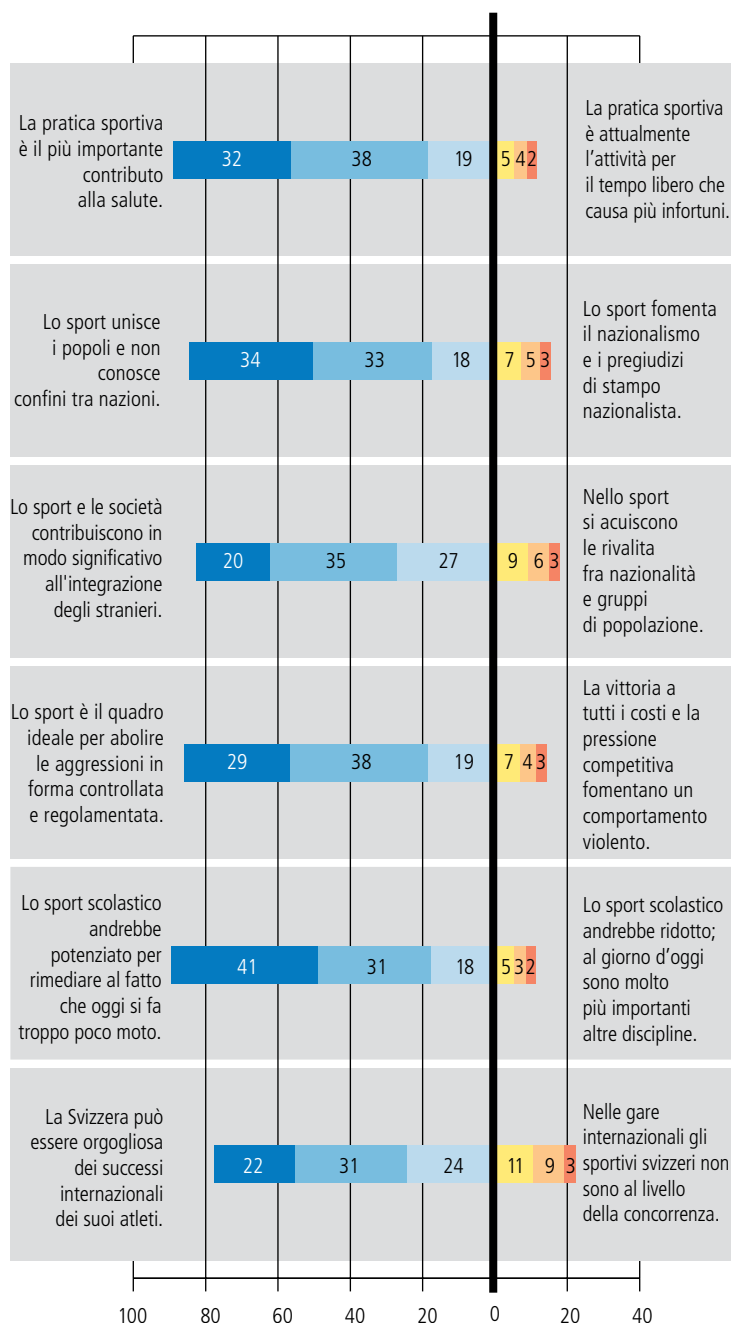
Si chiede un maggior sostegno per lo sport per i giovani e per le giovani leve

Lo sport viene praticato e fruito con entusiasmo e gode di alta considerazione, ma non solo: la figura 17.1 conferma che sussiste anche un'ampia disponibilità a mettere a disposizione le infrastrutture e i mezzi finanziari necessari. Una stragrande maggioranza della popolazione svizzera ritiene che lo sport debba continuare ad essere appoggiato nelle forme attuali o che il sostegno dovrebbe addirittura essere ampliato. Godono di un sostegno particolarmente forte lo sport per i bambini e per i giovani, a prescindere che si tratti di sport di massa o di un sostegno specifico delle giovani leve.

