**GLI STILI DI VITA DEI GIOVANI EUROPEI**

**Fumo**

* Un europeo su quattro fuma regolarmente e il vizio provoca oltre 700.000 morti ogni anno. Tra i più giovani (d'età compresa tra i 15 e i 24 anni) i fumatori sono il 29%. Si tratta di un dato in crescita: erano "solo" il 24% nel 2014
* La metà dei fumatori europei (52%) sostiene di aver iniziato a fumare regolarmente prima dei 18 anni. Tra questi il 15% ha cominciato prima dei 15 anni e il 37% tra i 15 e i 17 anni1

**Sovrappeso e obesità**

* Un adulto su sei nell'Unione Europea è obeso e il 51% è da considerarsi in sovrappeso
* Tra i più giovani (d'età compresa tra i 15 e i 24 anni) il tasso di obesità è del 5,7% 2
* La più alta prevalenza di sovrappeso/obesi tra gli undicenni si registra a Malta (maschi: 38% e femmine: 32%), in Grecia (maschi: 39% e femmine: 38%), in Italia (maschi: 35% e femmine: 23%), in Spagna (maschi: 34% e femmine: 22%) mentre la più bassa in Danimarca e Olanda (maschi: 15% e femmine 9%), in Norvegia (maschi: 18% e femmine 9%) e Svizzera (maschi: 17% e femmine: 12%) 3

**Sedentarietà**

* Il 49,8% della popolazione con più di 18 anni nella UE non pratica nessuna forma di sport o attività fisica
* Tra i più giovani (d'età compresa tra i 15 e i 19 anni) i sedentari che non fanno mai sport sono il 25,5%
* Le percentuali di sedentarietà giovanile più alta è quella registrati in Romania (53,9%) mentre la più bassa è in Danimarca (8%) 4

**Dieta e alimentazione**

* In UE, tra la popolazione con più di 15 anni, solo il 34% mangia tutti i giorni frutta e verdura, il 51% consuma dalle uno alle quattro porzioni al giorno e solo il 14% almeno cinque porzioni al giorno5

**Alcol**

* I danni causati dall’alcol sono una delle principali preoccupazioni di salute pubblica nell’Unione. Rappresentano circa il 5% di tutti i problemi di salute e le morti

premature

* I decessi alcol-correlati sono il 25% di tutti i decessi di giovani di età compresa

tra i 15 e i 29 anni6

1 Special Eurobarometer 458 Attitudes of Europeans towards tobacco and electronic cigarettes 2017

2 EUROSTAT Almost 1 adult in 6 in the EU is considered obese European Health Interview Survey 2016

3 Hbsc 2013-2014 Health Behaviour in School-aged Children

4 EUROSTAT Time spent on health-enhancing aerobic physical activity

5 EUROSTAT 1 in 7 persons aged 15 or over eats at least 5 portions of fruit or vegetables daily Consumption of fruit and vegetables in the EU

6 Commissione Europea L’abuso di alcol Un onere per la salute pubblica e la società