



Emergenza sanitaria Covid-19 e sport: gli impatti sugli stili di vita dei cittadini e sull'offerta di servizi durante il Lockdown

Indice dei contenuti

Executive summary	3
Impatti sui cittadini e sulla domanda di servizi sportivi	6
Impatti sulle organizzazioni e sull'offerta di servizi sportivi	15
Nota metodologica e guida alla lettura	22



EXECUTIVE SUMMARY

CITTADINI: salute e attività fisica in Italia durante il lockdown

- 1. ATTIVI IN LOCKDOWN.** È maggioritaria la quota di italiani che afferma di essersi mantenuta attiva durante il lockdown, con l'obiettivo di trarne beneficio sia mentale (58%) sia fisico (58%).
- 2. CREATIVI PER IL MANTENIMENTO.** È sempre la maggioranza ad affermare l'importanza di tenersi attivi in lockdown così come a dichiarare di aver colto l'occasione per trovare nuove modalità di essere attivi. Tuttavia solo un terzo del campione afferma di essere stato più attivo durante il lockdown che in tempi normali (37%).
- 3. GRAZIE SMARTWORKING.** Chi ha beneficiato dello smartworking (spesso soggetti più istruiti e con reddito superiore), riporta i resoconti più virtuosi e dichiara apertamente che il lavoro da casa ha consentito di attuare stili di vita più sani e fisicamente attivi, soprattutto tra i più giovani e nel Sud Italia.
- 4. LE BASI DEL SONNO E DEL CIBO.** Circa la metà degli italiani ha dormito meglio, soprattutto chi è fisicamente tonico e ha figli dai 6 anni in su. Il 61% ha cucinato di più e rimarca come ciò sia stato un'occasione per stare insieme ai propri familiari; circa la metà segnala alta attenzione alla dieta in termini di apporto calorico e attenzione a grassi.
- 5. WARNING SUI CIRCOLI VIZIOSI.** Seppur minoritaria, va però osservata anche l'ampia quota di cittadini, che sono riusciti a valorizzare meno l'esperienza del lockdown in termini di salute e attività fisica. Il 39% ritiene di aver accumulato peso e circa un quarto ammette di aver maggiormente ceduto al junk food, un quinto di aver fumato e bevuto più alcol del solito. Millennials e genitori di figli under 16 le categorie più "viziose", ma si segnala anche un cedimento delle categorie già di per sé a rischio salute, ovvero fiacchi e compromessi, questi ultimi già in condizioni precarie.
- 6. COVID-DIVIDE.** Come in altri ambiti, le opportunità del lockdown sono state colte da una quota di cittadini in condizione complessiva già positiva: giovani, benestanti, smartworkers, spesso in condizione psico-fisica ottimale. Viceversa chi non ha beneficiato dello smartworking, chi segnala problemi di salute e di forma o chi ha minori in casa, ha manifestato più evidenti segnali di ripiegamento e stress.

ORGANIZZAZIONI: cosa è successo durante il lockdown

- 1. LA SFIDA DEL LOCKDOWN.** Il periodo ha rappresentato una grande sfida per le organizzazioni sportive. Solo il 42% si è sentito pronto ad affrontarlo. Srl ed Spa si descrivono come le più preparate e in grado di cogliere le opportunità del momento.
- 2. LA RESILIENZA DELLO SPORT.** 61% è la quota di organizzazioni sportive che affermano di aver ripensato la propria attività, il 64% adottando nuovi strumenti comunicativi, il 57% nuovi strumenti di lavoro.
- 3. ON LINE PER MANTENERE IL FILO CON GLI ISCRITTI.** Ben il 69% dei soggetti ha predisposto una qualche offerta sportiva on line per i propri iscritti, ma soltanto il 7% si è spinto verso l'offerta di un servizio a pagamento. Prevalgono le organizzazioni più recenti, del Centro Italia, con ampia base di iscritti.
- 4. IL BOOM DI WEB CONFERENCE.** Il 74% è soddisfatto del servizio erogato, mentre per il quarto di organizzazioni scontente il tasto dolente è costituito dalla scarsa affluenza da parte degli iscritti. Il 73% degli attivatori di servizi on line si è servito di piattaforme di video-conference.