La grande importanza attribuita allo sport per i giovani è confermata dal fatto che il 99 % della popolazione ritiene che lo sport eserciti sui giovani un'influenza positiva, soprattutto per quanto riguarda determinazione e volontà, capacità di sopportare e superare sconfitte, delusioni e aggressioni, fair play e assunzione di un comportamento responsabile verso droghe e sostanze che generano dipendenza.

La figura 17.2 conferma l'immagine positiva di cui gode lo sport. Una chiara maggioranza della popolazione svizzera ritiene che lo sport sia un buon rimedio al troppo poco movimento e che svolga un ruolo importante a favore della salute pubblica. Oltre al vantaggio che apporta alla salute, viene ampiamente riconosciuto il contributo che lo sport presta all'integrazione, alla riduzione delle aggressioni e alla comprensione tra i popoli. Solo una minoranza del 15 % ritiene che lo sport induca a un comportamento tendenzialmente aggressivo e che attizzi rivalità o, secondo un altro 15 %, pregiudizi di stampo nazionalistico.

F 17.2: Grado di accordo con diverse dichiarazioni bipolari (in % della popolazione residente d'età compresa tra i 15 e i 74 anni)



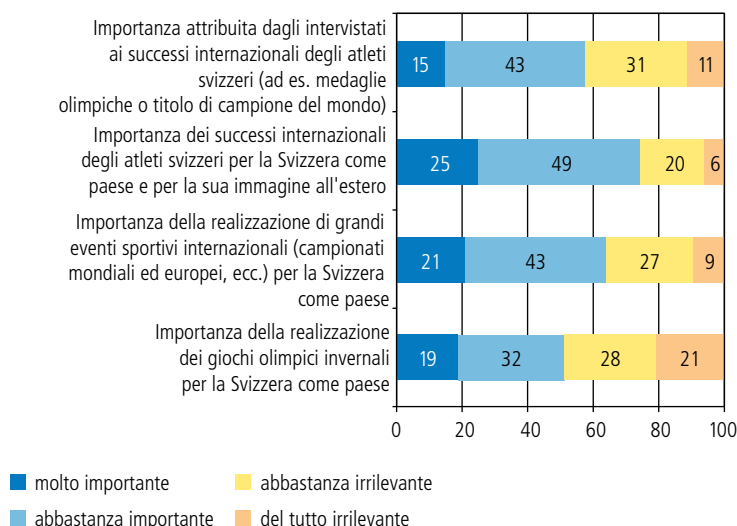
Nota: intervistate 6806 persone (sondaggio online). La figura rappresenta quanto, su una scala da uno a sei, gli intervistati erano d'accordo con le diverse affermazioni. Più le risposte si avvicinano ai poli, tanto maggiore è il grado di accordo.

Commercializzazione dello sport di punta e grandi eventi sportivi: non mancano le critiche

Partendo da questi presupposti, non stupisce il chiaro favore che incontra il sostegno, oltre che allo sport per i giovani, anche allo sport per disabili, donne e anziani, alle offerte per i gruppi svantaggiati e in generale allo sport di massa (v. figura 17.1). Per quanto riguarda lo sport di punta si osserva un'interessante differenziazione: se quello non commercializzato gode di un consenso simile a quello dello sport di massa, nei confronti dello sport di punta commercializzato viene assunta più spesso una posizione piuttosto critica, secondo la quale in questo settore si potrebbe risparmiare. Nel complesso, tuttavia, anche per quanto riguarda lo sport di punta una chiara maggioranza ritiene che debba continuare ad essere appoggiato nelle forme attuali; il 10 % è addirittura dell'opinione che il sostegno dovrebbe addirittura essere ampliato. Quattro quinti della popolazione pensano inoltre che la Svizzera debba essere fiera dei successi internazionali dei suoi atleti e solo un quinto ritiene che nelle competizioni internazionali gli svizzeri non siano al livello dei loro avversari.

