

SPORT SVIZZERA 2008

Pratica sportiva e consumo di sport fra la popolazione svizzera



Pratica sportiva e consumo di sport fra la popolazione svizzera

Markus Lamprecht, Adrian Fischer, Hanspeter Stamm

2008

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

Ufficio federale dello sport UFSP
Ricerca settoriale Monitoring di sport
e movimento in Svizzera

Sommario

L'essenziale in breve	5
1 Introduzione	7
2 Quantità ed evoluzione dell'attività sportiva	8
3 Differenze secondo sesso ed età	11
4 Motivi ed esigenze correlati alla pratica sportiva	13
5 Sport praticati e desiderata	15
6 Gli inattivi	20
7 Differenze regionali nell'attitudine verso lo sport	22
8 Differenze sociali nell'approccio allo sport	27
9 Luoghi ed orari della pratica sportiva	30
10 Sport nelle società sportive	31
11 Sport nei centri di fitness	33
12 Sport durante le vacanze	34
13 Sport come genere di consumo	35
14 Lesioni da sport	38
15 Sostegno dello sport ed immagine dello stesso	39
16 Metodo d'indagine e campioni	41

L'essenziale in breve



Il presente rapporto presenta i principali risultati dello studio «Sport Svizzera 2008». Considerata l'enorme massa di informazioni riportate qui di seguito i risultati principali dell'indagine vengono di seguito riassunti in forma succinta:

- Poco meno di tre quarti (73%) della popolazione residente in Svizzera pratica sport almeno di tanto in tanto. Il livello di attività effettivo varia però notevolmente: due quinti della popolazione (40%) praticano sport più volte a settimana per un totale di tre ore o più; un quarto abbondante (27%) almeno una volta a settimana, un sedicesimo (6%) pratica sport solo in modo irregolare, il quarto restante (27%) afferma di non praticare sport. Interrogati in proposito, due terzi degli inattivi dichiarati ammettono comunque di fare di tanto in tanto attività fisica (sportiva).
- Se si confrontano tali risultati con quelli dell'analogo studio condotto nel 2000 si nota che la quota di chi fa regolarmente sport negli ultimi anni è aumentata, mentre quella degli inattivi resta invariata. Il segmento di chi fa sport saltuariamente è invece diminuito in modo significativo.
- Se si analizza l'attività sportiva secondo il sesso si nota che le donne hanno ormai concluso con successo un inseguimento che durava da decenni ed ora la quota (39%) di donne che praticano attivamente sport più volte al settimana per più ore è di fatto pari a quella degli uomini (41%). Praticamente uguale anche il numero di inattivi (donne 28%, uomini 27%).
- Con l'aumentare dell'età aumenta l'inattività, ma ciò non significa che le persone più anziane non praticano sport; al contrario. Anche nella fascia oltre i 65 anni sono in molti a praticare sport più volte a settimana (donne 30%, uomini 39%), mentre la quota di inattivi si attesta su un terzo circa.
- Si può praticare sport per diversi motivi; ma due sembrano dominare fra la popolazione: salute e divertimento, citati da oltre il 95 per cento degli intervistati come motivi (molto) importanti.
- Sebbene gli intervistati citino nel complesso circa 200 sport diversi, le preferenze degli attivi si appuntano chiaramente su una cerchia ristretta di discipline: ciclismo, camminare/walking, nuoto, sci, jogging, fitness e ginnastica sono in cima alle preferenze, seguiti da calcio come principale gioco di squadra. Ciclismo, camminare/walking, fitness e nuoto sono fra i più citati anche quando si chiede quali sport si vorrebbero praticare (con maggiore frequenza).

- La maggior parte di chi non lo pratica in linea di massima non ha niente contro lo sport. La mancanza di tempo (42%) è la principale causa addotta per l'inattività. Se iniziasse (o riprendesse) un'attività sportiva la maggior parte degli inattivi si deciderebbero per uno degli sport preferiti citati in precedenza.
- Nelle attività sportive si evidenziano scarti dovuti non soltanto a sesso ed età. Particolarmente evidenti sono le differenze fra le regioni linguistiche: la quota di persone che fanno sport più volte a settimana per un totale di tre ore o più nella Svizzera tedesca (45%) è notevolmente superiore a quella riscontrata nella Svizzera romanda (28%) o in quella italiana (30%). Quest'ultima ha anche la più alta percentuale di inattivi (42%, Svizzera romanda 40%, Svizzera tedesca 22%).
- Si notano anche tutta una serie di differenze sociali: più sono elevati livello d'istruzione, posizione professionale e reddito, maggiore è l'attività sportiva svolta. Oltre a ciò si nota che gli stranieri che vivono in Svizzera sono molto meno attivi nello sport degli Svizzeri. Scomponendo i dati comunque si rileva che persone provenienti dall'Europa del nord o dell'ovest si differenziano solo di poco rispetto agli svizzeri, mentre le differenze sono maggiori per chi proviene dall'Europa meridionale e dell'est.
- In Svizzera lo sport viene spesso messo in relazione alla natura (sentieri nei boschi, montagne, lidi, piste ciclabili) ed è praticato al di fuori di strutture organizzate. La società sportiva resta comunque l'operatore più importante in questo ambito. Un quarto circa della popolazione residente è affiliata ad una società e un membro su tre s'impegna attivamente nel lavoro volontario per il club. Anche i centri fitness privati sono operatori importanti, considerato che nel frattempo il 14 per cento della popolazione residente è tesserata presso tali strutture.
- Lo sport è un'attività che può essere svolta non solo di mattina presto, la sera o durante il fine settimana; oltre un terzo degli intervistati dichiara di aver fatto negli ultimi cinque anni almeno una settimana di vacanze attive. Come prevedibile, particolarmente gettonate le settimane bianche o quelle dedicate a camminate ed escursioni in bicicletta, in Svizzera (63% delle settimane di vacanze di sport) e all'estero (37%).
- Le variare attività sportive della popolazione svizzera si riflettono in un elevato interesse per gli avvenimenti sportivi: un quinto circa della popolazione si interessa ad essi, soprattutto se trasmessi alla televisione. In cima alla lista delle preferenze calcio, tennis e sci.
- Se da un lato si pratica sport spesso per preservare la salute, c'è pur sempre un rovescio della medaglia: 12 per

cento della popolazione indicano di aver avuto un infortunio durante l'attività sportiva nel corso dei 12 mesi precedenti al sondaggio. Anche se di regola le conseguenze sono limitate, un infortunato su quattro è rimasto assente dal lavoro per almeno un giorno.

- Lo sport gode di un'immagine eccellente fra la popolazione svizzera; il 98 per cento degli intervistati ritengono che esso apporti un contributo positivo allo sviluppo di bambini e giovani e una limitata maggioranza si dice favorevole ad un aumento delle misure di sostegno in questo ambito. Non manca chi preferirebbe invece sostenere maggiormente lo sport handicap, quello femminile o quello degli anziani.
- L'entusiasmo della popolazione per lo sport non impedisce però di rilevare con obiettività tendenze problematiche in questo settore: fra i problemi principali dello sport moderno vengono citati soprattutto il doping (32%), l'eccessiva commercializzazione (28%) e le intemperanze dei tifosi (hooliganismo, 12%).

I capitoli che seguono presentano più dettagliatamente i risultati. Nell'ambito di Sport Svizzera 2008 è prevista la pubblicazione di altri resoconti che approfondiscono e completano il quadro presentato in questa sede.

1. Introduzione

«Sport Svizzera 2008» rappresenta la ricerca più ampia e completa mai condotta in Svizzera per verificare il comportamento e le esigenze della popolazione nel campo dello sport. Negli ultimi dodici mesi l'Osservatorio sport e movimento Svizzera ha intervistato migliaia di persone, procedendo poi alla valutazione di un'enorme quantità di dati.

Questa impresa – unica nel suo genere – è stata possibile sono grazie ad una stretta cooperazione fra diversi partner. Oltre all'Ufficio federale dello sport (UFSP) in qualità di responsabile dell'osservatorio, l'inchiesta è stata sostenuta da Swiss Olympic, Ufficio per la prevenzione degli infortuni (upi) e dall'Istituto nazionale di assicurazione contro gli infortuni (suva). Quali organizzazioni partner dell'osservatorio dello sport, inoltre, l'Ufficio federale di statistica ed il servizio dello sport del Cantone di Zurigo hanno fornito assistenza tecnica al progetto. Hanno partecipato alla ricerca diversi uffici dello sport cantonali e comunali, mentre Gioventù + Sport ha garantito la partecipazione alle interviste (per la prima volta) di bambini fra 10 a 14 anni. Il rilevamento dei dati sul campo è stato svolto dal LINK Institut di Lucerna.

Sport Svizzera 2008 si basa su interviste telefoniche fatte a un campione rappresentativo della popolazione residente in Svizzera in età compresa fra 10 e 74 anni. Il progetto si riallaccia a sondaggi precedenti sul comportamento della popolazione svizzera in merito allo sport (Sport Svizzera 2000) e integra diversi altri studi come ad esempio il survey sul movimento o quello sulla lotta contro il doping. In tutto sono state intervistate oltre undicimila persone scelte con una procedura casuale, che offrono uno spaccato assolutamente rappresentativo della popolazione residente in Svizzera.

L'obiettivo che Sport Svizzera 2008 si propone è di delineare un quadro composito dell'atteggiamento della popolazione svizzera riguardo allo sport e rispondere in particolare alla domanda sui mutamenti avvenuti in tale settore negli ultimi dieci anni. Chi pratica cosa, come, dove con chi e per quali motivi? Quali sono gli sport più amati? Quale significato hanno le società sportive ed i centri di fitness, gli impianti sportivi esistenti e gli spazi destinati al movimento? Che dire a proposito della pratica sportiva all'aperto? Quali sono i desideri ed i bisogni di chi pratica sport? Quali desideri e aspettative hanno gli inattivi? Quali differenze sociali e regionali si rilevano? Quanto è grande l'interesse per lo sport nei mezzi di comunicazione? Quanto sono frequenti le lesioni da sport? Come viene giudicato il sostegno allo sport in Svizzera e qual è l'immagine di cui gode lo sport in generale?



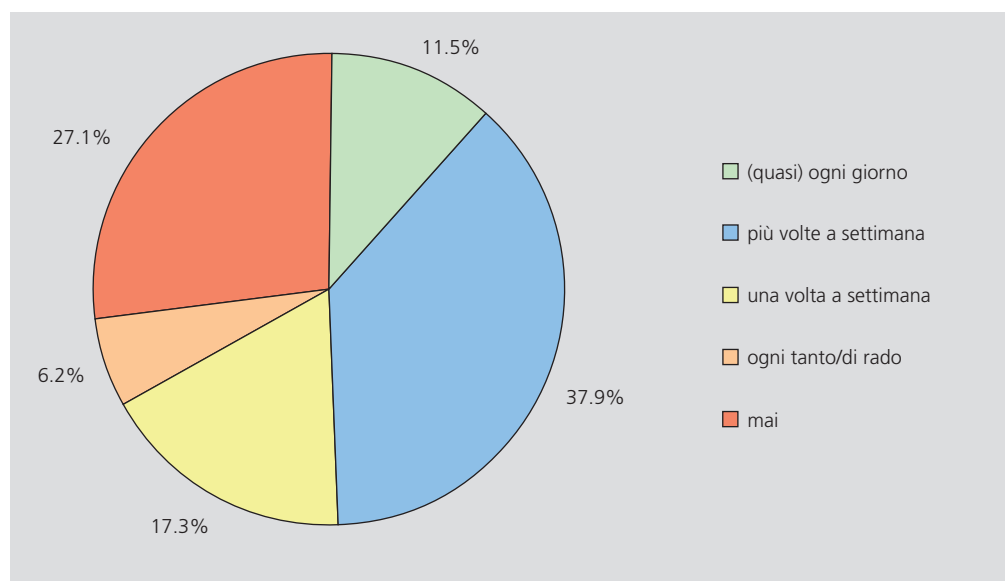
Dando risposte dettagliate a simili domande, la presente indagine migliora le conoscenze utili per la pianificazione e la statistica nel campo dello sport e fornisce basi scientifiche a quanti sono chiamati a prendere decisioni nel campo della politica dello sport. In futuro lo studio «Sport Svizzera» dovrebbe essere ripetuto ogni cinque o sei anni e divenire un utile strumento per tenere sotto osservazione il mondo dello sport elvetico.

In questo resoconto presentiamo i risultati principali relativi alla popolazione svizzera in età fra 15 e 74 anni. Nel corso dell'anno seguiranno diversi studi parziali a livello cantonale e comunale (Basilea campagna, Berna, Grigioni, San Gallo, Ticino, Zurigo cantone e città, Winterthur) ed un resoconto dedicato a bambini e giovani.

2. Quantità ed evoluzione dell'attività sportiva

La popolazione svizzera si dimostra oltremodo sportiva. La metà di tutte le persone che vivono in Svizzera dicono di praticare sport più volte a settimana, un quarto scarso lo fa in modo meno regolare, mentre il 27 per cento dichiara di non essere attivo nel campo dello sport (v. figura 2.1).¹

A 2.1: Frequenza dell'attività sportiva fra la popolazione svizzera

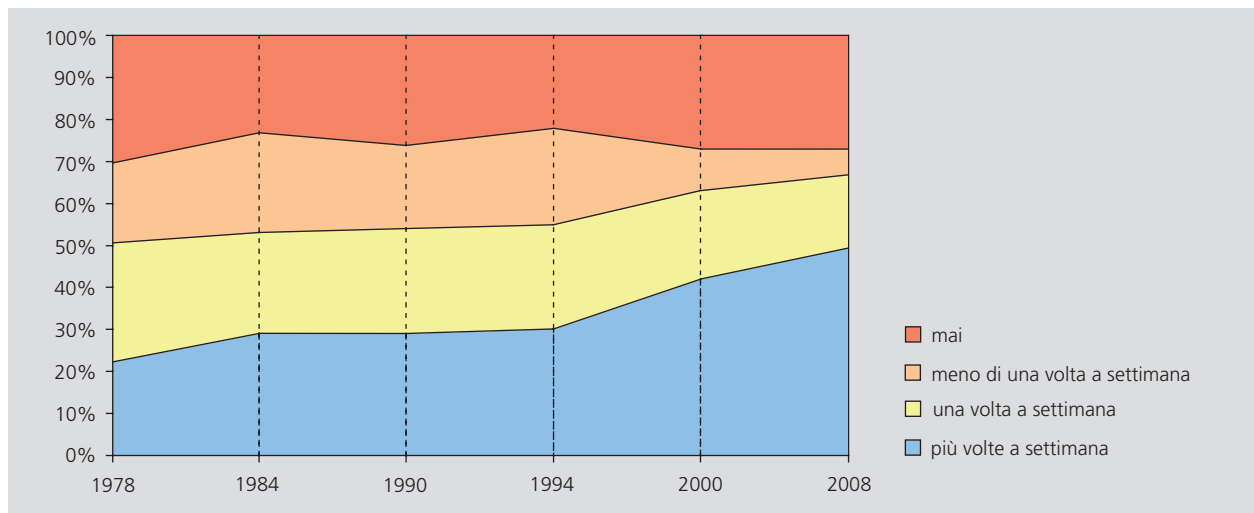


Nota: sono state interrogate 10246 persone. I dati percentuali sono tratti dai dati elaborati (v. sezione 16).

Se si confrontano questi dati con i vecchi studi sul comportamento sportivo della popolazione si nota che l'attività sportiva è aumentata col passare del tempo (v. figura 2.2). La quota di persone attive nello sport più volte a settimana negli ultimi trent'anni è più che raddoppiata (dal 22% nel 1978 al 49% del 2008). Si possono osservare due spinte alla crescita; la prima fra il 1978 ed il 1984 e poi, con intensità maggiore, fra il 1994 ed il 2008. La quota di sportivi con attività regolare negli ultimi 14 anni è aumentata notevolmente. Contemporaneamente però anche la parte di non sportivi è salita e attualmente si situa allo stesso livello del 1978, mentre sono praticamente scomparsi gli sportivi occasionali. Il fossato fra sportivi e inattivi si è ulteriormente allargato: attualmente o si pratica sport regolarmente o non lo si fa affatto.

¹ A fini di comparazione la prima domanda relativa all'attività sportiva «Pratica ginnastica, fitness o sport» è stata ripresa dall'indagine sulla salute in Svizzera e da «Sport Svizzera 2000». Il 73 per cento degli intervistati rispondono affermativamente alla domanda.

A 2.1: Evoluzione dell'attività sportiva in Svizzera 1978–2008



Nota: il confronto si basa su precedenti inchieste di Swiss Olympic, in cui non si distingueva ancora fra «più volte a settimana» e «(quasi) ogni giorno». Mentre le inchieste precedenti coinvolgevano al massimo 1000 intervistati, nel 2000 sono state interrogate 2064 persone e nel 2008 10 262.

In che modo si sia modificata negli ultimi otto anni l'attività sportiva in Svizzera lo si può apprendere dalla tabella 2.1, dove si riporta non solo la frequenza, ma anche la durata dell'attività sportiva. La parte di attivi che praticano sport meno di un'ora a settimana negli ultimi otto anni è ulteriormente diminuita, ma non è aumentata contemporaneamente la quota di quanti sono attivi nello sport più di quattro ore a settimana. La parte di quanti praticano sport oltre 6 ore a settimana – come la parte di chi pratica sport agonistico – è persino leggermente diminuita. Attualmente solo uno sportivo su cinque partecipa a gare o competizioni.

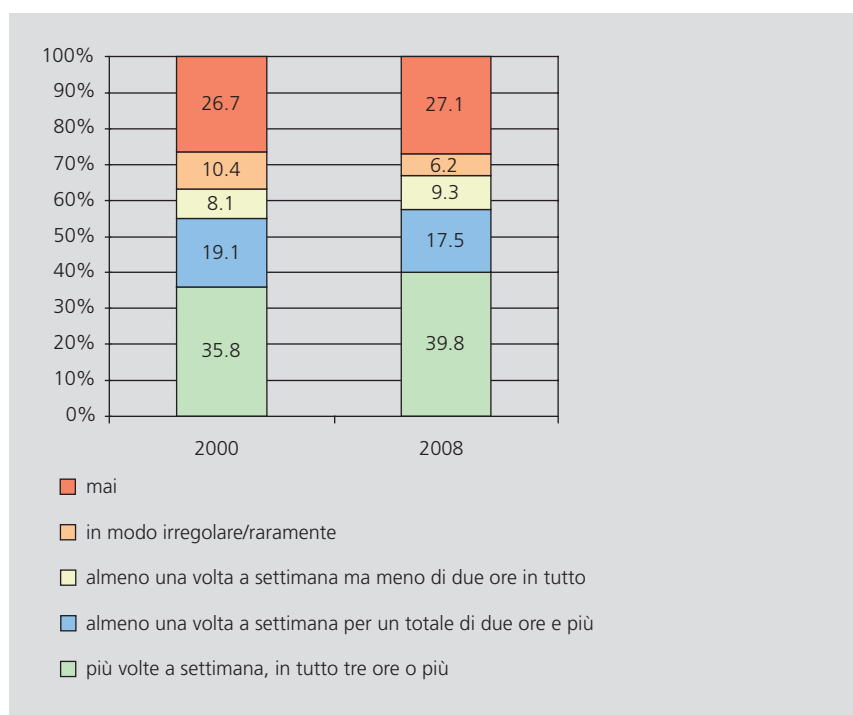
T 2.1: Profilo degli sportivi attivi a seconda della durata dell'attività e della partecipazione alle gare nel 2000 e nel 2008 (in percentuale degli sportivi attivi, ovvero incluse le persone che praticano sport solo raramente).