IMPATTI SUI CITTADINI E SULLA DOMANDA DI SERVIZI SPORTIVI

Lockdown: gli effetti virtuosi sulla spinta ad essere attivi



In riferimento al lockdown, quanto si riconosce nelle seguenti affermazioni ...
(somma accordo: 'molto'+ 'abbastanza')

		CATEGORIE INTERESSANTI					
		GENERAZIONE Z	MILLENNIALS	SMARTWORKERS	REDDITI ALTI	SUD	
mi sono mantenuto attivo perché fa bene alla salute mentale	63	63	57	64	69	63	
mi sono mantenuto attivo perché fa bene alla salute fisica	58	58	53	60	62	59	
ho trovato nuovi modi per essere attivo	54	58	56	58	57	58	
mantenermi attivo durante l'Emergenza è stato più importante del solito	53	55	52	60	58	55	
ho avuto più tempo per essere attivo	52	55	55	55	52	54	
ho dormito di più rispetto al solito	50	63	57	53	53	52	
sento di essere stato più attivo rispetto al solito	37	40	42	42	37	40	
SMART WORKING*	Il lavoro da casa mi ha consentito di attuare stili di vita più sani	56	45	55	56	60	63
	Il lavoro da casa mi ha consentito di fare attività fisica e/o sportiva	51	69	52	51	52	55



*solo per chi ha lavorato da casa

Valori %. Tutti i diritti riservati

Lockdown: gli effetti virtuosi sulla spinta ad essere attivi



In riferimento al lockdown, quanto si riconosce nelle seguenti affermazioni ...
(somma accordo: 'molto'+ 'abbastanza')

		FORMA E SALUTE FISICA			CON FIGLI DI...	
		TONICI	FIACCHI	COMPROMESSI	di 0-5 anni	6-16 anni
mi sono mantenuto attivo perché fa bene alla salute mentale	63	73	61	49	59	62
mi sono mantenuto attivo perché fa bene alla salute fisica	58	70	56	41	56	60
ho trovato nuovi modi per essere attivo	54	62	55	43	50	62
mantenermi attivo durante l'Emergenza è stato più importante del solito	53	63	51	41	49	57
ho avuto più tempo per essere attivo	52	62	48	44	47	57
ho dormito di più rispetto al solito	50	55	47	44	46	55
seno di essere stato più attivo rispetto al solito	37	44	38	28	33	44
SMART WORKING*	Il lavoro da casa mi ha consentito di attuare stili di vita più sani	65	55	39	55	57
	Il lavoro da casa mi ha consentito di fare attività fisica e/o sportiva	58	53	33	34	58



*solo per chi ha lavorato da casa

Valori %. Tutti i diritti riservati

Lockdown: gli effetti virtuosi sull'alimentazione



In riferimento al lockdown, quanto si riconosce nelle seguenti affermazioni ...
(somma accordo: 'molto' + 'abbastanza')

		CATEGORIE INTERESSANTI				
		GENERAZIONE Z	MILLENNIALS	SMARTWORKERS	REDDITI ALTI	SUD
ho cucinato più spesso rispetto al solito	61	59	72	66	67	63
cucinare insieme alle persone del mio nucleo familiare è stata un'occasione per stare insieme	59	63	65	64	65	66
sono stato attento ai grassi dei pasti che ho consumato	51	35	46	54	53	50
sono stato/a attento/a all'apporto calorico dei pasti che ho consumato	43	35	43	49	49	47
ho consumato più cibo spazzatura rispetto al solito	25	27	39	26	23	30
ho fatto più spesso affidamento sui pasti consegnati a casa e a portar via	22	22	31	24	20	24