Che ci siano anche pareri critici sullo sport di punta commercializzato e su grandi eventi sportivi come i giochi olimpici o i campionati mondiali emerge dalla figura 17.3. La maggior parte della popolazione attribuisce importanza ai successi internazionali degli atleti svizzeri e il valore di questi successi per la Svizzera e la sua immagine all'estero viene riconosciuta dai tre quarti circa della popolazione. Riguardo all'importanza dei grandi eventi sportivi internazionali, invece, vengono sollevati anche dubbi considerevoli. Se i campionati mondiali ed europei sono ancora considerati importanti per la Svizzera da parte di una maggioranza, per quanto riguarda i giochi olimpici invernali si delinea una situazione di assoluta parità: la metà pensa che siano (piuttosto) importanti per la Svizzera, l'altra metà ritiene che invece siano (pressoché) irrilevanti. Dal confronto di questi dati con quelli del 2000 emerge che oggi si tende ad attribuire meno valore sia ai successi conseguiti a livello internazionale dagli atleti svizzeri che ai grandi eventi sportivi.

F 17.3: Valutazione dell'importanza di grandi manifestazioni sportive (in % della popolazione residente d'età compresa tra i 15 e i 74 anni)

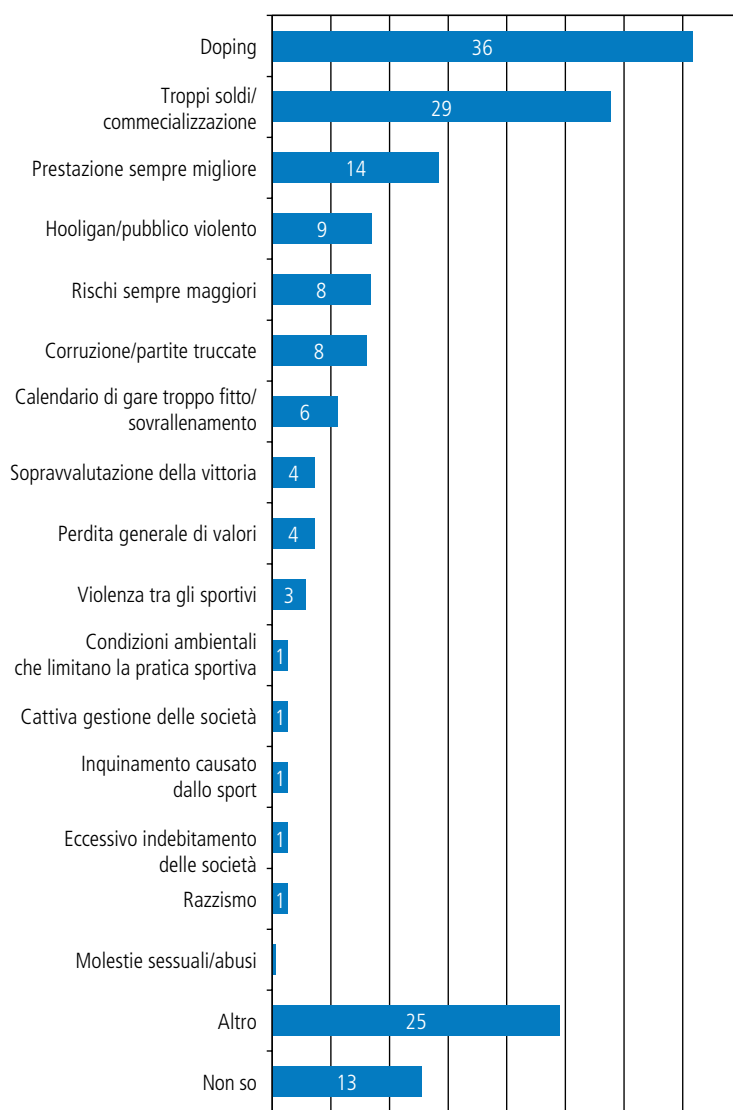


Nota: intervistate tra 6593 e 6640 persone (sondaggio online).