		2000	2008
Numero di ore a settimana	meno di un'ora	4.0	1.2
	1 ora	12.9	14.6
	2 ore	20.9	20.0
	fra 3 e 4 ore	27.6	29.5
	fra 5 e 6 ore	15.7	17.3
	7 ore e più	19.0	17.4
Partecipazione a competizioni	sì	22.1	20.2
	no	77.9	79.8

Note: nel rilevamento 2000 1487 interviste sul numero di ore e 1509 sulla partecipazione alle competizioni; nel rilevamento 2008 tali cifre aumentano rispettivamente a 7809 e 7827.

Per una misurazione più dettagliata dell'attività sportiva si possono combinare i dati relativi alla frequenza con quelli sulla durata delle attività sportive. Ciò facendo si ha il quadro riportato nella figura 2.3: il 40 per cento della popolazione residente in Svizzera afferma di praticare sport più volte a settimana per un totale di almeno 3 ore. La quota di questo gruppo negli ultimi otto anni è aumentata di otto punti percentuali a spese degli sportivi occasionali, mentre il gruppo degli inattivi non è divenuto più piccolo.

A 2.3: Attività sportive a seconda di frequenza e durata dell'attività sportiva nel 2000 e nel 2008



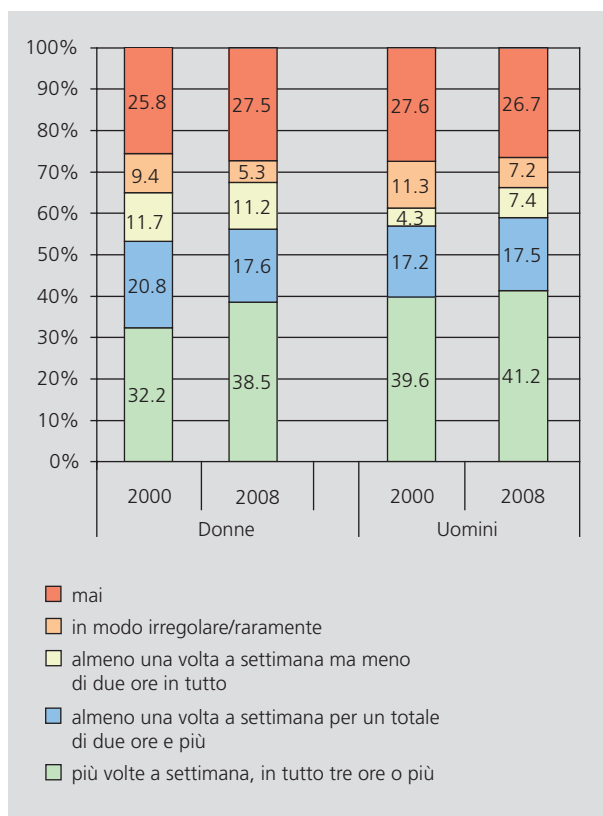
Nota: sono state intervistate 2058 persone nel 2000 e 10242 nel 2008.

Di seguito quando si parla di sportivi o di praticanti lo sport intendiamo tutte le persone che indicano di essere attive nello sport, anche se svolgono l'attività in modo solo irregolare o raramente (72.9% della popolazione). Parliamo di un'elevata attività sportiva per tutte le persone attive più volte a settimana per un totale di tre ore o più (39%). Non sportivi o inattivi sono tutti gli intervistati che indicano di non praticare sport (27.1%).

3. Differenze secondo sesso ed età

Le differenze specifiche fra i sessi in merito al comportamento in generale nei confronti dello sport negli ultimi anni sono ulteriormente diminuite (v. fig 3.1.). Fra le donne sono aumentate sia la quota delle praticanti attive più volte a settimana per un totale di almeno tre ore sia quella delle inattive, mentre fra gli uomini si sono rilevate solo lievi differenze. Visto a livello globale di popolazione le donne oggi sono attive quasi quanto gli uomini.

A 3.1: Attività sportive secondo il sesso, 2000 e 2008

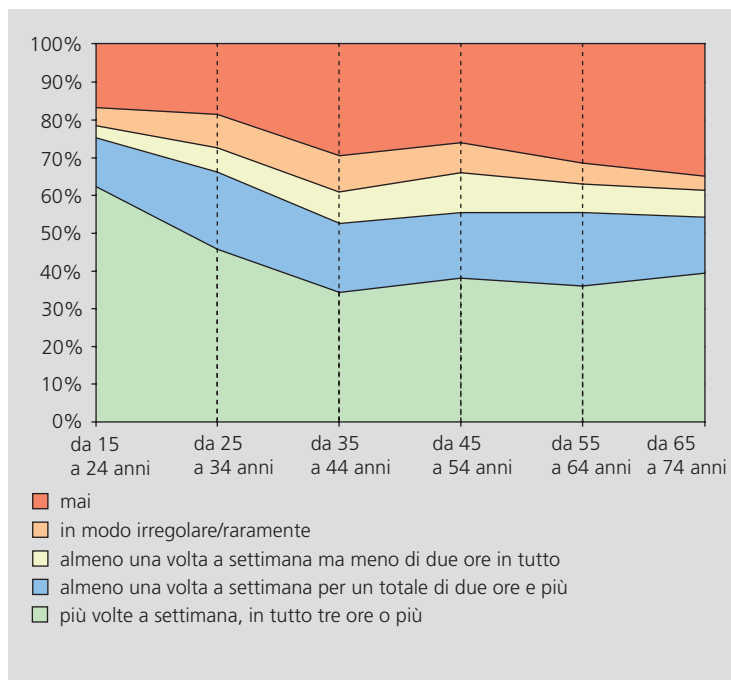


Nota: intervistate 10 242 persone nel 2008 e 2058 nel 2000.

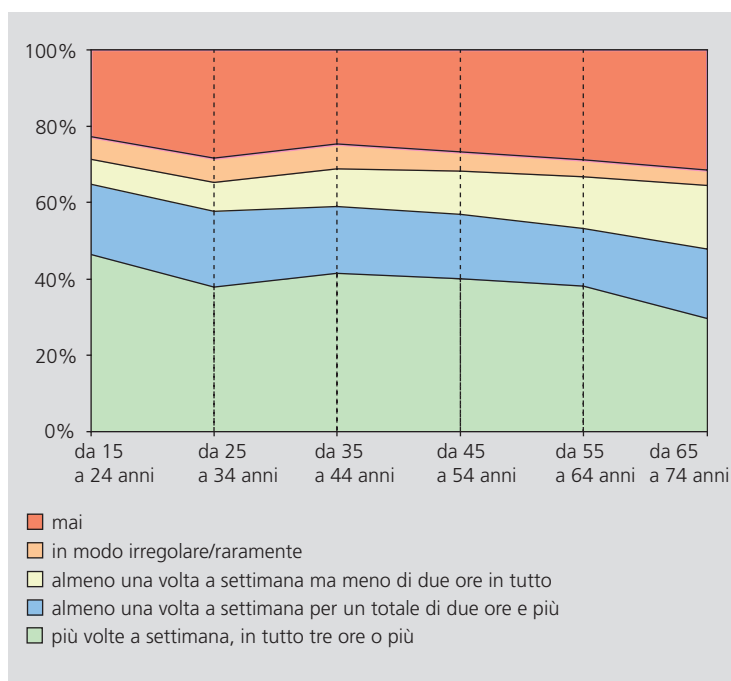
Il quadro è diverso quando si passa a osservare le attività sportive secondo i diversi gruppi di età (v. figure 3.2 e 3.3). Nella fascia d'età fra i 15 e i 24 anni i maschi continuano ad essere chiaramente più attivi delle femmine, fra 20 e 40 anni l'attività sportiva diminuisce notevolmente fra gli uomini, mentre fra le donne – certo per via della riduzione dell'attività con l'inizio della maternità – cala dapprima lievemente per poi risalire. Nella fascia fra 35 e 54 anni le donne praticano sport quasi quanto negli anni giovanili e più degli uomini nella stessa età. Nell'età seguente al pensionamento fra le donne l'attività sportiva diminuisce costantemente, mentre gli

uomini sfruttano il tempo disponibile grazie alla cessazione del lavoro con una maggiore attività sportiva.

A 3.2: Quantità di attività sportiva fra gli uomini secondo l'età



A 3.3: Quantità di attività sportiva fra le donne secondo l'età



Nota: sono stati intervistati 4468 uomini e 5774 donne.

In base all'analisi dell'attività sportiva nelle diverse fasce d'età non è possibile rilevare in modo definitivo se le differenze sono da ricondurre alle biografie o a effetti coorte. In altre parole, non sappiamo se l'attività sportiva dei maschi giovani diminuisce perché appendono le scarpe al chiodo verso i 25 anni (effetto legato alla biografia sportiva) o perché oggi i giovani fra 15 e 24 anni sono in generale più attivi che dieci anni prima (effetto coorte). Per poter meglio valutare l'influsso di tali effetti si analizzano innanzitutto le modifiche nell'attività sportiva nell'ambito dei diversi gruppi d'età.

Nel confronto sugli ultimi otto anni i cambiamenti rilevati nell'attività sportiva secondo i gruppi d'età sono piuttosto limitati: la quota di persone che fanno sport più volte a settimana per almeno tre ore fra le donne è aumentata leggermente (di 2–3 punti percentuali) in tutte le fasce di età, eccezion fatta per il gruppo fra 30 e 44 anni, in cui l'attività aumenta notevolmente (di oltre 10 punti percentuali). Ciò significa che dieci anni fa la diminuzione dell'attività sportiva osservata fra le donne giovani era ancora più significativa che oggi. Anche fra gli uomini l'attività sportiva è aumentata solo leggermente in quasi tutti i gruppi di età. Solo fra i più giovani non si rileva alcun aumento, mentre esso risulta particolarmente marcato nell'età dopo il pensionamento. Le modifiche nel complesso ridotte nel corso del tempo lasciano supporre che nel caso dei cambiamenti riportati nelle figure 3.2 e 3.3 si tratti piuttosto di effetti delle biografie sportive.

Maggiori informazioni in materia si ottengono quando si va a chiedere direttamente all'intervistato in che modo è cambiata l'attività sportiva negli ultimi anni. La tabella 3.1 mostra da quanti anni gli intervistati sono attivi fisicamente al livello attuale. È intuitivo che i giovani possono riferirsi ad un lasso di tempo limitato; da notare però che le donne in tutte le fasce d'età in media sono attive da meno tempo al livello attuale rispetto agli uomini. Se si osservano solo il 36 per cento degli uomini ed il 42 per cento delle donne che negli ultimi anni hanno modificato la propria attività negli ultimi cinque anni, si conferma la tendenza ad una maggiore attività fra gli sportivi attivi: il 56 per cento delle donne ed il 52 per cento degli uomini che negli ultimi cinque anni hanno modificato la loro attività sportiva attualmente praticano più sport che in passato. La figura 3.4 mostra che le donne hanno aumentato l'attività a tutti i livelli di età, mentre fra gli uomini oltre i 30 anni è praticamente uguale il numero di persone che hanno aumentato l'attività e quelli che l'hanno diminuita.

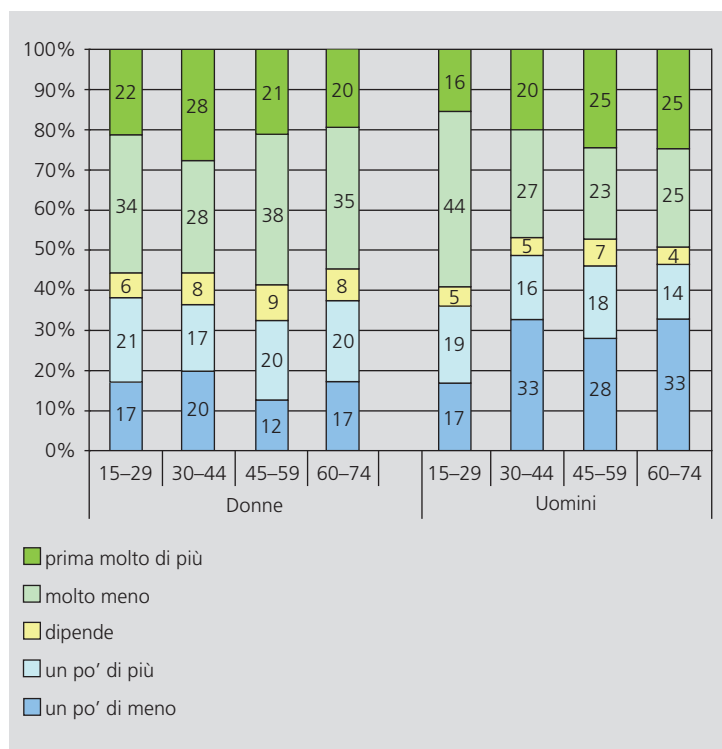
I risultati chiariscono da un lato che il supposto effetto biografico non segue uno schema preciso, per cui si possono avere nelle diverse fasi della vita cambiamenti sempre nuovi nel comportamenti in merito allo sport e in ogni momento è possibile iniziare o smettere con lo sport. Dall'altro lato si può enucleare che l'aumento – osservato nell'arco di anni – delle persone con un'elevata attività sportiva riguarda uomini e donne di tutti i gruppi d'età.

T 3.1: Media degli anni in cui si è attivi al livello attuale, secondo età e sesso (media aritmetica)

	15–29 anni	30–44 anni	45–59 anni	60–74 anni
Donne	5.7	9.8	15.1	18.7
Uomini	6.1	12.6	17.2	21.1

Nota: intervistati 3407 uomini e 4285 donne.

A 3.4: Quantità di attività sportiva precedente confrontata a quella attuale, secondo sesso ed età (in % di tutte le persone attive nello sport che negli ultimi 5 anni hanno modificato la propria attività)

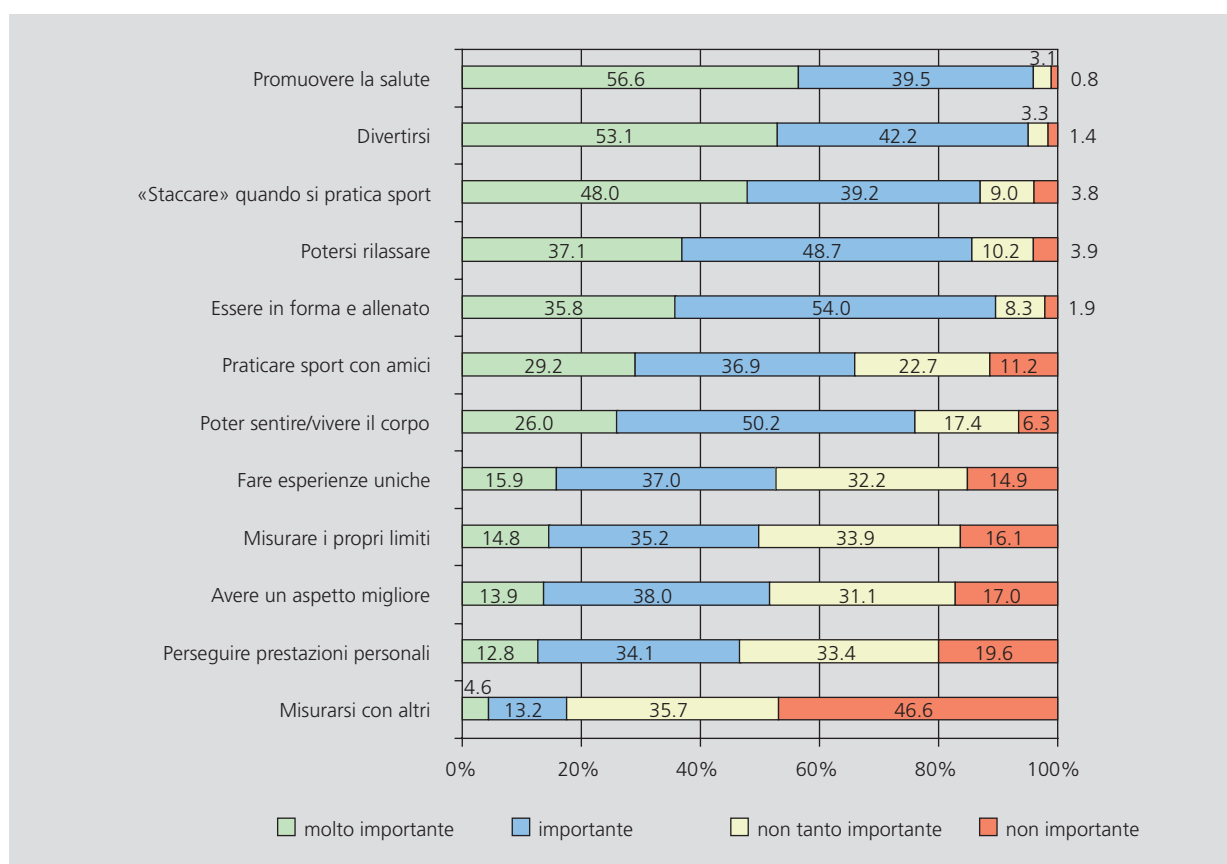


Nota: intervistati 1315 uomini e 1857 donne.

4. Motivi ed esigenze correlati alla pratica sportiva

I motivi per cui si pratica lo sport sono molto vari, ma due di essi superano tutti gli altri: salute e divertimento. Per la quasi totalità di chi pratica sport salute e divertimento sono motivi (molto) importanti (v. figura 4.1). Particolarmente importante è anche che facendo sport si possa «staccare» e rilassarsi, o l'essere in forma ed allenati grazie allo sport. Per almeno due terzi di chi pratica sport valgono inoltre come motivi (molto) importanti lo stare insieme e poter sentire il proprio corpo. Per la metà circa degli intervistati fra i motivi principali per impegnarsi nello sport sono da annoverare il fare esperienze uniche, misurare i propri limiti e avere un aspetto migliore. Tutti questi motivi sono reputati più importanti delle prestazioni di per sé, che ritroviamo in fondo alla lista. La metà circa comunque persegue pur sempre la prestazione nello sport, mentre il confronto con gli altri gioca un ruolo per meno di un quinto di chi fa sport. Tali affermazioni rispecchiano il dato di fatto che ormai solo un quinto di tutti i praticanti lo sport ha scopi agonistici e partecipa a gare o competizioni (v. sezione 2).