Lockdown: gli effetti virtuosi sull'alimentazione



In riferimento al lockdown, quanto si riconosce nelle seguenti affermazioni ...
(somma accordo: 'molto' + 'abbastanza')

		FORMA E SALUTE FISICA			CON FIGLI DI...	
		TONICI	FIACCHI	COMPROMESSI	0-5 anni	6-16 anni
ho cucinato più spesso rispetto al solito	61	67	58	57	66	67
cucinare insieme alle persone del mio nucleo familiare è stata un'occasione per stare insieme	59	64	59	52	71	71
sono stato attento ai grassi dei pasti che ho consumato	51	55	51	42	44	51
sono stato/a attento/a all'apporto calorico dei pasti che ho consumato	43	51	42	34	39	42
ho consumato più cibo spazzatura rispetto al solito	25	22	24	29	31	34
ho fatto più spesso affidamento sui pasti consegnati a casa e a portar via	22	24	19	22	31	28

Lockdown: i circoli viziosi innescati dallo stare a casa



In riferimento al lockdown, quanto si riconosce nelle seguenti affermazioni ...
(somma accordo: 'molto' + 'abbastanza')

		CATEGORIE INTERESSANTI				
		GENERAZIONE Z	MILLENNIALS	SMARTWORKERS	REDDITI ALTI	SUD
mi sono mancate le attività fisiche/sportive che facevo prima dell'emergenza	50	53	55	56	55	51
seno di aver accumulato peso	39	34	44	43	37	45
mi sono sentito in colpa perché non mi sono mantenuto attivo nel periodo di emergenza	35	37	43	38	34	39
ho fumato di più rispetto al solito	20	17	27	23	17	25
ho consumato più alcool rispetto al solito	20	17	29	26	21	24

Lockdown: i circoli viziosi innescati dallo stare a casa



In riferimento al lockdown, quanto si riconosce nelle seguenti affermazioni ...
(somma accordo: 'molto'+ 'abbastanza')

		FORMA E SALUTE FISICA			CON FIGLI DI...	
		TONICI	FIACCHI	COMPROMESSI	0-5 anni	6-16 anni
mi sono mancate le attività fisiche/sportive che facevo prima dell'emergenza	50	59	49	39	59	56
seno di aver accumulato peso	39	31	42	49	40	47
mi sono sentito in colpa perché non mi sono mantenuto attivo nel periodo di emergenza	35	31	35	36	44	41
ho fumato di più rispetto al solito	20	20	22	17	29	28
ho consumato più alcool rispetto al solito	20	19	20	23	27	31

Lockdown: l'influenza reciproca sui comportamenti



In riferimento al lockdown, quanto si riconosce nelle seguenti affermazioni ...
(somma accordo: 'molto' + 'abbastanza')

le persone vicine mi hanno stimolato ad avere uno stile di vita attivo

49

sono stato uno stimolo per le persone vicine affinché tenessero uno stile di vita attivo

43

le persone vicine mi hanno stimolato ad avere un'alimentazione sana

51

sono stato uno stimolo per le persone vicine affinché tenessero un'alimentazione sana

48

CATEGORIE INTERESSANTI

	GENERAZIONE Z	MILLENNIALS	SMARTWORKERS	REDDITI ALTI	SUD
le persone vicine mi hanno stimolato ad avere uno stile di vita attivo	43	50	51	55	52
sono stato uno stimolo per le persone vicine affinché tenessero uno stile di vita attivo	40	47	48	44	49
le persone vicine mi hanno stimolato ad avere un'alimentazione sana	43	51	53	54	53
sono stato uno stimolo per le persone vicine affinché tenessero un'alimentazione sana	42	43	49	49	54



*solo per chi ha lavorato da casa

Valori %. Tutti i diritti riservati

Lockdown: l'influenza reciproca sui comportamenti



In riferimento al lockdown, quanto si riconosce nelle seguenti affermazioni ...
(somma accordo: 'molto' + 'abbastanza')