Il doping è il problema numero 1

Il fatto che lo sport di punta commercializzato e i grandi eventi sportivi suscitino maggiori riserve di quanto non facciano lo sport di massa e per i giovani va correlato ai problemi che si manifestano nello sport. Durante un colloquio telefonico, agli intervistati è stato chiesto di elencare i problemi più gravi dello sport di oggi. Riconducendo in categorie queste risposte spontanee, il doping risulta essere il problema numero uno, seguito da commercializzazione crescente, «prestazioni sempre migliori», hooligan, rischi e corruzione troppo elevati (v. figura 17.4). Tutte le problematiche menzionate alludono allo sport di punta commerciale, mentre non viene praticamente fatto cenno a problemi nello sport di massa e dei giovani. La violenza tra i giocatori, inquinamento causato dallo sport, razzismo o molestie sessuali e cattiva gestione delle società sono menzionati solo in casi isolati.

F 17.4: Problemi nello sport (percentuale di popolazione che menziona i singoli problemi)



Nota: intervistate 10 444 persone.

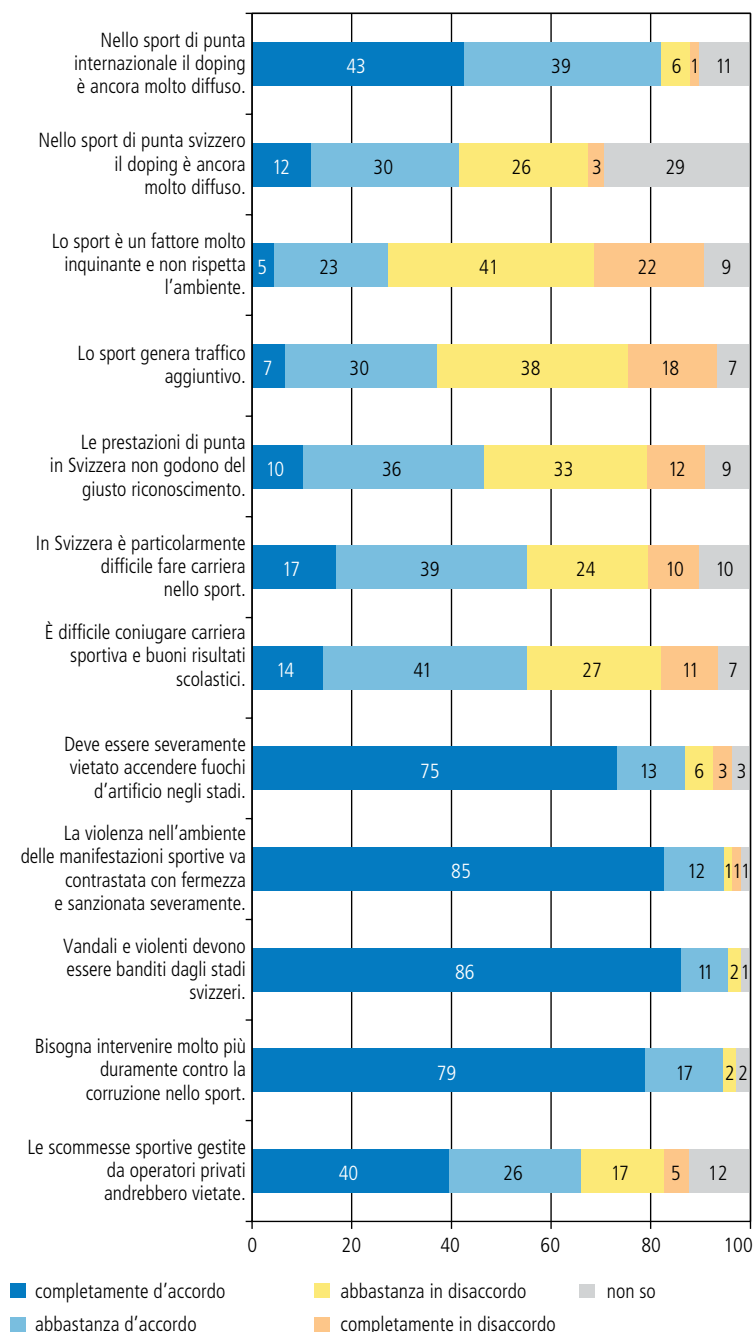
La valutazione concreta delle diverse problematiche e di diverse proposte di soluzioni che doveva essere fornita nel sondaggio online rimanda un'immagine tutto sommato simile a quella dell'intervista telefonica, seppur con qualche differenza (v. figura 17.5). Sebbene la maggior parte della popolazione non consideri lo sport come un grave fattore inquinante, l'inquinamento e il traffico causati dallo sport ricevono comunque maggiore attenzione. Per quanto riguarda il doping si registra una chiara distinzione tra la situazione dello sport internazionale e quella dello sport svizzero: nel primo caso una netta maggioranza ritiene che il doping sia ancora molto diffuso, nel secondo lo pensa solo una minoranza, per quanto molti non si siano ritenuti in grado di giudicare la diffusione del doping in Svizzera. È invece unanime il consenso sul fatto che si debba procedere rigorosamente contro il doping, nonostante ciò si possa ripercuotere negativamente sulle prestazioni di punta a livello internazionale degli atleti svizzeri o che possa mettere a rischio la loro carriera (risultati più dettagliati a questo proposito sono contenuti in un rapporto speciale sul doping realizzato per conto di Antidoping Svizzera).