A 4.1: Importanza dei diversi motivi per fare sport (in % di tutti quelli che praticano sport)



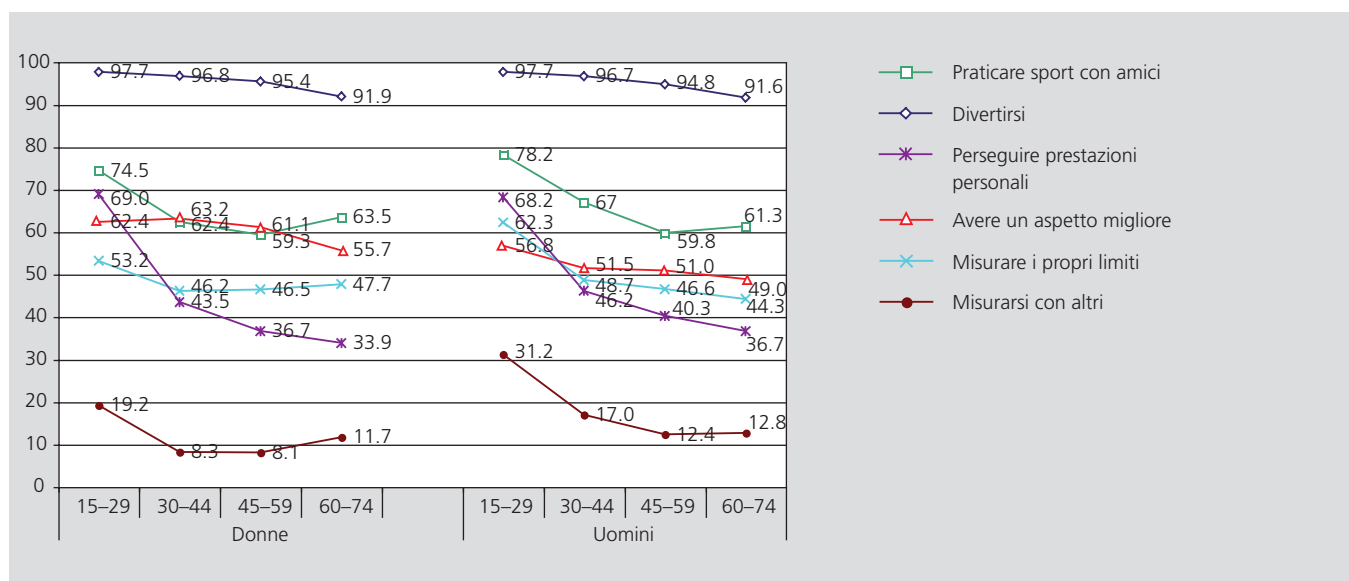
Nota: numero intervistati: 7762<n<7819. La domanda esatta era «Cos'è particolarmente importante per lei quando pratica dello sport?» Per ogni motivo gli intervistati potevano indicare se lo considerano molto importante, importante, non tanto importante, non importante.

Esattamente come la parte di chi pratica sport agonistico negli ultimi otto anni è scesa di due punti percentuali, la quota di quanti ritengono un importante motivo per fare sport il misurarsi con gli altri si è ulteriormente ridotta (dal 25% del 2000 al 18% scarso del 2008). Una variazione ancora maggiore si trova solo nel motivo relativo alla socializzazione, dove la quota di persone che vogliono praticare lo sport in compagnia di buoni amici è scesa dal 75 al 66 per cento. Per tutti gli altri motivi si rilevano fra il 2000 ed il 2008 spostamenti solo limitati. La salute è e resta il principale spunto per fare sport. Con «misurarsi con altri» e «praticare sport con amici» perdono invece di significato due fra i principali motivi che spingono ad entrare in una società sportiva.

Che non esistono differenze sostanziali secondo fasce d'età e sesso per quel che attiene ai motivi per la pratica dello sport è evidenziato dalla figura 4.2, che riporta i sei motivi che mostrano le differenze più evidenti secondo sesso ed età. La competizione per i maschi giovani è relativamente importante ma viene dopo altri. Si nota che il perseguire prestazioni personali ha una posizione di tutto rispetto sia per gli uomini giovani che per le donne giovani, mentre fare esperienze uniche, avere un aspetto migliore o divertirsi non sono prerogativa dei più giovani.

D'altra parte la salute (non presentata in questa sede) non è un motivo ricorrente con l'età; anche fra i maschi fra 15 e 29 anni oltre il 90 per cento indicano promuovere la salute come un importante motivo per fare sport.

A 4.2: Importanza dei diversi motivi che spingono a fare sport secondo sesso ed età (percentuale di persone che ritengono tale motivo molto importante o importante)



Note: numero di intervistati 7762<n<7819. Sono stati selezionati i sei motivi in cui si sono registrate le maggiori coincidenze di sesso e età. Il calcolo si basa su un'analisi complessa delle variabili.

5. Sport praticati e desiderata



Alla domanda «Che tipi di sport pratica?» si è risposto citando tutta una serie di attività sportive e motorie di varia natura; in tutto sono state date oltre 200 risposte, dall'agility alle bocce passando per kitesurf, unihockey e yoga. Una decina di persone hanno citato 10 diversi sport praticati, ma la media si attesta su 3.3 sport a persona. La popolazione svizzera è quindi polisportiva e negli ultimi otto anni è lo divenuta ancora di più (nel 2000 si erano registrati in media 3.1 sport).

In cima alla lista degli sport più amati troviamo il triathlon elvetico, ossia ciclismo, camminate e nuoto (v. tabella 5.1) cui si aggiungono i cosiddetti sport lifetime, come sci, jogging, fitness e ginnastica. All'ottavo posto segue il calcio, lo sport di squadra più popolare. Parlando di camminare e ciclismo, entrambi praticati da un terzo della popolazione, si intendono diversi tipi di attività. Per un terzo circa di chi cammina si tratta di walker – anche se a tale proposito si dovrebbe parlare di nordic walking – e in questa categoria sono più rappresentate le donne, che fanno attività di regola con bastoni da nordic walking.² Fra i ciclisti si annoverano anche quelli che praticano rampichino (14% del totale) e BMX (4%), oltre a ciclocross, ciclismo su pista, ciclopalla e ciclismo artistico.

Mentre il nuoto fra il 2000 ed il 2008 non si è ulteriormente diffuso, si registra una notevole crescita fra chi va in bicicletta e soprattutto fra chi cammina. La crescita nelle

categorie «Camminare, walking, escursioni in montagna» è da ricondurre in primo luogo al walking, salito dell'1.6% a quota 8.7 per cento, ma anche le altre due attività negli ultimi otto anni sono divenute viepiù popolari. Mentre nel 2000 il 21.7 per cento dei residenti in Svizzera indicavano camminare come sport, oggi lo fa il 26,1 per cento, con un aumento notevole nelle escursioni in montagna. Per il ciclismo sono in crescita sia la strada (dal 18.5% al 19.5%) sia il rampichino (dal 4.3% al 4.7%).

Crescita di oltre 2 punti percentuali anche per sci, allenamento del fitness e Tai Chi/Qi Gong/Yoga. Nel fitness, che comprende varie forme di allenamento, in crescita soprattutto il fitness in acqua (incl. jogging in acqua) (dallo 0.7% del 2000 al 2.3% del 2008), mentre scende leggermente l'aerobica (dal 3.0% al 2.1%). Alcuni sport che hanno vissuto un boom negli anni '90, come pattinaggio inline e snowboard non sono riusciti ad aumentare di molto e anzi – nel caso del primo – mostrano una leggera diminuzione di praticanti. Anche il boom di calcio e jogging sembra aver superato lo zenit e se in entrambi si rileva un aumento nel segmento agonistico – che si riflette nel numero di calciatori con licenza e dei partecipanti alle corse popolari – la massa non organizzata non è aumentata ulteriormente. Il boom previsto per il golf esaminando i desideri espressi (desiderata) nel campo dello sport non si è verificato.

La frequenza con cui si pratica effettivamente lo sport citato può essere molto diversa. Da un lato alcuni sport come allenamento del fitness, muscolazione, sport di combattimento, equitazione e pallamano, che vengono praticati dalla metà degli attivi circa 2 volte a settimana, dall'altra sport invernali come pattinaggio su ghiaccio, sci, snowboard e sci di fondo praticati solo per 5–10 giorni circa.

² La categoria «Walking, Nordic Walking» è costituita da un 47% che parla esplicitamente di Nordic Walking, un 20% che indica semplicemente walking e un 33% che parla di camminare con un certo ritmo (non passeggiare). Per la grande maggioranza si tratta in questo ambito di donne.

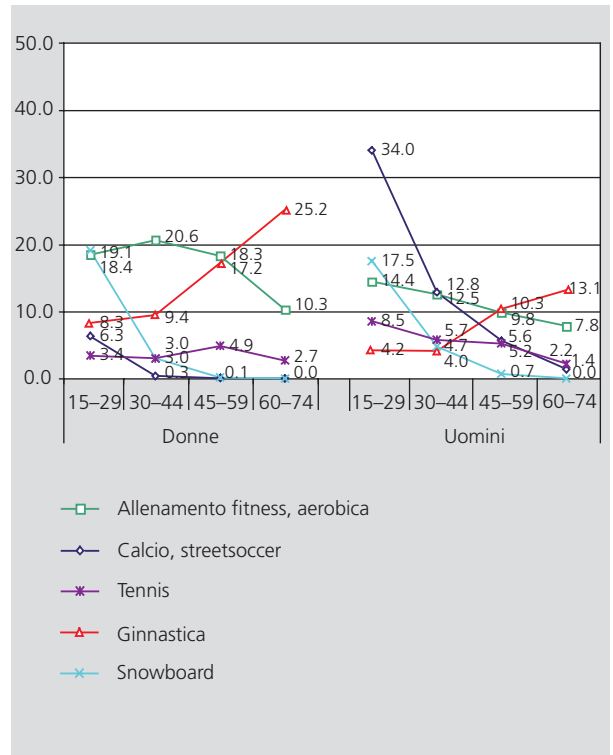
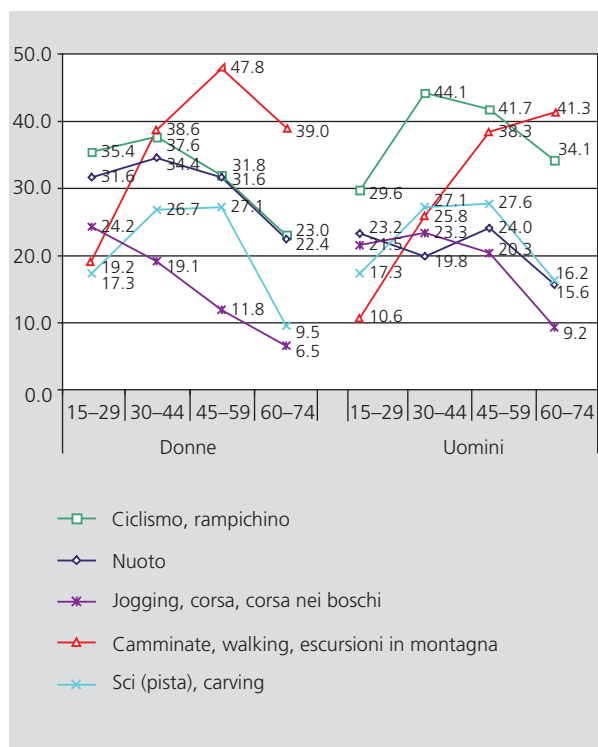
T 5.1 Gli sport più amati in Svizzera

	Attività preferite dagli sportivi					Citazioni globali (in %; incl. pratica sporadica da parte degli inattivi)
	Citazioni (in per cento della popolazione CH)	Variazioni 2000–2008	Frequenza della pratica (media di giorni all'anno)	Età media (in anni)	Quota di donne (in %)	
Ciclismo, rampichino	35.0	+3.2	45	45	46	42.1
Camminate, walking, escursioni in montagna	33.7	+11.1	40	50	57	42.3
Nuoto	25.4	-0.9	30	44	60	31.7
Sci (pista), carving	21.7	+3.8	10	44	48	26.6
Jogging, Corsa, corsa nei boschi	16.8	-0.8	52	40	44	17.6
Fitness, Aerobica	14.0	+2.5	90	43	61	14.1
Ginnastica	11.7	-5.3	50	53	67	11.9
Calcio, Streetsoccer	6.9	-2.2	50	30	9	7.5
Snowboard	4.7	+0.8	10	26	45	5.2
Tennis	4.4	-2.0	32	42	40	4.8
Sci di fondo	3.9	-0.4	10	50	49	4.5
Tai Chi, Qi Gong, Yoga	3.8	+2.4	48	49	84	3.9
Ballo, danza jazz	3.7	+1.3	45	38	80	3.9
Muscolazione, Bodybuilding	3.4	+0.5	90	39	45	3.5
Inline-Skating, Pattinaggio a rotelle	3.4	-2.1	20	34	52	3.8
Volley, Beachvolley	3.3	-0.7	40	33	49	3.4
Badminton	2.7	+0.5	30	34	41	3.0
Escursioni su sci e snowboard, racchette	2.5	+1.4	10	49	52	2.7
Sport di combattimento/Autodifesa	1.9	+0.3	90	32	29	1.9
Unihockey, Hockey su prato, Hockey a rotelle	1.7	-0.2	45	27	23	1.8
Equitazione, sport equestri	1.7	-0.8	90	36	84	1.8
Arrampicata, Alpinismo	1.6	-0.1	20	37	32	1.7
Pallacanestro, Streetball	1.6	-1.2	40	25	17	1.7
Golf	1.2	+0.1	30	51	33	1.2
Squash	1.2	+0.2	25	34	28	1.3
Tiro	1.1	+0.1	45	47	17	1.1
Hockey su ghiaccio	0.9	-0.2	45	30	1	1.0
Vela	0.8	-0.1	20	45	31	0.9
Atletica leggera	0.7	-1.1	45	30	32	0.7
Pallamano	0.7	-0.1	90	25	21	0.7
Pattinaggio di velocità	0.7	-1.1	5	38	58	0.8
Immersioni	0.7	-0.2	14	40	25	0.8
Canottaggio	0.5	+0.1	50	45	32	0.5
Windsurf, Surf, Kitesurf	0.5	-0.4	14	37	44	0.5
Percorso Vita	0.3	-0.5	40	42	38	0.4
Birilli, Bowling	0.2	-0.2	23	47	18	0.2
Canoismo, Torrentismo	0.2	-0.1	10	46	26	0.2
Altri giochi sportivi e di squadra	2.4	-1.0	45	45	28	2.6
Altri sport di scoperta	1.0	-2.0	20	32	34	1.1
Altri sport di resistenza	0.4	-0.1	65	36	24	0.4
Altri sport	1.5	-0.3	20	43	33	1.8

Note: intervistate 10262 persone.

Negli sport si rilevano notevoli differenze secondo sesso ed età. Mentre per ginnastica, golf, camminare e sci di fondo l'età media è di almeno 50 anni, per basket, pallamano, snowboard e unihockey essa è inferiore a 30 anni. Si rileva una quota superiore alla media di donne (80% e oltre) in Tai Chi/Qi Gong/Yoga, equitazione e danza, mentre in hockey su ghiaccio, calcio, pallacanestro e tiro le donne restano una esigua minoranza. In che modo la popolarità dei 10 sport più gettonati si differenzia secondo sesso ed età è riportato nella figura 5.1. Fra le conclusioni più sorprendenti: per gli uomini fra 15–29 anni il calcio è lo sport più amato, in questa fascia d'età lo snowboard è popolare circa come lo sci, che però aumenta fra i segmenti più anziani. Fra le donne con l'avanzare dell'età lo jogging diminuisce costantemente, mentre fra gli uomini gode di notevole popolarità fino ai 60 anni. Esattamente il contrario si verifica nel caso dell'allenamento di fitness/aerobica. Diminuzione continua degli uomini, con popolarità particolarmente elevata fra le donne in età media.

A 5.1: Sport secondo età e sesso (in %)



Nota: percentuale di tutte le donne o gli uomini dei rispettivi gruppi d'età che praticano lo sport in questione. Intervistati 5774 donne e 4468 uomini.

Quando si chiede se ci siano tipi di sport che si desidera praticare maggiormente in futuro o che si vorrebbero scoprire, il 29 per cento degli attivi risponde affermativamente. Il desiderio di maggiore attività è leggermente superiore fra le donne (32% di chi fa sport) che fra gli uomini (27%) e in genere diminuisce con l'età (dal 39% a 15–29 anni al 20% a 60–74 anni). Nelle persone che praticano sport solo raramente, inoltre, il desiderio è leggermente superiore (35%) che fra quanti praticano sport regolarmente (29%). Quali sono gli sport che si vorrebbero iniziare o praticare maggiormente in futuro è riportato nella tabella 5.2.

T 5.2: Desiderata espressi dai chi pratica sport

	Citazioni (in per cento degli attivi)	Variazioni 2000–2008	Età media (in anni)	Quota di donne (in %)	Potenziale di crescita (in %)
Camminate, walking, escursioni in montagna	3.9	+2.3	50	73	8
Ciclismo, rampichino	3.5	0.0	45	49	7
Fitness, Aerobica	3.4	-0.5	42	70	18
Nuoto	2.6	-1.4	45	67	7
Ballo, danza jazz	1.9	+0.1	34	80	37
Tennis	1.7	-1.2	36	44	27
Sport di combattimento/Autodifesa	1.6	-0.6	33	41	62
Sci (pista), carving	1.5	-0.3	40	40	5
Jogging, Corsa, corsa nei boschi	1.5	-0.9	36	51	6
Tai Chi, Qi Gong, Yoga	1.4	+0.8	44	83	26
Golf	1.1	-2.2	46	44	67
Arrampicata, Alpinismo	1.1	+0.1	32	56	47
Altri sport di scoperta	1.0	-1.4	34	25	73
Ginnastica	1.0	-1.3	46	75	6
Altri sport	1.0	+0.3	40	38	48
Inline-Skating, Pattinaggio a rotelle	0.9	-1.0	37	50	19
Escursioni su sci e snowboard, racchette	0.8	+0.3	51	68	23
Sci di fondo	0.8	-0.6	47	54	14
Volley, Beachvolley	0.7	-1.4	28	51	16
Windsurf, Surf, Kitesurf	0.7	+0.2	31	33	102
Equitazione, sport equestri	0.7	0.0	36	78	29
Altri giochi sportivi e di squadra	0.6	0.0	39	36	19
Badminton	0.6	-1.1	33	71	16
Vela	0.6	+0.1	39	27	55
Muscolazione, Bodybuilding	0.5	-0.4	42	54	12
Calcio, Streetsoccer	0.5	-0.2	31	10	6
Canottaggio	0.4	+0.2	37	58	62
Immersioni	0.4	-0.2	37	34	48
Altri sport di resistenza	0.4	+0.3	31	28	64
Unihockey, Hockey su prato, Hockey a rotelle	0.3	-0.2	24	39	13
Snowboard	0.3	-0.8	29	32	5

Nota: intervistate 7811 persone (attive nello sport). Sono stati riportati tutti gli sport citati da almeno 20 intervistati (ovvero lo 0.3% di tutti gli sportivi). Il potenziale di crescita rapporta le citazioni come sport che si intende praticare al numero di persone che lo praticano effettivamente attualmente. Un potenziale di crescita del 100% significa che il numero di quanti vorrebbero iniziare o praticare di più uno sport è praticamente uguale al numero di quelli che lo praticano attualmente.