Linea dura contro violenza, hooligan e corruzione

Oltre alla chiara presa di posizione per una lotta al doping rigorosa, emerge che in Svizzera le prestazioni («polute») di punta e lo sport come professione non se la passano molto bene. Una percentuale considerevole degli intervistati ritiene che alle prestazioni sportive di punta in Svizzera non sia tributato il giusto riconoscimento e che sia difficile fare carriera nello sport. Già dalla figura 17.1 si evince che, negli ambiti sport delle giovani leve, promozione dei talenti e sport di punta (non commercializzato), è diffusa l'opinione che si potrebbe fare di più.

Per quanto riguarda violenza, hooligan e corruzione, la stragrande maggioranza della popolazione si esprime a favore della linea dura, anche per mezzo di misure di ordine pubblico: deve essere severamente vietato accendere fuochi d'artificio negli stadi e la violenza durante le manifestazioni sportive va contrastata con fermezza e sanzionata severamente. Vandali e violenti devono essere banditi dagli stadi. Inoltre bisognerebbe intervenire più duramente contro la corruzione nello sport e andrebbero vietate le scommesse sportive gestite da operatori privati.

F 17.5: Valutazione di diverse affermazioni su problemi e misure (in % della popolazione residente d'età compresa tra i 15 e i 74 anni)



Nota: intervistate 6770 persone (sondaggio online).

Riassumendo si può affermare che la popolazione svizzera mette in risalto i lati positivi dello sport ed è chiaramente a favore di una sua ampia promozione; nel contempo, esige che si lotti con decisione contro gli aspetti negativi quali doping, violenza e corruzione.

18. Metodo d'indagine e campioni

L'indagine Sport Svizzera è composta da un'intervista telefonica tramite strumenti informatici (CATI) e da una successiva rilevazione online basata su un questionario (CAWI) ed è stata realizzata dalla ditta specializzata LINK Institut a Lucerna, Zurigo, Losanna e Lugano. Il questionario è stato sviluppato dall'Osservatorio sport e movimento Svizzera in stretta collaborazione con i responsabili e i partner sulla base delle esperienze del 2000 e del 2008; su richiesta, è possibile riceverne una copia (www.sportobs.ch).

Per verificare il questionario e l'andamento dell'intervista, in data 11.12.2012 e 21.1.2013 sono stati eseguiti due test preliminari. Tutti gli intervistatori e i supervisori impiegati nell'indagine sono stati precedentemente istruiti. Le interviste sono state realizzate in tedesco, francese e italiano. L'indagine sul campo è iniziata il 15 febbraio 2013; le interviste telefoniche sono state realizzate fino al 22 luglio, mentre il questionario online si è chiuso il 26 agosto. Per evitare nella maggior misura possibile che i risultati fossero influenzati da effetti stagionali, il sondaggio è stato scaglionato in tre date d'inizio: 15 febbraio, 2 aprile e 24 maggio.