I desideri espressi da chi pratica sport sono variati quasi quanti gli sport praticati effettivamente, e in tutto sono stati citati in questo ambito 135 sport o attività. Come mostra la tabella 5.2 anche nei desiderata ci sono dei favoriti. Con camminate/Walking, ciclismo, allenamento del fitness e nuoto, in cima alla lista dei desideri troviamo gli stessi sport più praticati attualmente. Si deve tuttavia notare che l'un per cento di chi fa sport – rapportato alla popolazione nel suo complesso – comprende circa 42 000 persone, ovvero un potenziale che oltre agli sport citati viene



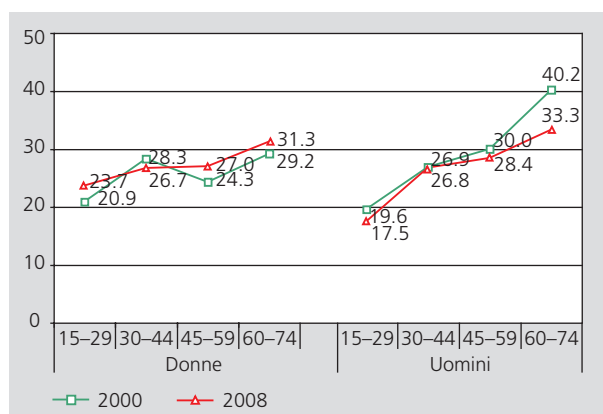
raggiunto anche da attività come danza, tennis, sport di combattimento, sci, jogging, Tai Chi/Qi Gong/Yoga, golf, arrampicata e ginnastica. L'elevata quota di donne fra gli sport più citati dimostra che anche le donne sono particolarmente interessate.

Le differenze maggiori negli ultimi dieci anni si registrano fra gli sport a larga diffusione camminare e walking, che nel 2000 figurava al numero 15 fra gli sport che si vorrebbero fare. Il desiderio si riferisce segnatamente al walking – e per l'esattezza al nordic walking – cui si riferiscono la maggior parte delle citazioni. Fra i «perdenti» va invece annoverato il golf, che se continua ad essere citato da oltre l'un per cento degli intervistati fra gli sport che si vogliono iniziare o praticare più frequentemente, nel 2000 con il 3,4 per cento ed un potenziale di crescita superiore al tempo al 200 per cento aveva lasciato prevedere chissà cosa. Attualmente il maggior potenziale di crescita va attribuito al windsurf, ambito in cui sembra affascinare particolarmente il kitesurf. Considerato il numero relativamente ridotto dei praticanti, oltre a golf e windsurf anche canottaggio, sport di combattimento, vela e immersioni (cui si aggiungono alcuni sport d'esperienza meno conosciuti e di resistenza) lasciano presagire un potenziale di crescita notevole.

6. Gli inattivi

Il 27 per cento della popolazione residente in Svizzera è costituito da inattivi dichiarati. Alla domanda «fa della ginnastica, va al fitness o pratica dello sport?» hanno risposto con un chiaro «no». Fra il 2000 ed il 2008 la quota di inattivi di fatto è rimasta invariata (2000: 26.7%, 2008: 27.1%). Nel complesso la quota di inattivi fra le donne (27.5%) è uguale a quella degli uomini (26.7%) ma se si considerano i diversi gruppi d'età si notano alcune differenze degne di nota (v. figura 6.1). Mentre negli uomini il numero di inattivi raddoppia fra i più giovani (15–29 anni) e i più vecchi (60–74 anni), nelle donne la diminuzione è notevolmente più contenuta. Nel gruppo più giovane le differenze si sono piuttosto accentuate negli ultimi otto anni; fra gli uomini il numero di inattivi è diminuito, fra le donne aumentato. Anche per il gruppo dei più vecchi attualmente si contano meno inattivi fra gli uomini e più inattive fra le donne, con un livellamento delle differenze secondo il sesso in questa fascia d'età.

A 6.1: Quota di donne e uomini inattivi secondo l'età, 2000 e 2008 (in %)



Nota: intervistate 2058 persone nel 2000 e 10242 nel 2008.

Due terzi (65%) degli inattivi dichiarati hanno praticato sport anche al di fuori dell'educazione fisica a scuola; la grande maggioranza persino in modo regolare (ovvero almeno una volta a settimana). Le esperienze fatte nella pratica dello sport sono state nella maggior parte dei casi positive; solo il 9 ed il 3 per cento hanno fatto esperienze in parte o piuttosto negative. Esperienze positive sono state fatte soprattutto nell'ambito delle società (54%) e nello sport non organizzato (33%), quelle negative soprattutto a scuola (28%) o ancora una volta nelle società sportive (26%). Le esperienze negative consistono soprattutto in infortuni e lesioni da sport, nell'incapacità dei monitori o in un'eccessiva pressione per ottenere prestazioni di rilievo.

Brutti ricordi o esperienze negative nella pratica sportiva precedente non sono quasi citati come motivi per l'attuale inattività (v. tabella 6.1). Non si pratica (più) sport innanzitutto per mancanza di tempo o di motivazione, poi per motivi di salute, infine per motivi per così dire strutturali come finanze o mancanza di offerte adeguate.

T 6.1: Motivi dell'inattività

	in % di tutti gli inattivi
mancanza di tempo	41.8
nessuna voglia, non mi piace fare dello sport	17.3
motivi di salute	14.6
faccio abbastanza movimento, sono abbastanza in forma	9.9
carico di lavoro, mi sento troppo stanco	8.2
altri interessi	7.9
orari di lavoro non adeguati, troppo lunghi	7.7
il tempo va a scapito della famiglia	4.1
lo sport non fa per me, non mi fa bene	3.6
troppo vecchio	3.5
ho smesso di fare sport a seguito di un incidente	2.2
motivi finanziari, lo sport per me è troppo caro	2.0
nessuna offerta adeguata	1.4
cattivi ricordi/cattive esperienze	0.6
tragitto per recarsi al lavoro troppo lungo	0.6
orari di apertura non adeguati, impianti sportivi difficili da raggiungere	0.4
altri motivi	10.2

Nota: intervistate 2431 persone.

Nella maggioranza degli inattivi dichiarati non si tratta di pigri convinti, completamente inattivi. Alla domanda «Ci sono determinate attività sportive che pratica ancora di tanto in tanto, come sciare, fare gite, nuotare o andare in bicicletta?», due terzi circa (67.3%) rispondono affermativamente. Mentre non ci sono differenze fra donne e uomini i giovani inattivi fanno attività sporadica più spesso degli attivi anziani.³ Per quel che riguarda le attività esercitate si tratta effettivamente degli sport lifetime riportati nella domanda, come dimostra la tabella 6.2. Un terzo scarso di tutti gli inattivi cammina o fa walking di tanto in tanto, fra un quinto ed un quarto di loro sporadicamente vanno anche in bicicletta o sciano o ogni tanto vanno a nuotare. Fra gli inattivi ci sono inoltre alcuni che ogni tanto fanno jogging, giocano a calcio, fanno sci di fondo, snowboard, pattinaggio inline, tennis o badminton. Tutte queste attività comunque non vengono praticate con frequenza o intensità tali da far considerare attivo chi le pratica.

³ 15-29 anni: 73.8%, 30-44 anni: 74.1%, 45-59 anni: 68%, 60-74 anni: 56.5%.

T 6.2: Sport ed attività motorie svolte di tanto in tanto dagli inattivi

	in % di tutti gli inattivi	età media in anni	quota di donne (in %)
Camminate, walking, escursioni in montagna	31.6	51	53
Ciclismo, rampichino	26.4	44	49
Nuoto	23.2	44	62
Sci (pista), carving	18.0	40	45
Jogging, Corsa, corsa nei boschi	3.0	37	65
Calcio	2.2	31	10
Sci di fondo	2.1	53	36
Snowboard	1.8	24	63
Inline-Skating, Pattinaggio a rotelle	1.5	34	44
Tennis	1.3	47	36
Badminton	1.1	34	23

Nota: intervistate 2431 persone. Sono riportate tutte le attività svolte di tanto in tanto da almeno 1% degli inattivi (n = 25).

Già dai motivi che adducono si evince che la grande maggioranza degli inattivi non è contro lo sport per partito preso e vi rinuncia in primo luogo per mancanza di tempo. Detto questo non stupisce poi che un 39 per cento di tutti gli inattivi vorrebbero ricominciare con lo sport o altre attività fisiche. Il desiderio è diffuso in modo uguale fra donne e uomini, ma diminuisce notevolmente con l'età. Se sotto i 45 anni oltre la metà vorrebbe iniziare con lo sport, a 45–59 anni sono il 37 per cento, per scendere al 23 per cento nel gruppo 60–74 anni.

In cima alla lista degli sport che gli inattivi vorrebbero praticare si trova allenamento del fitness/aerobica, seguito da nuoto bicicletta, camminare, jogging, sci, ginnastica e tennis (v. tabella 6.3.). I desideri degli inattivi non sono particolarmente strani né di prestigio o cari; al contrario si tratta di sport fra i più amati e diffusi attualmente in Svizzera. Ciò a ulteriore dimostrazione che le cause dell'inattività non sono la mancanza di offerte o il denaro. La tesi è confermata anche dalla domanda sui presupposti per l'attività: «Cosa dovrebbe succedere affinché lei cominci a fare sport?». La metà circa (45%) risponde che dovrebbe avere più tempo a disposizione. Per alcuni dovrebbe migliorare lo stato di salute (17%), altri ancora vorrebbero essere motivati o spinti da colleghi e amici (11%). Tutti gli altri motivi, come costi, offerte nelle vicinanze, raccomandazioni mediche o chiari obiettivi, assumono un ruolo secondario.

T 6.3: Sport e attività fisiche che gli inattivi vorrebbero praticare in futuro

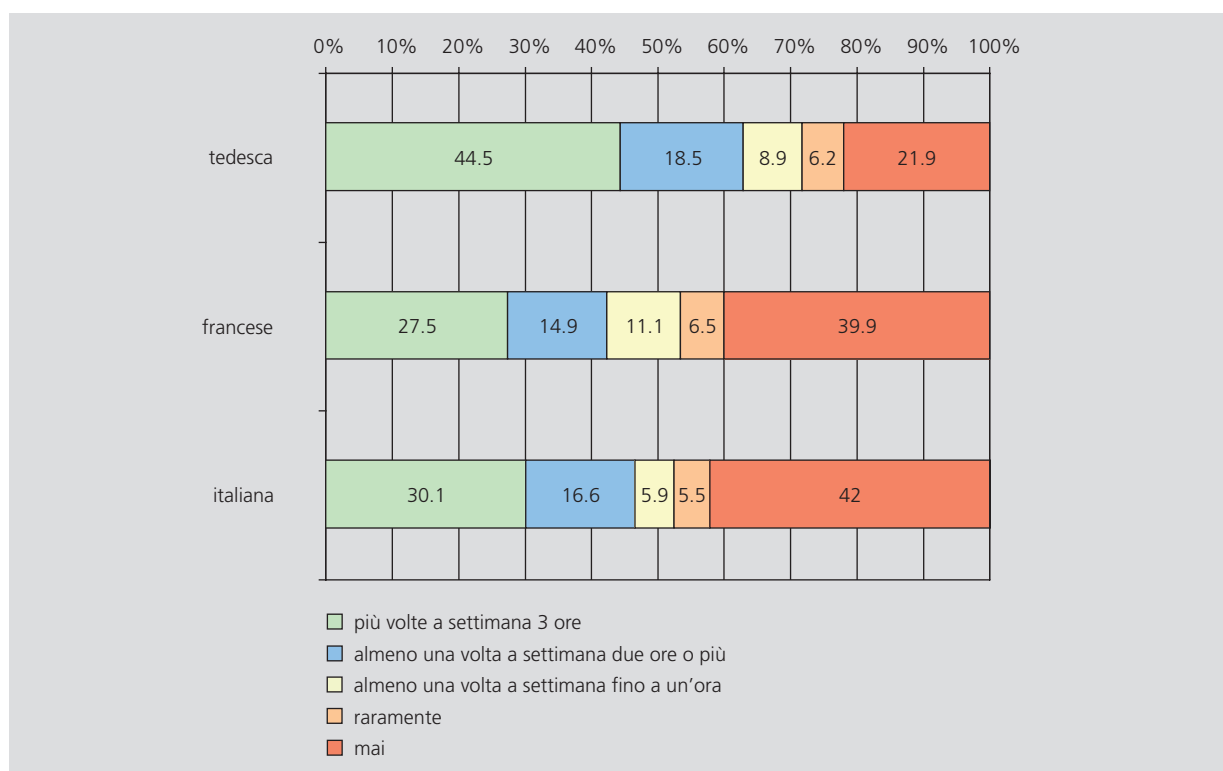
	in per cento di tutti gli inattivi	Quota di donne (in %)
Fitness, Aerobica	7.2	63
Nuoto	7.1	68
Ciclismo, rampichino	6.5	37
Camminate, walking, escursioni in montagna	4.9	65
Jogging, Corsa, corsa nei boschi	4.0	52
Sci (pista), carving	3.5	36
Ginnastica	3.4	69
Tennis	3.0	45
Sport di combattimento/Autodifesa	2.1	44
Ballo, danza jazz	2.0	80
Altri sport	1.7	29
Badminton	1.5	81
Calcio, Streetsoccer	1.5	21
Volley, Beachvolley	1.2	75
Tai Chi, Qi Gong, Yoga	1.2	68
Sci di fondo	1.0	58

Nota: intervistate 2431 persone. Sono riportati tutti gli sport che si vorrebbero praticare, citati da almeno l'un per cento degli inattivi (n = 25).

7. Differenze regionali nell'attitudine verso lo sport

Le abitudini sportive nelle diverse regioni linguistiche del paese presentano notevoli differenze. La figura 7.1 mostra che nella Svizzera tedesca si è notevolmente più attivi rispetto alla Svizzera romanda e a quella italiana. Mentre circa due terzi (63%) degli svizzeri tedeschi praticano sport almeno due ore a settimana, i valori scendono nella Svizzera romanda (42.4%) ed italiana (46.6%) chiaramente al di sotto della metà della popolazione. Dall'altra parte la quota di non attivi nelle regioni francofona ed italoфона della Svizzera è quasi doppia rispetto alla Svizzera tedesca.

A 7.1: Attività sportiva nelle tre regioni linguistiche (in %)



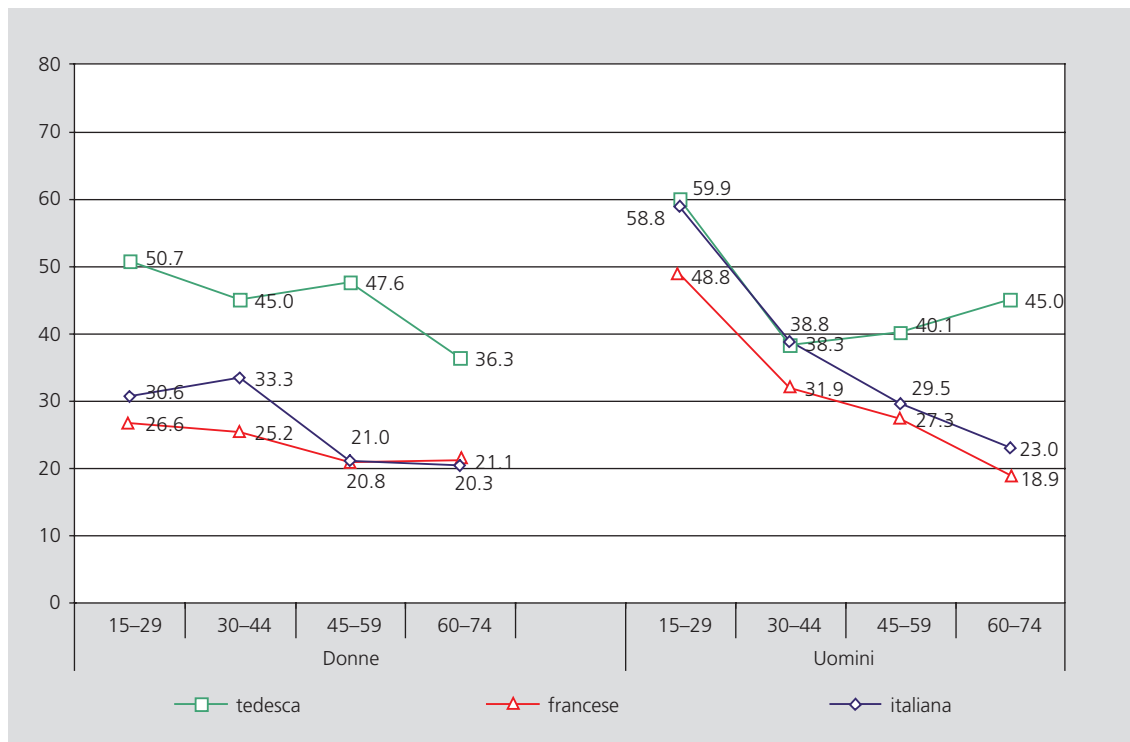
Nota: sono state intervistate 10242 in totale; 7994 germanofone, 1274 francofone e 974 italofone.

Una interpretazione più precisa in base a sesso ed età (v. figure 7.2. e 7.3) evidenzia che la parte di donne molto sportive nella Svizzera tedesca è chiaramente superiore a tutte le fasce d'età rispetto alle altre due regioni. Per gli uomini la forbice si allarga invece solo a partire dai 45 anni d'età; mentre i maschi giovani nella Svizzera italiana e romanda si dimostrano sportivi come i tedeschi ad un elevato livello d'attività, le differenze aumentano sempre più con il passare degli anni. La quota di uomini che dopo i sessant'anni continuano a praticare sport più volte a settimana per un totale di almeno 3 ore nella Svizzera tedesca è doppia rispetto alle altre due regioni linguistiche. Troviamo lo stesso risultato

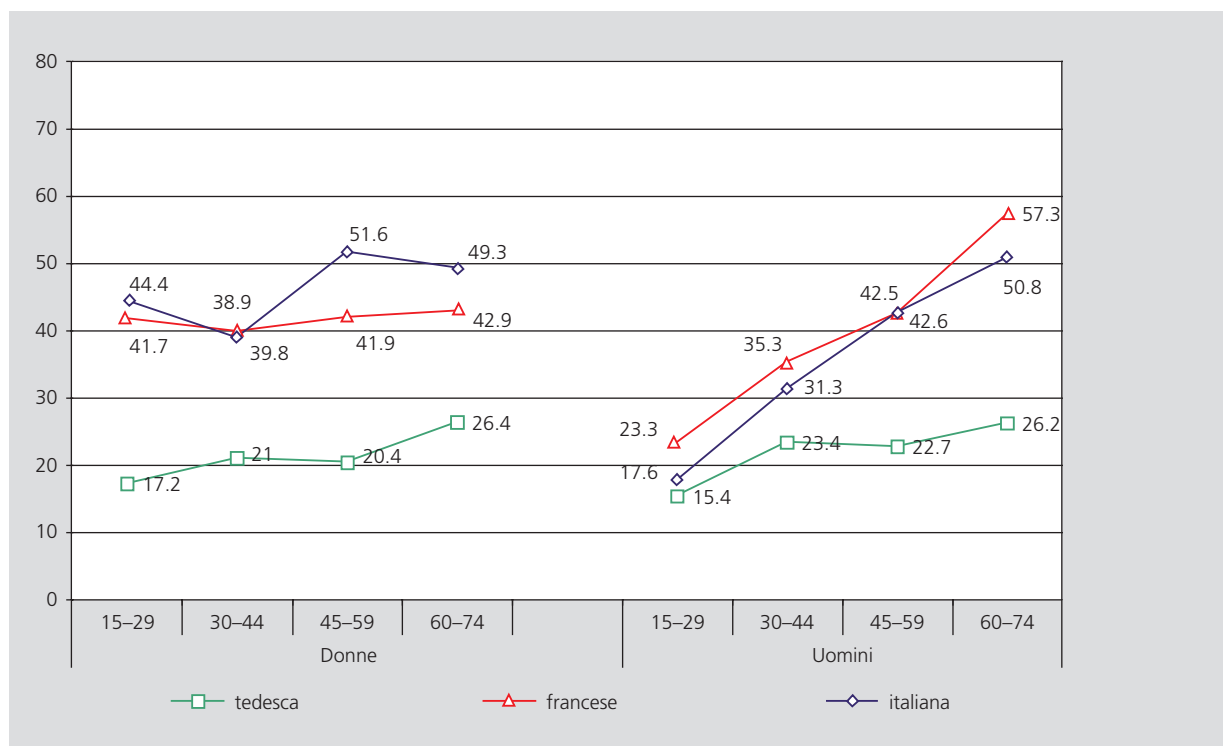
esaminando gli inattivi: mentre per le donne la quota di inattive nella Svizzera romanda e italiana è praticamente doppia rispetto alle svizzere tedesche in tutte le fasce d'età, per gli uomini le differenze regionali sono dapprima meno marcate, per poi aumentare poi con il passare dell'età.



A 7.2: Quota di donne ed uomini molto sportivi (più volte a settimana, in tutto tre ore o più) secondo età e regione linguistica (in %)



A 7.3: Quota di donne ed uomini inattivi secondo età e regione linguistica (in %)



Nota: sono state intervistate 10242 persone in totale; 7994 germanofone, 1274 francofone e 974 italofone.

Al contrario del comportamento nel campo dello sport non si rilevano sostanziali differenze fra le regioni linguistiche a proposito dei motivi che spingono a praticare sport. Nella Svizzera tedesca la ricerca di obiettivi personali nel campo della prestazione più che il confronto delle prestazioni è leggermente più citata che nelle altre due regioni, dove sembra più importante potersi rilassare facendo sport. Nella Svizzera italiana lo stare insieme agli amici, un aspetto fisico migliore e le esperienze corporee sono leggermente più importanti che nelle altre regioni, nella Svizzera romanda sono predominanti le esperienze uniche e la scoperta dei propri limiti. Tuttavia in tutte e tre le regioni salute e divertimento sono i motivi centrali per la pratica di uno sport.

Se si osservano le preferenze nelle diverse regioni linguistiche (v. tabella 7.1) si nota che soprattutto sport adatti ad ogni età e molto amati come ciclismo, escursionismo pedestre, nuoto e jogging, ma anche sci e snowboard sono praticati nella Svizzera tedesca più frequentemente che in quelle romanda e italiana. Se ci si riferisce agli sport

di squadra, i più amati sono calcio, unihockey, pallavolo e pallamano nella Svizzera tedesca, mentre hockey su ghiaccio e pallacanestro sono molto popolari rispettivamente nella Svizzera italiana e in quella romanda. Nelle zone francofone inoltre sono particolarmente diffusi badminton, escursionismo su sci e snowboard, Tai Chi, Qi Gong, Yoga e tennis.

T 7.1: Gli sport più amati dalla popolazione attiva secondo le regioni linguistiche (in % delle rispettive popolazioni residenti)

Sport	Svizzera tedesca	Svizzera romanda	Svizzera italiana	Svizzera nel suo complesso
Bicicletta, rampichino	40.2	22.1	20.9	35.0
Escursioni a piedi o in montagna, walking	37.4	24.6	23.0	33.7
Nuoto	28.8	16.6	18.1	25.4
Sci (piste), carving	23.6	17.9	12.3	21.7
Jogging, corsa, corsa nei boschi	20.0	8.6	9.2	16.8
Allenamento di fitness, Aerobica	14.9	12.4	9.5	14.0
Ginnastica	13.2	7.4	10.8	11.7
Calcio, Streetsoccer	7.5	5.4	3.9	6.9
Snowboard	6.1	1.3	0.9	4.7
Tennis	4.4	4.7	3.7	4.4
Sci di fondo, combinata nordica, Biathlon	4.5	2.4	2.4	3.9
Tai Chi, Qi Gong, Yoga	3.7	4.1	4.1	3.8
Ballo, Jazzdance	4.3	2.3	1.9	3.7
Allenamento della forza, Bodybuilding	4.7	0.1	0.2	3.4
Inline-Skating, pattinaggio a rotelle	4.2	1.2	0.6	3.4
Pallavolo, Beachvolley	3.7	2.6	1.1	3.3
Badminton	2.6	3.7	0.0	2.7
Escursioni con sci o snowboard, racchette	2.3	3.3	0.6	2.5
Sport di combattimento/autodifesa	2.1	1.4	1.1	1.9
Unihockey, Hockey su prato, Hockey a rotelle	2.1	0.7	0.9	1.7
Cavalcare, sport equestri	1.7	1.6	1.1	1.7
Arrampicata	1.6	1.8	1.5	1.6
Basketball, Streetball	1.6	1.6	0.4	1.6
Golf	1.5	0.7	0.4	1.2
Squash	1.3	1.3	0.4	1.2
Tiro	1.2	0.7	1.1	1.1
Hockey su ghiaccio	1.0	0.8	1.1	0.9
Vela	0.8	0.7	0.6	0.8
Atletica leggera	0.9	0.4	0.6	0.7
Pallamano	0.9	0.2	0.2	0.7
Pattinaggio sul ghiaccio	0.7	0.7	0.4	0.7
Immersioni	0.7	0.4	0.9	0.7
Canottaggio	0.6	0.3	0.2	0.5
Windsurf	0.6	0.2	0.2	0.5
Percorso – Vita	0.2	0.7	0.6	0.3
Birilli, Bowling	0.2	0.3	0.0	0.2
Canoa, discese in acque correnti	0.3	0.0	0.2	0.2
Altri giochi e sport di squadra	2.6	2.0	1.7	2.4
Altri sport di scoperta	1.2	0.5	0.4	1.0
Altri sport di resistenza	0.4	0.6	0.2	0.4
Altri sport	1.6	1.2	1.7	1.5

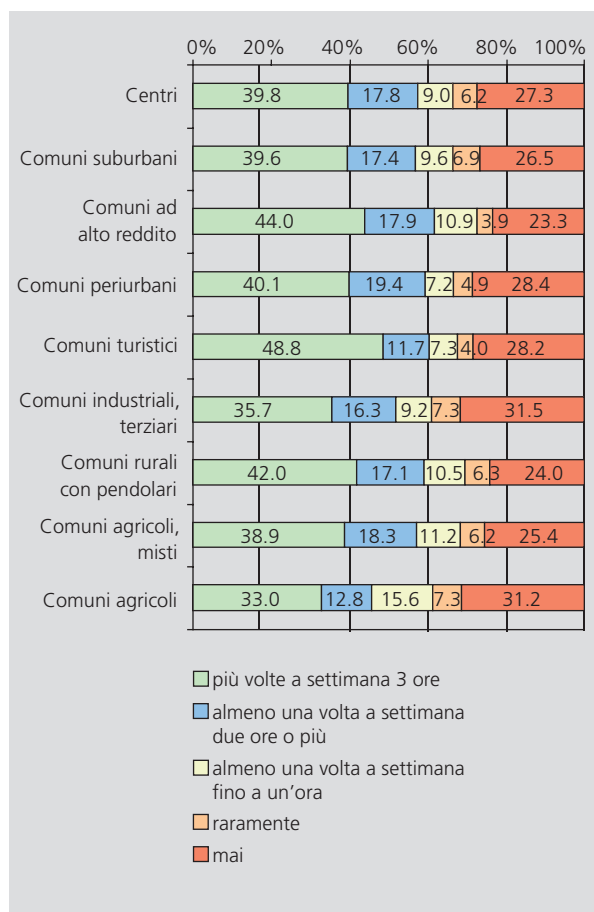
Nota: intervistate 10262 in tutto; 8006 germanofone, 1279 francofone e 977 italofone.

Si può supporre che la spiegazione per le grandi differenze fra le regioni linguistiche riguardo agli sport preferiti sia da cercare nel diverso significato che si attribuisce allo sport nel suo complesso. Mentre ad esempio le passeggiate nella Svizzera tedesca sono considerate uno sport, ciò non avviene con lo stesso significato nella Svizzera francese e italiana. A riprova si può dare uno sguardo agli inattivi: se si domanda ai non sportivi se ci sono attività motorie praticate di tanto in tanto, come ad esempio sci, escursionismo, nuoto o bicicletta, il 75% degli svizzeri tedeschi risponde affermativamente, contro solo il 54% dei romandi e il 67% degli svizzeri italiani. In altre parole, si contano anche le attività motorie sporadiche – non considerate esplicitamente sport dagli intervistati – le differenze fra le regioni non diminuiscono, ma al contrario si fanno più evidenti. Nella Svizzera tedesca in tal caso ci sarebbero solo un 5% di persone completamente inattive, ma nella Svizzera italiana 14% e in quella romanda addirittura il 18%.

Se si chiede se ci sono sport che si vorrebbero iniziare o riprendere in futuro il 29 per cento degli attivi risponde affermativamente. Tale desiderio è più accentuato nella Svizzera romanda (37%) che in quella italiana (30%) o in quella tedesca (27%). Il contrario avviene se si chiede agli inattivi: nella Svizzera tedesca il 45 per cento dei non sportivi vorrebbero ricominciare a praticare sport, nella Svizzera italiana il dato sale al 47 per cento, mentre nella Svizzera romanda è solo del 28 per cento. In altre parole nella Svizzera romanda sembrano esserci molti sportivi entusiasti che vogliono aumentare o ampliare la loro attività sportiva, ma contemporaneamente anche parecchi sedentari convinti, che anche in futuro non vogliono avere niente a che fare con lo sport.

Al contrario di quanto avviene per le regioni linguistiche, nel comportamento nei confronti dello sport non si evidenziano differenze fra città e campagna. Nelle zone urbane si pratica sport esattamente come negli agglomerati e nelle zone rurali. Differenze si trovano passando ad esaminare i dati secondo la tipologia dei comuni (v. figura 7.4).⁴ Nei comuni turistici, con forte reddito e in quelli rurali troviamo un numero superiore alla media di sportivi con un'attività elevata, nei comuni industriali e a vocazione terziaria o in quelli agrari, invece, la quota dei non sportivi aumenta oltre la media.

A 7.4: Attività sportiva in diversi tipi di comuni (Tipologia UFS in %)



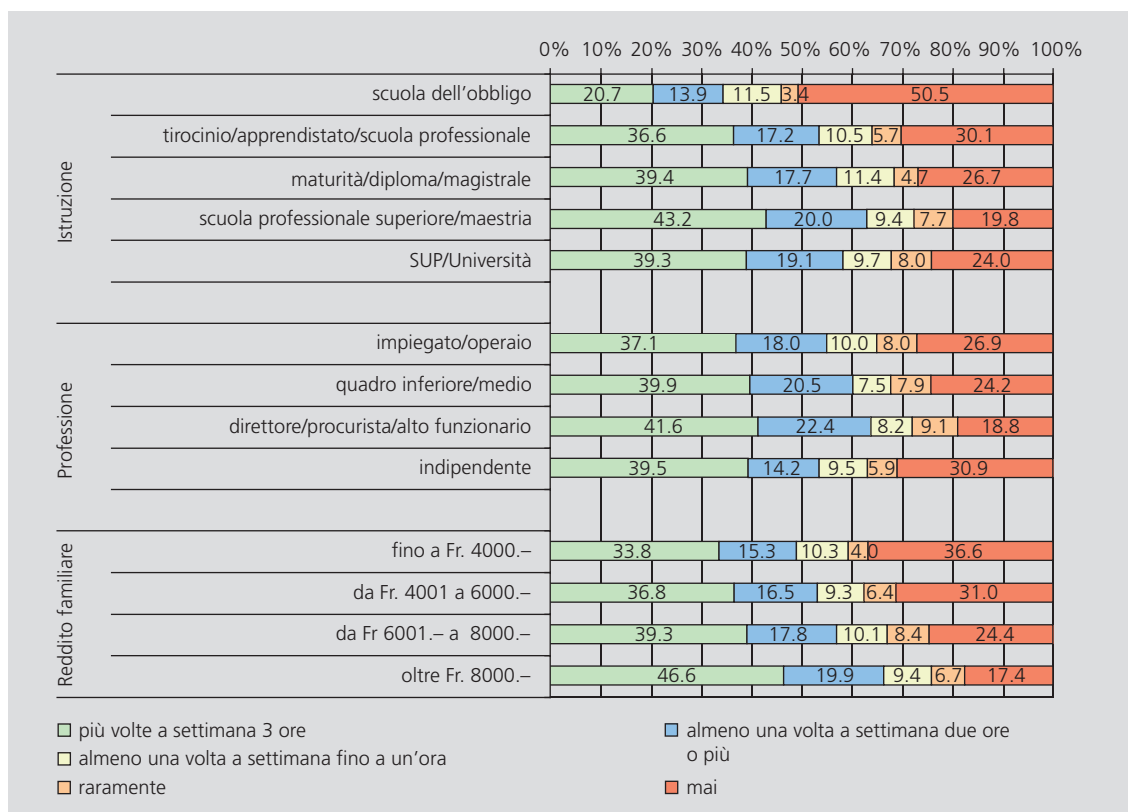
Nota: sono state intervistate in tutto 10242 persone. Centri: 3558, comuni suburbani: 2734, comuni ad alto reddito: 425, comuni periurbani: 1196, comuni turistici: 297, comuni industriali, terziari: 855, comuni rurali con pendolari: 549, comuni agricoli, misti: 510, comuni agricoli: 118.

⁴ La suddivisione in diverse unità (grado di urbanizzazione e tipologia dei comuni in 9 classi) corrisponde alla classificazione dell'Ufficio federale di statistica (v. Schuler, Martin, Pierre Dessemontet e Dominique Joye (2005): la suddivisione territoriale in Svizzera Neuchâtel, UFS).

8. Differenze sociali nell'approccio allo sport

Nel comportamento nel campo dello sport si riflettono differenze non solo regionali, ma anche sociali. La figura 8.1 mostra chiaramente che l'attività sportiva è in stretta correlazione con istruzione, professione e reddito. In generale si può affermare che più elevata è la posizione sociale, tanto più sport si pratica. Nel campo dell'istruzione si delinea chiaramente una marcata differenza fra persone che hanno svolto solo la scuola dell'obbligo e quelle che hanno terminato una formazione professionale superiore.⁵ I primi sono chiaramente più spesso inattivi (51%) degli altri (30%). Con l'aumentare del livello d'istruzione continua a crescere l'attività sportiva, anche se poi chi ha compiuto studi universitari risulta meno attivo di chi ha svolto una formazione professionale superiore, che spesso mostra il massimo d'impegno nello sport. Conclusioni analoghe si traggono esaminando posizione professionale e reddito: quota più elevata di non sportivi si rileva fra i lavoratori autonomi e le persone con reddito familiare basso.

A 8.1: Attività sportiva in base a istruzione, professione e reddito (in %)

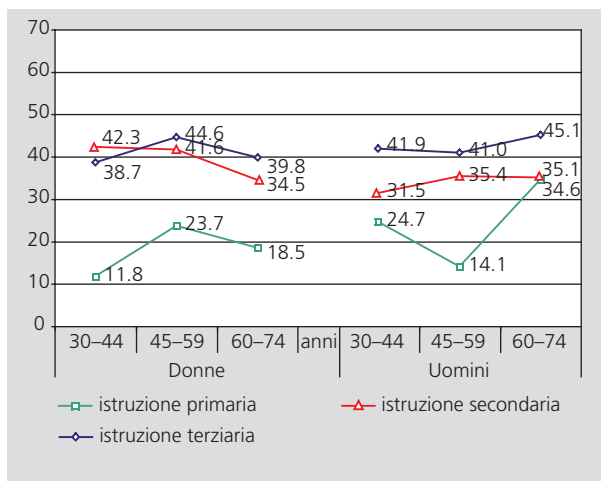


Nota: intervistate 7577 persone sulla formazione (a partire dai 30 anni), 5288 sulla professione e 6914 sul reddito familiare.

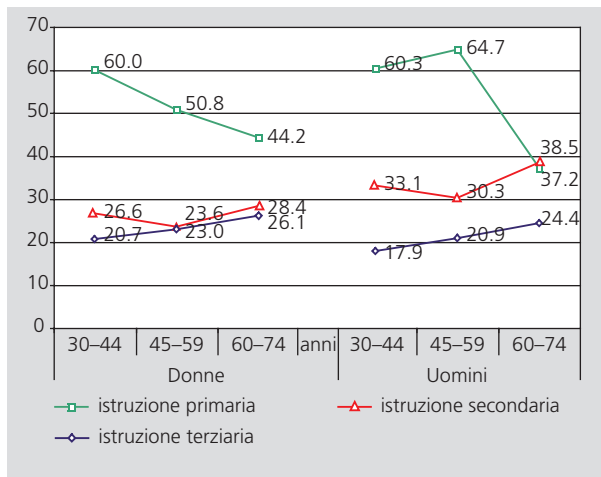
⁵ Per evitare che i dati relativi all'età influenzassero quelli sull'istruzione (persone fra 15 e 29 anni spesso non hanno ancora terminato la formazione), per rilevare gli effetti dell'istruzione sono state considerate persone in età superiore ai 29 anni.

Le figure 8.2 e 8.3 mostrano quale influsso ha la posizione sociale sull'impegno nello sport se si considerano contemporaneamente gli effetti di sesso ed età esaminati in precedenza. Fra gli uomini si rilevano notevoli differenze fra istruzione secondaria e terziaria che non si trovano invece fra le donne. Nelle persone senza formazione professionale (formazione primaria) le donne fra 30 e 44 anni e gli uomini fra 45 e 59 anni mostrano un grado particolarmente elevato di inattività, che diminuisce notevolmente negli uomini fra 60 e 74 anni.

A 8.2: Quota di uomini e donne che praticano molto sport (più volte a settimana, in tutto tre ore o più) in base a età e professione (in %)



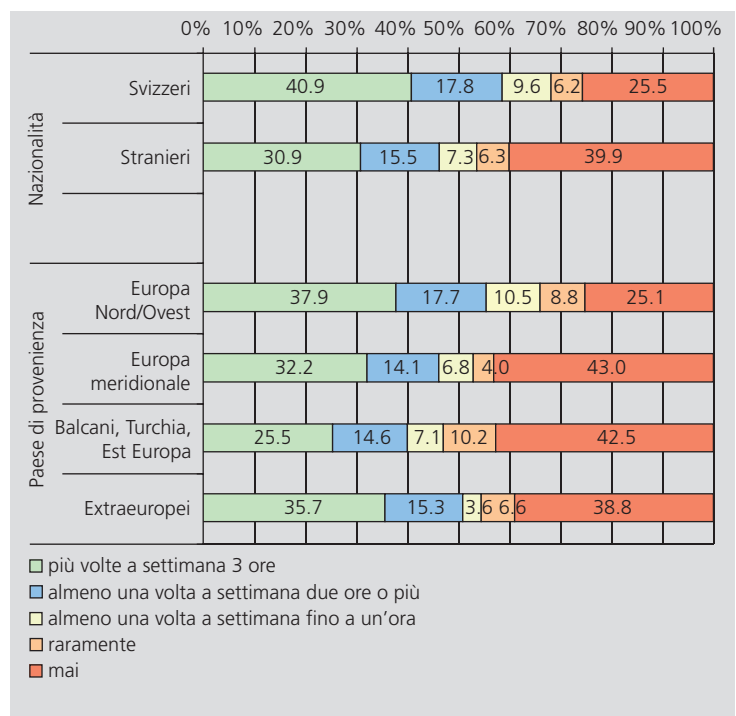
A 8.3: Quota di uomini e donne inattivi in base a età e istruzione (in %)



Nota: intervistate 7577 persone (a partire dai 30 anni di età); formazione primaria: 678, secondaria: 4237, terziaria: 2662.