La comunità (popolazione di riferimento) per la scelta degli intervistati è composta da tutte le persone che vivono in Svizzera d'età compresa fra 15 e 74 anni. Da questa popolazione è stato estratto un campione di base; a questo si sommano i campioni accessori dei giovani e dei Cantoni e delle città che hanno partecipato al sondaggio (v. tabella 18.1). In totale è stato possibile realizzare 10652 interviste telefoniche. In aggiunta all'intervista telefonica, 7104 persone hanno compilato il questionario online. A seconda del campione accessorio, la partecipazione al sondaggio online si attesta tra il 60 e il 71 %. Oltre alle persone d'età compresa tra 15 e 74 anni, nell'ambito dell'indagine Sport Svizzera sono stati intervistati telefonicamente anche 1525 bambini d'età compresa tra i 10 e i 14 anni. Per questo campione è stato utilizzato un questionario a parte; i risultati sono documentati in un rapporto a sé stante.

Gli intervistati sono stati scelti secondo il principio della casualità dal quadro di campionamento per le indagini presso la popolazione dell'Ufficio federale di statistica. Prima dell'inizio delle interviste, l'Ufficio federale dello sport ha inviato a ogni persona selezionata una lettera contenente informazioni sull'indagine, sull'importanza dello studio e sulla protezione dei dati. Inoltre è stato approntato un numero di telefono dedicato ed è stato messo in linea un sito internet d'informazione. La tabella 18.2 offre una panoramica sulle quote di partecipazione nei diversi campioni e sulle non risposte.

T 18.1: Numero di interviste realizzate nei diversi moduli

	Intervista telefonica	Sondaggio online	% sondaggio online
Modulo base Svizzera (15-74 anni)	3557	2374	66,7
Modulo accessorio giovani (15-19 anni)	1011	1331	70,2
Cantone di Argovia	761	696	66,7
Cantone di Basilea Campagna	728	583	69,3
Cantone di Ginevra	686	605	60,1
Cantone dei Grigioni	704	534	65,9
Cantone di San Gallo (esclusa la città di San Gallo)	621	571	69,3
Cantone di Zurigo (escluse le città di Zurigo e Winterthur)	721	780	67,6
Città di San Gallo	399	288	66,8
Città di Winterthur	747	530	66,9
Città di Zurigo	717	575	67,5
TOTALE (15-74 anni)	10652	7104	66,7
Modulo accessorio bambini (10-14 anni)	1525		

T 18.2: Quote di partecipazione e rifiuti nell'intervista telefonica

	Modulo base Svizzera	Modulo accessorio giovani	Modulo accessorio Cantoni	Totale	Modulo accessorio bambini
Indirizzi validi	5346	1254	9874	16474	1952
Contatti aperti	876	114	1582	2572	166
Rifiuto di partecipare	369	44	619	1032	134
Problemi linguistici	246	7	610	863	57
Problemi legati all'età e alla salute	187	11	427	625	3
Assenza durante il periodo del rilevamento	68	59	436	563	25
Altri motivi	43	8	116	167	42
Interviste realizzate	3557	1011	6084	10652	1525
Utilizzazione (in %)	67	81	62	65	78
Durata dell'intervista: media aritmetica (in minuti)	24,1	25,9	26,1	25,4	32,7

Grazie ad ulteriori misure collaterali (ad esempio promemoria, ripetizione della telefonata in caso di rifiuto, ecc.) e alla motivazione degli intervistatori è stato possibile raggiungere una buona utilizzazione del 65 %. I bambini e i giovani hanno raggiunto quote di partecipazione particolarmente elevate, rispettivamente 78 % e 81 %. Limitata la percentuale dei rifiuti veri e propri, che si è attestata in media al 6 %.