Non soltanto la posizione sociale, ma anche la nazionalità influenza l'impegno nello sport (v. fig. 8.4).⁶ Gli svizzeri praticano chiaramente più sport degli stranieri che vivono in Svizzera e fra questi ultimi si rilevano notevoli differenze in base al paese d'origine. Immigrati provenienti dall'Europa del nord o occidentale sono attivi in misura simile agli svizzeri, mentre fra le popolazioni migranti provenienti dall'Europa meridionale o orientale (incl. Turchia e Balcani) si nota l'elevata quota di non sportivi.

A 8.4: Attività sportiva in base alla nazionalità (2008; in %)



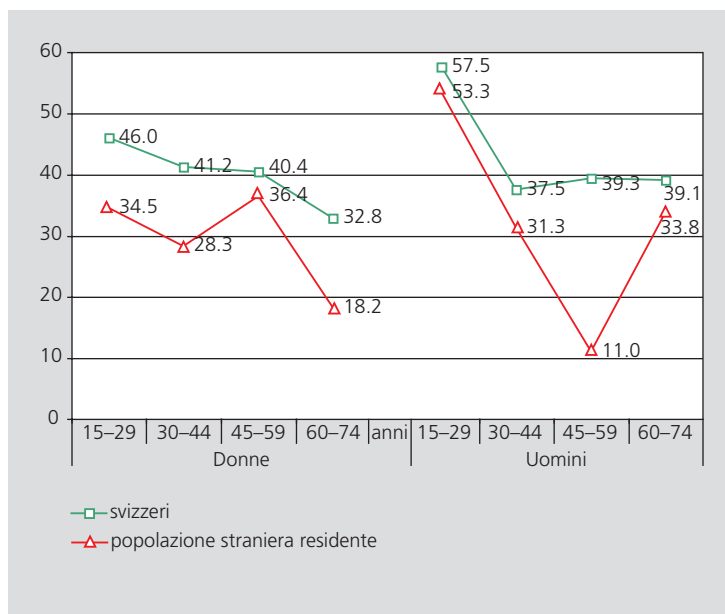
Nota intervistate 10219 persone (svizzeri-stranieri) sulla nazionalità e 2158 (incl. doppi cittadini) per i dati dettagliati sugli stranieri.

Accanto al paese d'origine all'interno della popolazione migrante si registrano notevoli differenze in merito all'impegno nello sport (v. fig. 8.5 e 8.6) anche in base a età e sesso. Gli stranieri giovani di sesso maschile praticano sport con frequenza quasi pari ai coetanei svizzeri, ma poi al contrario di quanto avviene per gli svizzeri la pratica sportiva scende ai minimi assoluti fra i 45 e i 59 anni. È interessante notare che tale notevole calo avviene in una fascia

⁶ La parte di stranieri nella prova a campione che presentiamo con l'11.6% (cui si aggiungono 9.5% con doppia cittadinanza) è inferiore alla quota di stranieri nella popolazione (20.7%), dato che sono state interrogate solo persone in grado di dare informazioni in una lingua nazionale (v. sezione 16). In questo contesto si parla di popolazione residente assimilata dal punto di vista linguistico.

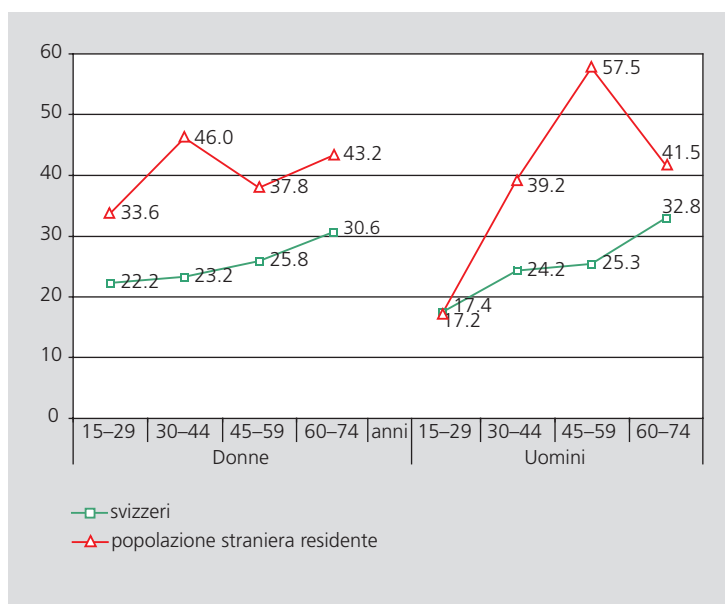
d'età in cui nelle donne si registrano le minori differenze fra svizzere e straniere. D'altra parte fra le donne già negli anni della gioventù si evidenzia una notevole differenza in base alle nazionalità e le giovani straniere sono chiaramente più inattive delle svizzere.

A 8.5 Quota di donne e uomini molto sportivi (più volte a settimana, in tutto tre ore o più) sulla base di età e nazionalità (in %)



Troviamo differenze fra svizzeri e stranieri non solo nella frequenza con cui si pratica lo sport, ma anche nella predilezione per determinate discipline. Se troviamo la classica cinquina elvetica – ciclismo, nuoto, escursionismo pedestre, jogging e sci – in testa alle preferenze anche fra gli stranieri residenti, fra di essi la quota di chi li pratica scende poi chiaramente al di sotto della media svizzera. Chiaramente al di sopra è invece la quota nel calcio, fra gli stranieri molto più amato della ginnastica. La massima quota di stranieri si trova però non nel calcio ma nella pallacanestro e negli sport di combattimento, che nella scala di valori dei giovani stranieri si situano ben al di sopra di sport come snowboard, sci di fondo o skating inline.

A 8.6 Quota di donne e uomini inattivi in base alla nazionalità (in %)

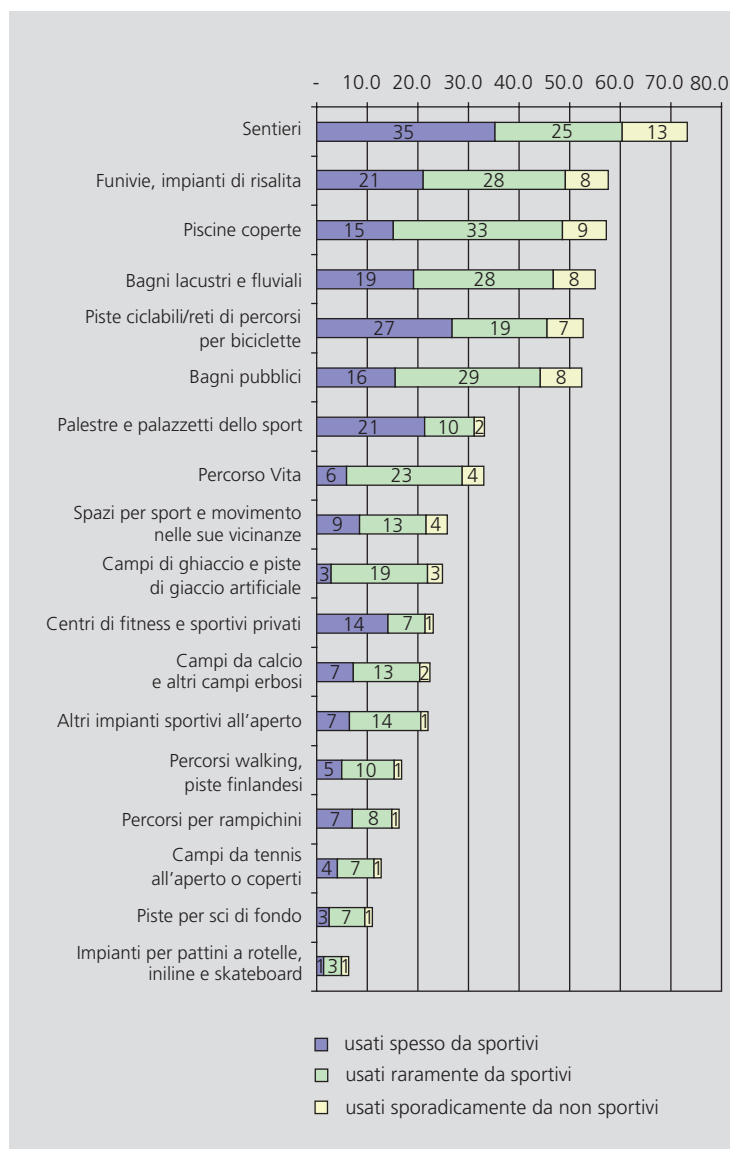


Nota: intervistati 9047 svizzeri e 1192 stranieri residenti (senza doppia cittadinanza).

9. Luoghi e orari della pratica sportiva

La tabella 9.1 riassume le risposte alla domanda su dove – ovvero in quali posti e su quali impianti – si pratica sport. Oltre la metà della popolazione svizzera utilizza almeno di tanto in tanto sentieri pedestri, impianti di risalita e seggiovie, piste ciclabili, palestre, piscine, lidi bagni pubblici. Se si considerano gli sport più amati non stupisce l'alto tasso di utilizzazione delle infrastrutture sportive all'aperto, visto che proprio in essi si svolge il pentathlon elvetico con bicicletta, camminate, nuoto, sci e jogging. Inoltre in questi spazi si muovono saltuariamente persino gli inattivi dichiarati.

A 9.1: Utilizzazione delle infrastrutture sportive (in % della popolazione residente svizzera)



Nota: intervistate 10262 persone che dovevano indicare per ogni impianto se lo usano «spesso», «raramente» o «mai».

Dal punto di vista dell'utilizzazione regolare anche le palestre ed i palazzetti dello sport, i centri di fitness o i centri sportivi privati hanno una grande importanza. I primi vengono utilizzati spesso da oltre un quinto, gli altri da circa un settimo della popolazione svizzera residente. Per questo genere di impianti è invece poco frequente un uso raro o l'uso da parte di inattivi. Parlando di campi di calcio e da tennis non solo li usano regolarmente rispettivamente il 7 o il 4 per cento che affermano di praticare tali sport, ma sono altrettanti quelli che li sfruttano in modo sporadico.

Il 60 per cento delle persone attive praticano sport alla sera. Ad essi si aggiunge un quinto ciascuno al mattino e nel pomeriggio. Le prime ore della giornata ed il mezzogiorno sono utilizzati da un decimo circa di tutti gli sportivi. Le cifre percentuali riportate nella tabella 9.1 non arrivano al 100 per cento perché si potevano indicare più risposte, come ha effettivamente fatto il 40% di tutti gli intervistati. Gli uomini praticano sport più spesso alla sera (66% di tutti gli uomini attivi contro il 53% delle donne attive), mentre le donne sono più attive al mattino (32% contro 21%) e al pomeriggio (27% contro 23%). Tali differenze secondo il sesso dipendono comunque quasi esclusivamente dall'attività lavorativa e scompaiono quando si considerano solo persone attive oltre 30 ore a settimana. Indipendentemente dall'attività lavorativa le donne mostrano un maggiore attaccamento alle ore del (primo) mattino.

T 9.1: Ore del giorno in cui si pratica sport

	Quota in % di tutte le persone attive
Alla mattina presto	9.5
Alla mattina	26.2
Sul mezzogiorno	9.7
Il pomeriggio	25.2
La sera	59.4
Di notte	1.1
Dipende, varia	8.5

Nota: intervistate 7827 persone. La domanda esatta era: «Di regola in che momento della giornata pratica lo sport?» Si potevano indicare più risposte.

10. Sport nelle società sportive

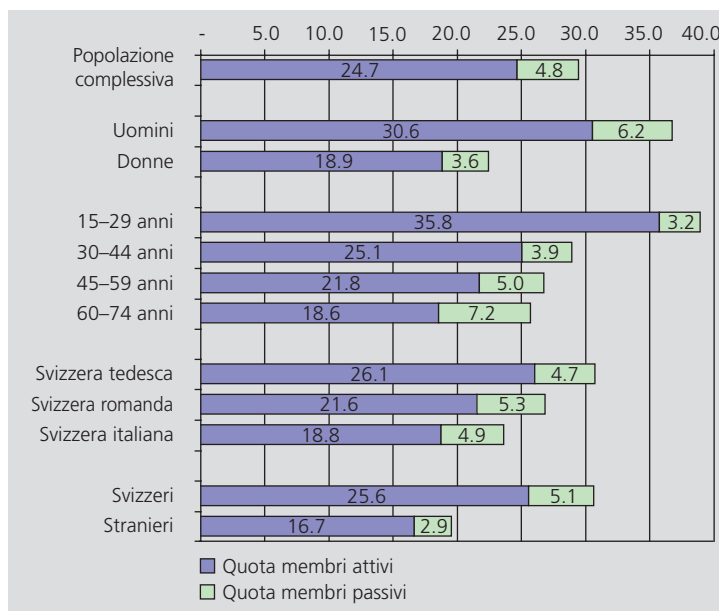
Un quarto della popolazione residente in Svizzera è attivo in una società sportiva.⁷ Ad esso si aggiunge un 5 per cento di membri passivi nelle stesse strutture. Le cifre corrispondono con una certa esattezza a quelle rilevate nel 2000.⁸ Di regola (76% di tutti i membri attivi) si pratica sport in una sola società, ma pur sempre il 19 per cento di tutti i membri sono poi attivi in due società ed il 5 per cento persino in tre o più.

La popolarità delle società sportive resta quindi molto alta. Il significato dello sport societario per il panorama sportivo elvetico è sottolineato anche da altri due rilievi. Da un lato i membri delle società si rivelano particolarmente sportivi: la grande maggioranza (87%) di quanti sono membri attivi in una società pratica sport almeno 2 ore a settimana. Dall'altro lato le società sembrano avere un ruolo importante anche per quel che attiene alla socializzazione tramite lo sport: il 56 per cento degli attivi che oggi non sono più iscritti in una società ne sono stati membri attivi negli anni precedenti.

Non per tutti gruppi di popolazione però lo sport societario è ugualmente interessante. Come mostra la figura 10.1 nelle società si incontrano più uomini che donne. Contrariamente alle aspettative la differenza fra i sessi negli ultimi otto anni è persino leggermente aumentata e se nel 2000 erano membri attivi di una società sportiva il 26.3 per cento di tutti gli uomini e 20.4 per cento di tutte le donne, attualmente le cifre sono 30.6 per cento e 18.9 per cento. Esaminando le differenze in base a gruppi di età, regioni linguistiche e nazionalità, negli ultimi anni poco è cambiato. Persone più giovani continuano ad essere più

numerose nelle società sportive rispetto agli anziani, anche se poi anche nel gruppo fra 60–74 anni quasi un quinto continua ad essere membro attivo di una società sportiva. Nella Svizzera tedesca lo sport societario è più popolare che in quella romanda e soprattutto che in quella italiana. Oltre a ciò (in percentuale) nelle società sportive gli svizzeri sono chiaramente più numerosi degli stranieri residenti.

A 10.1: Quota di membri di società sportive nei diversi gruppi di popolazione (in % dei rispettivi gruppi)



Nota: intervistate 10260 persone.

Fra i motivi per cui si pratica sport in una società al primo posto si trova chiaramente lo stare in compagnia: il 42 per cento dei membri attivi affermano di stare volentieri insieme ad altri e di apprezzare il cameratismo nel club, un altro 39 per cento dice di avere molti amici e conoscenti nella società in cui fa sport. Oltre a ciò si sottolineano i vantaggi di allenamenti ad orari regolari (23%). Infine si può far notare che la metà di tutti i membri attivi di una società (49%) pratica sport agonistico, anche se poi le competizioni sono indicate esplicitamente solo dal 7 per cento dei membri come motivo per partecipare alla vita della società.

La lista degli sport preferiti in una società vede in testa il calcio, seguito da ginnastica, pallavolo, tennis, unihockey e tiro. Fra gli sport individuali con la quota più alta di iscritti ad una società si annoverano Judo e Ju-Jitsu (98% di tutti i praticanti sono inquadrati in una società), tiro (83%), canottaggio (77%), karate (68%) e atletica leggera (67%).

Un terzo dei membri attivi non si limita a praticare sport in un club, ma partecipa anche al lavoro all'interno della società (v. tabella 10.1). Il tanto temuto calo di collaboratori volontari non si osserva nelle società

⁷ Fra gli attivi in una società vengono annoverate tutte le persone che versano la quota come membri attivi, indipendentemente dal fatto che partecipino effettivamente all'attività sportiva.

⁸ Nel 2000 il 24 per cento della popolazione residente era attiva e il 4 per cento passiva in una società sportiva. Comunque al tempo non si chiedeva ancora agli inattivi se fossero (ciononostante) membri passivi in una società sportiva. Effettivamente con l'inserimento degli inattivi il numero di membri attivi aumenta dell'1.1 per cento e quello dei membri passivi dell'1.5 per cento.

sportive: negli ultimi anni questa forma di impegno benevolo non solo non è diminuita, ma addirittura aumentata. Nel 2000 collaboravano nell'ambito della società il 26 per cento dei membri; una quota elevata che si giustifica anche con la considerazione che si sta sempre più diffondendo il jobsharing. D'altra parte nonostante la ripartizione delle cariche il lavoro per il singolo non è diminuito e in media i collaboratori vi dedicano 2.8 ore a settimana, esattamente come nel 2000. A seconda dell'impegno e della società sportiva però il lavoro è ripartito in modo molto diverso; mentre un 3 per cento dei collaboratori volontari dedicano all'incarico oltre 20 ore a settimana, la metà raggiunge 1.5 ore. A conferma che ci sono anche cariche puramente onorifiche, il 9 per cento dei volontari afferma di non dover impiegare del tempo per tale impegno.

T 10.1: Quota di collaboratori volontari fra i membri delle società sportive e a livello di popolazione globale

	In per cento di tutti i membri attivi	Quota percentuale della popolazione nel complesso
Membri di società attivi a livello di volontariato	33.9	8.4
Membri che hanno svolto lavoro volontario	17.6	4.4
Membri che non svolgono e non hanno svolto tali attività	48.5	11.9

Nota: intervistate 2613 persone per i membri attivi e 10262 per la popolazione complessiva.

Non si rileva una crescente professionalizzazione del lavoro nelle società sportive; il 76 per cento (nel 2000 erano il 64%) esercitano l'attività a livello meramente benevolo, il 19 per cento (2000: 32%) vengono indennizzati in parte e il 5 per cento (2000: 4%) in gran parte.

La maggior parte dei collaboratori volontari si ritrovano come allenatori o istruttori. Se si contano nel novero anche i monitori per le attività giovanili e per gli anziani si arriva ad un 45 per cento dei collaboratori attivi in questo ambito. Si svolge tale attività innanzitutto perché si vuole fare qualcosa per la società e per gli altri membri (28%), perché si tratta di un lavoro sociale e utile (23), per il piacere dell'attività (20%) o perché piace essere attivi per e con gli altri (15%). Il lavoro volontario si rivela molto gratificante: il 39 per cento si dicono molto soddisfatti, 53 per cento soddisfatti, 7 per cento in parte soddisfatti e solo l'uno per cento insoddisfatti.⁹ Se potessero scegliere ancora una volta il 68 per cento di tutti i volontari attivi si assumerebbero nuovamente

l'impegno; il 20% lo farebbe a determinate circostanze, il 7 per cento tenderebbe a rifiutare e solo il 5 per cento afferma categoricamente che non lo rifarebbe.