In media, le interviste hanno richiesto 25 minuti abbondanti. La grande maggioranza delle interviste è stata realizzata in tedesco (72 %), un quinto in francese e l'8 % in italiano. Donne e uomini hanno partecipato all'indagine in quote uguali. Considerando che per i giovani è stato estratto un campione aggiuntivo, l'indagine fornisce una rappresentazione piuttosto fedele della struttura per età della popolazione svizzera. Un buon 16 % degli intervistati è di nazionalità straniera. La percentuale di intervistati stranieri è inferiore alla quota di stranieri sull'intera popolazione (il 23 % alla fine del 2012). Questa differenza va ricondotta al fatto che le interviste sono state realizzate solo nelle tre lingue nazionali. Per essere del tutto corretti, in questo rapporto si dovrebbe quindi parlare sempre di popolazione residente assimilata dal punto di vista linguistico e d'età compresa tra i 15 e i 74 anni.

Per fare in modo che il campione globale – costituito da diversi campioni rappresentativi di portata parziale – possa davvero essere rappresentativo dell'intera popolazione residente in Svizzera (assimilata dal punto di vista linguistico) è stato necessario introdurre diversi elementi di elaborazione. Questi ultimi considerano la diversa grandezza dei campioni nelle varie regioni e nei gruppi d'età, nonché la partecipazione al sondaggio online, leggermente diversa a seconda dell'attività. Queste cifre si basano su dati elaborati; per quanto riguarda i dati presentati si tratta di dati non elaborati e si riferiscono al numero effettivo delle persone intervistate.

Sebbene «Sport Svizzera» sia l'indagine più ampia sul comportamento sportivo realizzata in Svizzera e i dati siano stati rilevati ed elaborati secondo rigorosi criteri scientifici, va tenuto presente che nei rilevamenti a campione c'è sempre un certo margine d'errore. Per controllare questo margine d'errore in statistica si usa il cosiddetto intervallo di confidenza, che si calcola con la seguente formula:

$$V = \pm 2 \sqrt{p(100-p)/n}$$

V = intervallo di confidenza

p = percentuale di intervistati che hanno dato una determinata risposta (in punti percentuali)

n = grandezza del campione, non elaborata

Se per esempio il 44,3 % degli intervistati del campione afferma di fare camminate, il «vero» valore della popolazione di riferimento rientra con una probabilità del 95 % in un intervallo compreso tra il 43,3 e il 45,3 % (intervallo di confidenza: $\pm 0,96$ punti percentuali). Nel caso della vela, che viene menzionata dall'1,1 % della popolazione svizzera, il «vero» valore rientra con una probabilità del 95 % in un intervallo compreso tra il 0,9 e l'1,3 % (intervallo di confidenza: $\pm 0,20$ punti percentuali). Partendo da questi presupposti, le variazioni minime tra il 2008 e il 2014 riportate nella tabella 6.1 non sono rilevanti dal punto di vista statistico e vanno quindi interpretate con prudenza. Ciò vale in particolare per i cambiamenti nella Svizzera italiana riportati nella tabella 7.1.

In aggiunta, sono state effettuate diverse analisi, anche multivariate, dei risultati presentati, di cui è stata verificata la significatività. Per motivi di spazio queste analisi non sono illustrate nel presente rapporto, che si limita a interpretarne i risultati. Il loro livello di significatività è del 99 %.

Secondo le indicazioni dell'Ufficio federale di statistica, nel 2013 la popolazione residente in Svizzera d'età compresa tra i 15 e i 74 anni era di circa 6,2 milioni di persone. Tenendo presente l'intervallo di confidenza si può quindi affermare che la percentuale dell'1 % di intervistati equivale a circa 62 000 persone.

Foto di copertina: © www.slowUp.ch

Osservatorio sport e movimento Svizzera
c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG
Forchstrasse 212
CH-8032 Zurigo
info@sportobs.ch
www.sportobs.ch

Ufficio federale dello sport UFSPO
2532 Macolin
info@baspo.admin.ch
www.ufspo.ch