Sebbene il 44 per cento dei volontari affermino che la loro società ha difficoltà a trovare nuovi membri ed il 55 per cento parli di grandi problemi nel reclutare nuovi volontari, il futuro dello sport societario non sembra sostanzialmente in pericolo. La collaborazione nelle società e la collaborazione di queste con comuni ed autorità funziona nella maggior parte dei casi bene ed i problemi per reperire impianti sportivi adatti o quelli di natura finanziaria sono piuttosto limitati. A ciò si aggiunge che il 23 per cento di tutti gli sportivi ed il 17 per cento degli inattivi potrebbero immaginarsi di far nuovamente parte di una società sportiva. Anche per quel che riguarda la collaborazione benevola nelle società non ci sono avvisaglie di problemi e pur sempre un quarto (24%) dei soci che attualmente non svolgono attività benevola possono immaginarsi di ricoprire un giorno una carica del genere (anche se la maggior parte di loro non ha ancora ricevuto richieste in tal senso). Concludendo si può quindi dire che sembra disponibile un serbatoio di giovani leve, che però vanno curate e nel momento opportuno magari convinte ad impegnarsi concretamente.

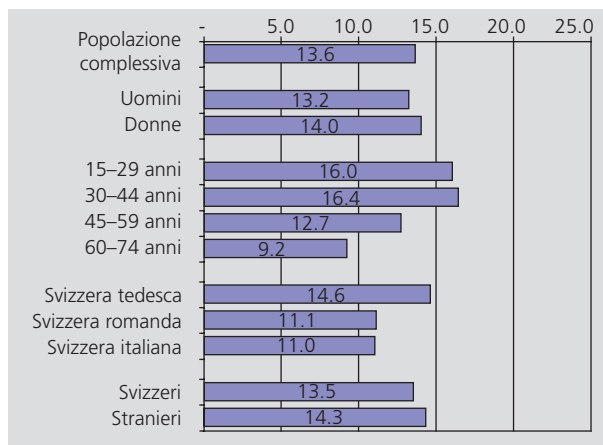
⁹ Nel 2000 si avevano 59% molto soddisfatti, 39% soddisfatti, 11% parzialmente soddisfatti e 1% insoddisfatti.

11. Sport nei centri fitness

Accanto alle società sportive anche i centri sportivi e di fitness privati sono divenuti importanti per la pratica sportiva. Il 14 per cento della popolazione residente in Svizzera è affiliata ad una di queste strutture (v. figura 11.1).¹⁰ Questo valore corrisponde esattamente alla quota di utilizzatori regolari riportata nella figura 9.1. Ai soci veri e propri si aggiungono un altro 7-8 per cento di visitatori saltuari senza abbonamento. Come da aspettative, nei centri fitness si pratica innanzitutto allenamento del fitness, muscolazione e aerobica.

Se confrontiamo il profilo dei soci del centro fitness con quello dei membri di una società sportiva si possono rilevare alcune differenze interessanti (v. figure 10.1 e 11.1). Contrariamente alla società sportiva, nei centri fitness le donne sono più numerose degli uomini. Anche la quota di stranieri che frequentano tali strutture è leggermente superiore a quella di svizzeri. Per quel che riguarda le regioni linguistiche ancora una volta sono gli svizzeri tedeschi a presentare una quota di affiliati superiore alla media. Al contrario delle affiliazioni a società sportive non si registrano però differenze sostanziali fra Svizzera romanda ed italiana. Come nelle società sportive la quota di membri è inferiore nei gruppi di età più elevata, ma la diminuzione non ha andamento lineare.

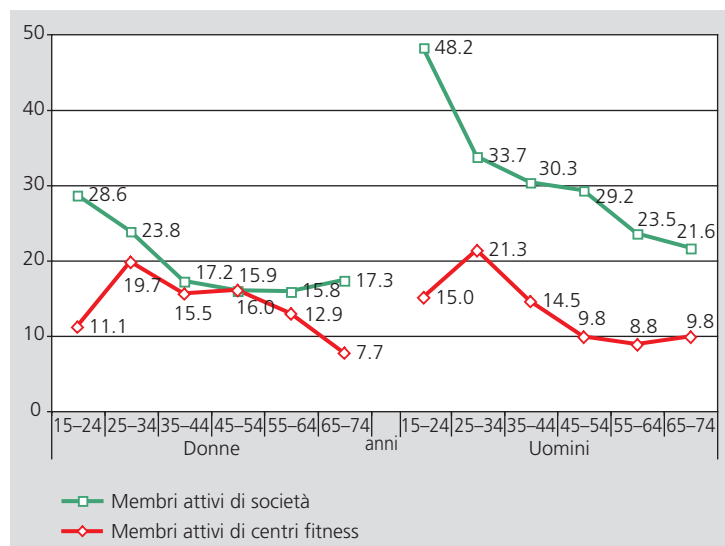
A 11.1 Quota di affiliati a centri sportivi e di fitness privati nei diversi gruppi di popolazione (in % dei rispettivi gruppi)



Note: intervistate 10 262 persone.

In che modo esattamente i membri dei centri sportivi e di fitness si distinguono dai membri delle società sportive è mostrato alla figura 11.1. La probabilità di incontrare soci di tali strutture è più elevata sia per gli uomini che per le donne nella fascia di età fra 25 e 34 anni. Si tratta comunque dell'unico punto in comune che i due sessi hanno in questo ambito, mentre negli uomini in tutti i gruppi di età è molto più diffusa l'affiliazione ad una società sportiva che a un centro di fitness, per le donne fra 35 e 44 questi ultimi sono importanti come le società sportive. Nella fascia fra 35 e 64 anni le donne iscritte a un centro fitness sono più frequenti degli uomini.

A 11.2: Quota di affiliazione ai centri sportivi o alle società secondo sesso ed età (in %)



Nota: intervistati 4468 uomini 5774 donne.

Quando si chiede di indicare il principale vantaggio dell'affiliazione ad un centro fitness rispetto ad altre offerte sportive come ad esempio quelle di una società, i membri dei centri indicano la mancanza di obblighi (26%), la maggiore flessibilità (18%) e i migliori orari di apertura (13%). Meno frequentemente vengono citati offerta migliore (9%) infrastruttura migliore (8%) e una migliore assistenza (6%).

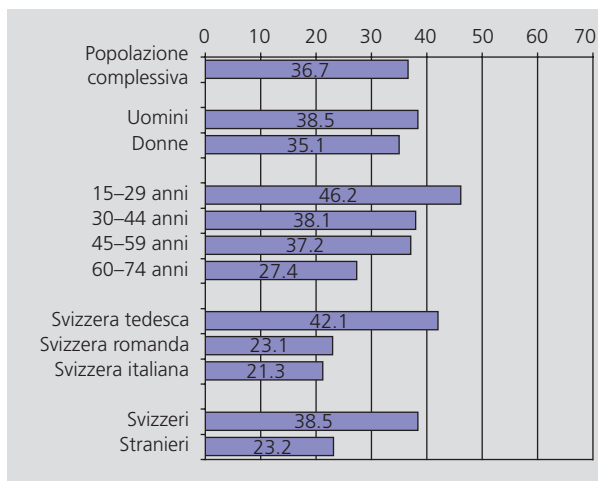
¹⁰ Viene considerato socio chi possiede un abbonamento, indipendentemente dalla durata dello stesso (affiliazione annuale vale come quella mensile). Entrate singole (ad esempio carte con 5 o 10 ingressi) non sono invece state considerate come affiliazione.

12. Sport durante le vacanze

Esattamente la metà di tutte le persone che fanno sport o un terzo (37%) della popolazione nel complesso negli ultimi cinque anni hanno trascorso almeno una settimana di ferie in cui lo sport aveva un ruolo importante. Nella maggioranza dei casi (59%) si tratta di una – cinque settimane in tutto, ovvero massimo una settimana di ferie attive all'anno. Circa due terzi (63%) di esse vengono trascorse in Svizzera, un terzo abbondante (37%) all'estero.

Le persone più anziane fanno più di rado ferie attive rispetto ai giovani (v. figura 12.1); quando decidono in tal senso vi dedicano però più tempo dei giovani.¹¹

A 12.1: Sport durante le vacanze (quota in % delle persone dei rispettivi gruppi di età che negli ultimi cinque anni hanno fatto almeno una settimana di vacanze in cui lo sport stava in primo piano)



Nota: intervistate 10262 persone.

Il caso più frequente sono le vacanze sugli sci (v. tabella 12.1). Un ottavo della popolazione residente in Svizzera negli ultimi cinque anni ha fatto almeno una volta una settimana bianca. Ad esso si aggiungono un 3 per cento che fa snowboard e il 2 per cento che pratica sci di fondo. Accanto agli sport invernali le vacanze attive sono dominate dall'escursionismo a piedi (11% della popolazione negli ultimi cinque anni ha fatto vacanze con lunghe camminate) dalla bicicletta (7%) e dal nuoto (3%). Popolari come sport durante le vacanze sono inoltre tennis, calcio, jogging, arrampicata e alpinismo, immersioni, escursioni invernali, golf e windsurf.

T 12.1: Sport praticati più di frequente in vacanza

	In % di tutti quelli che fanno vacanze attive	In % di tutti gli sportivi	In % della popolazione residente	Età media in anni	Quota di donne
Sci (pista), carving	34.8	17.5	12.8	44	49
Camminate, walking, escursioni in montagna	30.9	15.5	11.3	50	61
Ciclismo, rampichino	18.1	9.1	6.6	44	42
Nuoto	9.4	4.7	3.4	47	59
Snowboard	7.4	3.7	2.7	25	41
Sci di fondo	4.9	2.5	1.8	48	53
Tennis	4.3	2.1	1.6	43	51
Calcio	3.8	1.9	1.4	26	15
Jogging, Corsa, corsa nei boschi	3.2	1.6	1.2	42	54
Arrampicata, alpinismo	2.9	1.4	1.1	37	47
Immersioni	2.8	1.4	1.0	40	42
Escursioni su sci e snowboard, racchette	2.7	1.4	1.0	49	50
Golf	2.5	1.3	0.9	53	34
Windsurf	2.2	1.1	0.8	33	37
Fitness, Aerobica	1.9	1.0	0.7	42	63
Equitazione, sport equestri	1.9	0.9	0.7	33	82
Vela	1.8	0.9	0.7	45	45
Volley, Beachvolley	1.5	0.7	0.5	30	48

Nota: intervistate 4098 persone (tutti quelli che fanno vacanze attive), 7811 (tutti gli sportivi), 10262 (tutti gli intervistati). Sono riportati solo gli sport citati da almeno 50 intervistati.

¹¹ Persone fra 60-74 anni che negli ultimi cinque anni hanno fatto vacanze attive vi hanno dedicato in media 10.3 settimane, mentre per il gruppo fra 15 e 29 anni erano solo 6-0 settimane in media.

13. Sport come genere di consumo

Lo sport non si svolge solo in palestre, impianti e nella natura; una parte è quella vissuta tramite i mezzi di comunicazione. Lo sport in televisione, nei giornali, alla radio e su internet negli ultimi anni è notevolmente cresciuto. L'interesse nella popolazione è da sempre elevato e negli ultimi anni è addirittura ulteriormente aumentato.

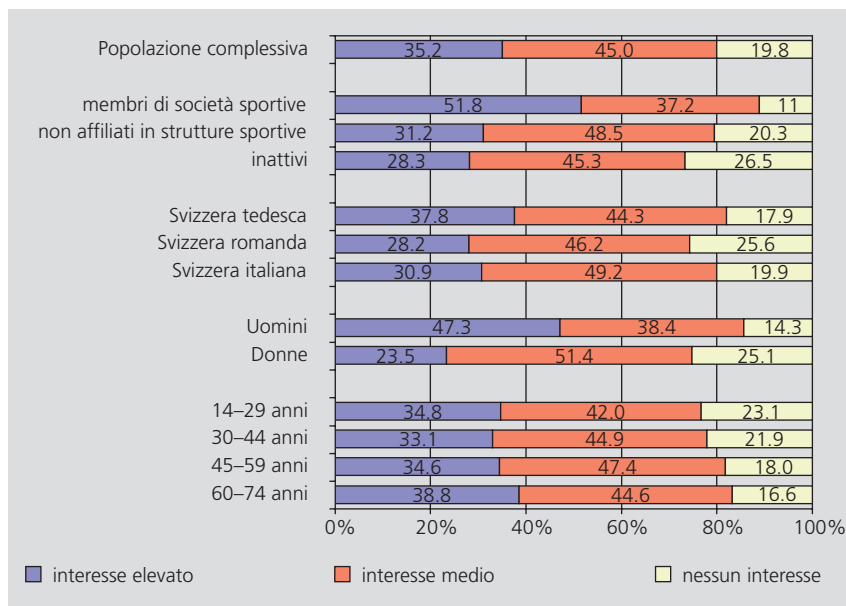
T 13.1: Interesse della popolazione svizzera per lo sport nel 2000 e nel 2008 (in %)

	2000	2008
interesse elevato	32,5	35,2
interesse medio	45,1	45,0
nessun interesse	22,4	19,8

Nota: intervistate 10255 persone nel 2008 e 2063 nel 2000.

Anche persone che non praticano sport si interessano agli avvenimenti in tale ambito, ma i più appassionati sono i membri attivi di una società sportiva, che dichiarano per oltre la metà un elevato interesse (v. figura 13.1). Nella Svizzera tedesca l'interesse per lo sport è leggermente superiore rispetto alla Svizzera italiana e a quella romanda, ma in questo ambito le differenze fra le regioni linguistiche sono molto minori che nella pratica sportiva. Differenze minori si ritrovano anche in relazione all'età, con il gruppo più vecchio che – contrariamente all'attività – è quello con un l'interesse maggiore. Grandi differenze si rilevano fra i sessi: gli uomini sono molto più interessati delle donne allo sport raccontato, anche se la divergenza negli ultimi otto anni non si è ingrandita: rispetto al 2000 l'interesse per lo sport è aumentato sia fra gli uomini che fra le donne, del 2–3 per cento.

A 13.1: Interesse della popolazione svizzera per lo sport (in % dei rispettivi gruppi)



Nota: interrogate 10255 persone.

All'elevato interesse fa riscontro un elevato consumo di sport: seguire lo sport tramite i mezzi di comunicazione richiede in media due ore a settimana. Con 2.7 ore gli uomini consumano chiaramente di più delle donne, che arrivano in media a 1.3 ore a settimana (v. tabella 13.2). Mostrano il maggior consumo mediatico fra le donne il gruppo d'età più vecchio, fra gli uomini il più giovane. Le differenze fra i gruppi di età sono comunque in entrambi i sessi abbastanza limitate.

T 13.2: Consumo settimanale di sport nei mezzi di comunicazione, secondo sesso ed età

	Uomini	Donne	Globale
15–29 anni	2.9	1.3	2.2
30–44 anni	2.6	1.2	1.9
45–59 anni	2.4	1.3	1.8
60–74 anni	2.8	1.6	2.1
Popolazione	2.7	1.3	2.0

Nota: intervistate 4665 persone (campione parziale rappresentativo).

Se si chiede tramite quale mezzo di comunicazione si segue abitualmente lo sport, la televisione viene prima della stampa, della radio ed internet (v. tabella 13.3). Quasi tutte le persone interessate allo sport (71%) guardano regolarmente trasmissioni sportive in televisione, mentre la metà della popolazione legge regolarmente le pagine sportive dei quotidiani. Pur sempre un 16 per cento della popolazione consulta anche in modo regolare internet per cercare notizie di sport. La presenza a manifestazioni sportive è «naturalmente» più rara; se il 62 per cento della popolazione non va mai ad un tale appuntamento ed il 22 per cento lo fa solo sporadicamente, l'11 per cento partecipa almeno una volta al mese ed il 5 per cento una volta a settimana.

T 13.3: Mezzi di comunicazione tramite cui si segue regolarmente lo sport (in %)

	In % della popolazione
Televisione	70.8
Giornali/riviste	47.3
Radio	23.1
Internet	15.7

Nota: intervistate 3427 persone (un campione parziale rappresentativo). I valori percentuali sommati non danno il 100% perché si poteva indicare più di un mezzo di comunicazione.

Seguire lo sport sui media sembra motivare solo in misura limitata a praticare sport in prima persona. Solo un quinto (21%) della popolazione svizzera si sente almeno un po' motivato a fare sport dai mezzi di comunicazione. Giovani ed uomini si lasciano motivare più di vecchi e donne. Lo stesso vale se si guarda la presenza a manifestazioni sportive: il 43 per cento degli uomini fra 15 e 29 anni sono motivati a fare sport proprio dallo sport seguito sui media, e il 29% vanno almeno una volta al mese a una manifestazione sportiva.

La tabella 13.4 riporta gli sport sui quali maggiormente si appunta l'interesse della popolazione svizzera; in testa troviamo come prevedibile calcio e tennis, sci alpino, hockey su ghiaccio e sport motoristici, citati tutti da almeno il dieci per cento della popolazione. Pur sempre uno svizzero su venti cita ciclismo e atletica leggera come sport preferito da seguire sui media. Le donne scelgono più frequentemente degli uomini pattinaggio, danza, equitazione, ginnastica artistica e nuoto, mentre si interessano di meno per sport motoristici, sport di combattimento, pallacanestro, hockey su ghiaccio e ciclismo. Le preferenze non sono però diametralmente opposte e quelle degli uomini; anche le donne si interessano innanzitutto per calcio, tennis e sci. La lista delle preferenze delle donne vede comunque in testa tennis davanti a calcio, sci, pattinaggio su ghiaccio, hockey su ghiaccio, atletica leggera, equitazione e ginnastica artistica.

T 13.4: Sport per i quali la popolazione è maggiormente interessata

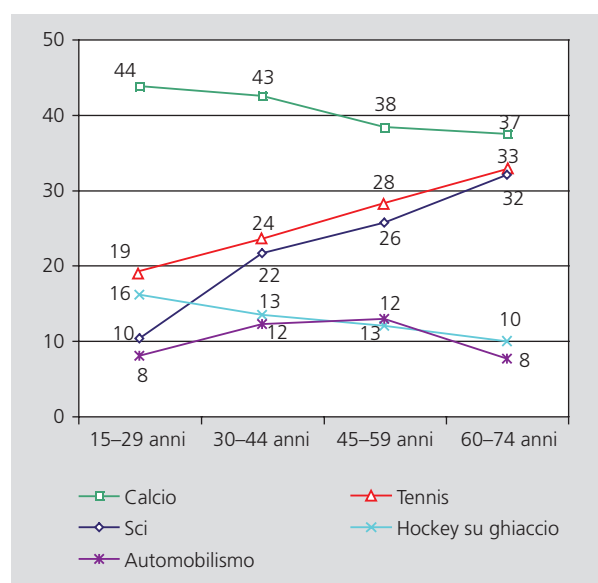
	% della popolazione	Quota di donne	Età media
Calcio	40.5	37	44
Tennis	26.2	60	50
Sci alpino	23.0	56	51
Hockey su ghiaccio	12.7	30	42
Sport motoristici (incl. F1 e motociclismo)	10.5	25	45
Ciclismo	5.2	30	56
Atletica leggera	5.1	59	48
Pattinaggio di velocità	4.3	89	55
Sport di combattimento (incl. pugilato)	3.6	27	46
Vela	3.0	49	47
Sci nordico	2.5	44	59
Equitazione	2.3	75	53
Ginnastica artistica	2.3	75	55
Nuoto	2.0	74	43
Volley, Beachvolley	1.9	65	41
Pallacanestro	1.5	26	29
Pallamano	1.5	42	38
Danza	1.4	83	45
Snowboard	1.0	52	25

Nota: intervistate 3427 persone. La domanda esatta era: «A quali tipi di sport si interessa maggiormente?». Si potevano citare massimo tre tipi di sport. Vengono riportati tutti gli sport citati da almeno l'un per cento degli intervistati.

Anche rispetto all'età si evidenziano differenze; la metà di quanti si interessano per snowboard e basket ha meno di 25, rispettivamente 30 anni. Al contrario la metà di quanti sono particolarmente interessati allo sci nordico o al ciclismo sono più vecchi di 55 anni. Per i giovani fra 15 e 29 anni il calcio è al primo posto con largo scarto mentre per gli uomini fra 60 e 74 anni tennis e sci sono amati quasi quanto il calcio (v. figura 13.2).

Nella Svizzera romanda si rileva un interesse superiore alla media per basket, ciclismo, vela, tennis e pattinaggio su ghiaccio; nella Svizzera italiana ci si interessa in modo superiore alla media per vela, nuoto, e ciclismo. In tutte le regioni linguistiche comunque calcio e tennis sono in testa.

A13.2: Interesse per lo sport nei media secondo disciplina ed età (in % dei rispettivi gruppi di età)



Nota: intervistate 3427 persone in tutto; 15-29: 609; 30-44: 1042; 45-59: 950; 60-74: 826.

14. Lesioni da sport

La pratica dello sport ha anche aspetti negativi come gli infortuni ad essa collegati. 12 per cento degli intervistati dichiarano di essersi fatti male durante la pratica sportiva nel corso degli ultimi 12 mesi (v. tabella 14.1). Nel 71 per cento dei casi l'infortunio si è verificato improvvisamente, nel resto dei casi si tratta di problemi esistenti da tempo. Un buon terzo (35%) degli infortuni non ha avuto eccessive conseguenze e non ha richiesto l'intervento del medico. Nel 53 per cento dei casi è stato possibile trattare la lesione in modo ambulatoriale, mentre il 12 per cento degli incidenti ha richiesto un ricovero in ospedale. Un quarto (26%) degli incidenti ha comportato incapacità lavorativa che in alcuni casi isolati ha superato i 30 giorni.

Il puro rilevamento di infortuni da sport fatto tramite intervista, come nel nostro caso, comporta diversi problemi, per cui in questa sede rinunciamo ad indicazioni dettagliate riguardo alle giornate di ricovero in ospedale o di incapacità lavorativa, o ancora all'adattamento a livello di popolazione intera. Incidenti di lieve entità vengono dimenticati in fretta, mentre lesioni gravi restano a lungo nella memoria. Ciò comporta una certa tendenza a sottovalutare i casi meno gravi e a sopravvalutare gli altri; soprattutto quando si tratta di un infortunio accaduto oltre 12 mesi prima con conseguenze che si sono però fatte sentire ancora in questo lasso di un anno.

T 14.1: Infortuni durante la pratica sportiva e casistica

		In % della popolazione	In % di tutti gli infortunati
Infortuni subiti negli ultimi 12 mesi	subite lesioni	11.6	100.0
	nessuna lesione	88.4	
verificarsi della lesione	improvvisa/acuta	8.2	70.6
	disturbo cronico/acuta	2.6	22.1
	lambedue le cose/non so	0.8	7.3

Nota: intervistate 10262 persone (popolazione), 1360 (infortunate).

È logico che con l'aumento della pratica sportiva cresca anche il rischio di incidenti in questo ambito, la tabella 14.2 mostra che le persone molto sportive negli ultimi 12 mesi hanno subito più infortuni di persone con un livello di attività inferiore. Anche gli inattivi però possono subire infortuni nella loro sporadica attività sportiva e se ciò accade la probabilità di una degenza ospedaliera o di incapacità lavorativa sono anche superiore rispetto agli sportivi.

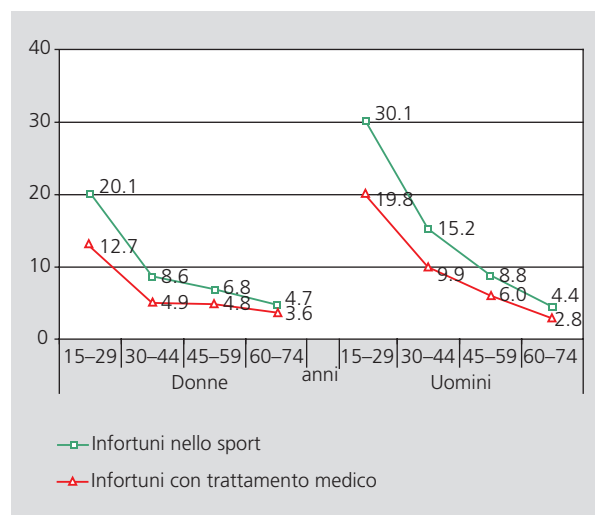
T 14.2: Lesioni da sport subite e livello di attività praticata (in % dei rispettivi gruppi di attività)

	Totale degli infortunati
Molto sportivi (più volte a settimana, almeno 3 ore)	18.6
Sportivi	9.1
Inattivi	4.3
Totale (popolazione complessiva)	11.6

Nota: intervistate 10262 persone.

Persone più giovani – soprattutto uomini – negli ultimi 12 mesi hanno subito decisamente più infortuni da sport di persone più vecchie (v. figura 14.1). La differenza di età è maggiore rispetto a quella rilevata nell'attività sportiva, per cui se ne deduce un diverso approccio ai rischi e diverse preferenze a seconda dei gruppi di età.

A 14.1: Quota di infortuni nello sport negli ultimi 12 mesi secondo età e sesso (in %)



Nota: intervistati 4474 uomini e 5788 donne.

15. Sostegno dello sport ed immagine dello stesso

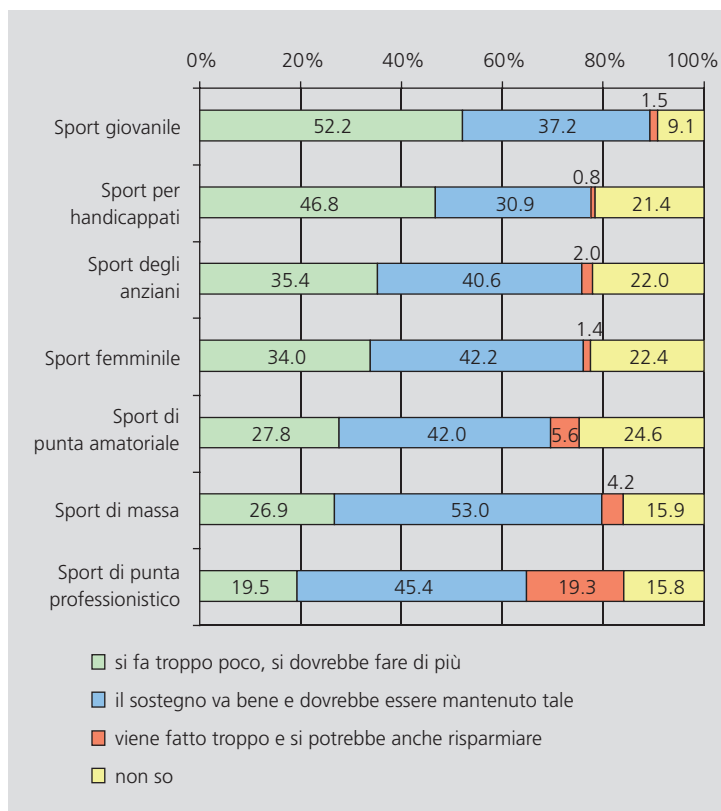


Riguardo al sostegno allo sport, una stragrande maggioranza della popolazione svizzera ritiene che lo sport debba continuare ad essere appoggiato nelle forme attuali o che il sostegno dovrebbe addirittura essere ampliato (v. figura 15.1). Un tale ampliamento viene richiesto soprattutto nello sport giovanile ma anche in quello per gli handicappati, nello sport degli anziani e lo sport femminile. Oltre un terzo della popolazione ritiene che in questi ambiti si faccia troppo poco. Per una diminuzione del sostegno allo sport si trovano appena voci; solo per lo sport di punta professionistico un quinto della popolazione ritiene che si potrebbe risparmiare. Un altro quinto d'altra parte è a favore dell'ampliamento di tale sostegno

Quando si tratta di valutare il sostegno dello sport gli inattivi si distinguono solo poco dagli sportivi; anche quelli sono favorevoli in larga parte allo sport giovanile (45% fare di più e 39% lasciare come è), lo sport per handicappati (46%/30%), lo sport per gli anziani (31%/41%) lo sport per le donne (31%/40%), lo sport di massa (21%/51%) e quello di punta a livello amatoriale (26%/40%), e – seppure in misura minore – lo sport di punta professionistico (17%/41%).

Assolutamente indiscusso è lo sport giovanile; solo l'1.5 per cento degli intervistati vi ravvisa potenziali di risparmio, mentre il 52 per cento vedrebbe di buon occhio un suo

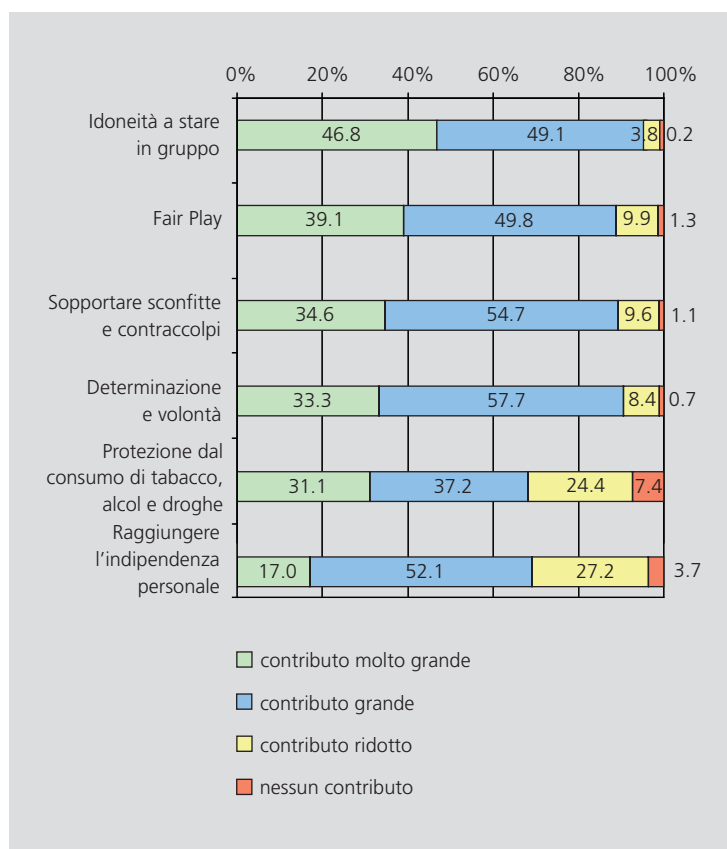
A 15.1: Valutazione del sostegno allo sport fatta dalla popolazione



Nota: intervistate 10262 persone.

ampliamento. A riprova dell'elevato significato attribuito allo sport giovanile due terzi (67%) della popolazione svizzera affermano che lo sport esercita una positiva influenza sui giovani, un altro 31 per cento parla di un influsso piuttosto positivo e solo l'1.6 per cento della popolazione è del parere che lo sport avrebbe un influsso (piuttosto) negativo sui giovani. Se si chiede più precisamente quali caratteristiche la pratica sportiva dovrebbe promuovere fra i giovani si hanno le stime riportate nella figura 15.2.

A 15.2: Valutazione del contributo dello sport sullo sviluppo dei giovani (in % della popolazione)



Nota: intervistate fra 9843 (indipendenza) e 10081 persone (capacità di stare in un gruppo). La domanda concreta era: «La pratica dello sport può contribuire allo sviluppo delle seguenti caratteristiche positive presso i giovani?»

T 15.1: Problemi nello sport secondo la popolazione

	In % della popolazione
Doping	31.8
Troppi soldi/commercializzazione	28.3
Hooligan, pubblico violento	12.4
Allenamento esagerato	10.8
Sopravalutazione della vittoria	6.7
Perdita generale di valori	5.3
Violenza dei giocatori	4.7
Calendario troppo fitto/troppo poco recupero	4.1
Corruzione	2.3
Eccessivo indebitamento delle società	1.6
Razzismo	0.9
Molestie sessuali	0.3
Altro	32.6

Nota: 10262 intervistati. La domanda precisa era: «A suo parere, quali sono i problemi principali nello sport attuale?» Si potevano dare più risposte.

16. Metodo d'indagine e campioni

Il sondaggio è stato svolto tramite interviste telefoniche supportate da strumenti informatici (CATI) dalla ditta specializzata LINK Institut a Lucerna, Zurigo e Losanna.¹² Le interviste sono state realizzate in tedesco, francese e italiano nel periodo fra il 12 febbraio e il 27 luglio 2007, dal lunedì al venerdì fra le 17.30 e le 21.00 o al sabato fra le 9.30 e le 16.00. Su richiesta degli intervistati il sondaggio è stato svolto in alcuni casi anche in orari diversi da quelli citati. In media un'intervista ha richiesto una trentina di minuti. Tutti gli intervistatori e i supervisori sono stati precedentemente istruiti. Nelle interviste con i bambini sono stati impiegati intervistatori selezionati, con una particolare formazione. Per verificare contenuti e andamento delle interviste in merito a comprensibilità ed accettazione presso gli intervistati il 21/22 gennaio e il primo febbraio sono stati eseguiti due test preliminari.

La comunità per la scelta degli intervistati è composta da tutte le persone che vivono in Svizzera in età compresa fra 10 e 74 anni, assimilate dal punto di vista linguistico – ovvero in grado di dar informazioni in una delle tre lingue ufficiali – e raggiungibili tramite la rete telefonica. Il sondaggio è stato ripartito nei campioni riportati di seguito e consiste in un modulo base e diversi moduli accessori. La presente valutazione si riferisce al modulo base, al campione accessorio «Giovani» ed ai moduli accessori regionali (tutti moduli riportati in blu nello schema sottostante).

A 16.1: Sguardo d'insieme sui diversi campioni e moduli utilizzati

Modulo accessorio BAMBINI 10–14 anni (n = 1000)	Campione accessorio G+S 15–19 anni (n = 1000)	Modulo base Svizzera 15–74 anni n = 3400			BL 15–74 anni n = 750	GR 15–74 anni n = 750	ZH 15–74 anni n = 1050	Zurigo 15–74 anni n = 750	Winterthur 15–74 anni n = 750	BE 15–74 anni n = 750	TI 15–74 anni n = 300	SG 15–74 anni n = 650
		Domande accessorie survey sul movimento 15–74 anni (n = 1000)	Domande accessorie doping 15–74 anni (n = 1000)	Domande accessorie offerte speciali (Gigathlon, c&c, ecc.) 15–74 anni (n = 1000)	Domande accessorie su infrastrutture e spazi di movimento per tutte le regioni e domande specifiche per le singole regioni							

Nota: i campioni in grigio sono stati utilizzati per l'elaborazione dei dati come riportata nelle pagine precedenti.

¹² Vorremmo ringraziare in questa sede tutti gli intervistatori dell'istituto LINK, che hanno svolto il lavoro con molta pazienza ed abilità. Un grazie particolare va ai responsabili del progetto, signora Isabelle Kaspar e signor Urban Schwegler: abbiamo avuto modo di apprezzare il loro grande impegno, la loro apertura e la loro competenza.



L'estrazione per determinare i vari campioni di intervistati è stata fatta tramite una procedura random to random a due fasi. In un primo momento è stata selezionata a caso un'economia domestica, in seguito il computer ha determinato ancora una volta del tutto casualmente la persona cui indirizzarsi all'interno della stessa. La quota di utilizzazione è del 55 per cento (v. tabella 16.1); ciò vuol dire che dal campione originario di 18664 numeri di telefono attivi sono state realizzate 10262 interviste. Fra i motivi per cui non è stato possibile realizzare tutte le interviste previste si rilevano soprattutto problemi linguistici (7.5% del campione totale) e rifiuto di partecipare (31.3%). Come principale motivo per il rifiuto è stato utilizzato soprattutto «non interessato» (11.%) «sono contro i sondaggi» (8.5%) o «non ho tempo» (2.4%). Tutti i soggetti che hanno rifiutato sono stati contattati una seconda volta da intervistatori specializzati. Nel 7.12 per cento dei casi è stato possibile far cambiare loro opinione e ottenerne la collaborazione.

T 16.1: Sguardo d'insieme sull'utilizzazione

	Numero di persone	In %
Campione estratto (numeri di telefono validi)	18 664	100.0
Interviste realizzate	10 262	55.0
Interviste non realizzate	8 402	45.0
<i>Motivi per la mancata realizzazione dell'intervista:</i>		
<i>irraggiungibile:</i>		
permanenza all'estero	141	0.8
Problemi linguistici (lingua straniera)	1406	7.5
Problemi di udito	171	0.9
Altri problemi di salute	324	1.7
Rifiuto di partecipare	5834	31.3
Altri motivi	526	2.8

Per fare in modo che il campione globale – costituito da diversi campioni rappresentativi di portata parziale – possa davvero essere rappresentativo per la Svizzera nel suo complesso è stato necessario introdurre un elemento di elaborazione. Con esso si è considerata la diversa grandezza dei campioni nelle varie regioni (le persone provenienti da Cantoni e città in cui è stato selezionato un campione sono sovra rappresentate) e nei gruppi di età (i giovani fra 15 e 19 anni sono sovra rappresentati) e come fattore ulteriore il sesso. La tabella 16.2 offre uno sguardo d'insieme sulle centrali caratteristiche sociodemografiche ed illustra gli effetti della valutazione.

T 16.2: Sguardo su elaborazioni e caratteristiche principali degli intervistati

	Non elaborati		Elaborati	
	Numero intervistati	In %	Numero intervistati	In %
Sesso				
uomini	4474	43.6	5054	49.3
donne	5788	56.4	5208	50.7
Età				
15–29 anni	2585	25.2	1927	18.8
30–44 anni	2807	27.4	3050	29.7
45–59 anni	2526	24.6	2807	27.4
60–74 anni	2344	22.8	2478	24.1
Regione linguistica				
Svizzera tedesca	8006	78.1	7350	71.6
Svizzera romanda	1279	12.5	2447	23.8
Svizzera italiana	977	9.5	465	4.5
Totale	10262	100.0	10262	100.0

La presente analisi si basa sempre su dati elaborati. Quando nelle tabelle e nelle figure si indicano le persone intervistate per ottenere i dati presentati si tratta sempre di dati non elaborati.

Osservatorio Sport e Movimento Svizzera
c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung
und Beratung AG
Forchstrasse 212
CH-8032 Zurigo

Traduzione: UFSPO

Tel. 044 260 67 60
Fax. 044 260 67 61
info@sportobs.ch
www.sportobs.ch

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