		FORMA E SALUTE FISICA			CON FIGLI DI...	
		TONICI	FIACCHI	COMPROMESSI	0-5 anni	6-16 anni
le persone vicine mi hanno stimolato ad avere uno stile di vita attivo	49	53	49	41	51	56
sono stato uno stimolo per le persone vicine affinché tenessero uno stile di vita attivo	43	52	42	32	47	54
le persone vicine mi hanno stimolato ad avere un'alimentazione sana	51	56	49	42	54	57
sono stato uno stimolo per le persone vicine affinché tenessero un'alimentazione sana	48	56	49	35	48	55



*solo per chi ha lavorato da casa

Valori %. Tutti i diritti riservati



IMPATTI SULLE ORGANIZZAZIONI E SULL'OFFERTA DI SERVIZI SPORTIVI

Lockdown: il valore dell'attività fisica e sportiva

Pensi al lockdown causato dall'emergenza Coronavirus. Quanto è d'accordo con le seguenti affermazioni?

(somma accordo: 'molto'+ 'abbastanza')

L'attività fisica e sportiva sono importanti per aiutare la società a superare l'emergenza

96



Servizi per disabilità

+ 2

L'attività fisica e sportiva hanno svolto un ruolo importante per aiutare gli individui durante la fase di lockdown

80



SRL/SPA

+ 10

Servizi on line in lockdown

+ 8

Centro Italia

+ 3

Ha riaperto le attività in loco

+ 3

Lockdown: opportunità, sfide e strumenti per fronteggiarle

Pensi al lockdown causato dall'emergenza Coronavirus.
Quanto è d'accordo con le seguenti affermazioni?

(somma accordo: 'molto'+ 'abbastanza')

Si sono presentate nuove sfide e criticità per la nostra attività



Avevamo tutti gli strumenti e le competenze necessari per affrontare il cambiamento



Si sono aperte nuove opportunità per la nostra attività



Abbiamo ripensato la nostra attività



Abbiamo adottato nuovi strumenti di lavoro



Abbiamo adottato nuovi strumenti di comunicazione



CATEGORIE INTERESSANTI					
SSD	SRL/SPA	Base iscritti estesa	Organizz. medio-grandi	Servizi per disabilità	Servizi on line in lockdown
89	53	82	83	87	87
47	76	48	45	48	46
24	34	21	22	22	22

69	46	61	61	70	65
59	58	61	62	64	67
61	56	68	69	72	73

L'impulso del lockdown all'erogazione di servizi digitali

Durante il lockdown la sua organizzazione ha approntato un'offerta sportiva on line/a distanza per gli utenti?

Nord-Ovest Italia	+ 3
Base iscritti estesa	+ 6
Ha riaperto le attività in loco	+ 4



Organizzazioni storiche	+ 4
Sud Italia	+ 6
Base iscritti ridotta	+ 7
Non ha riaperto le attività in loco	+ 12

di cui:



L'offerta on line: se gli utenti la usano il riscontro è positivo per 3 su 4

Siete soddisfatti del riscontro da parte degli utenti rispetto all'offerta on line che avete erogato durante il lockdown?

(Risponde chi ha erogato dei servizi on line durante il lockdown, 69% del campione)



I SEGMENTI MENO SODDISFATTI:

Base iscritti ridotta	+ 6
Non ha riaperto le attività in loco	+ 8

Differenza dei segmenti considerati dal dato medio.

Può specificare come mai non siete del tutto soddisfatti dell'attività messa in campo? (Possibili più risposte) (Risponde chi ha erogato dei servizi on line durante il lockdown e non è soddisfatto, 17% del campione)

		Organizz. piccole	Organizzazioni medio-grandi
hanno aderito pochi utenti	82	83	77
l'attività non ha generato i risultati attesi	57	57	60
lavorare con strumenti digitali è stato difficile	36	36	37
coinvolgere i collaboratori in questa nuova attività è stato difficile	35	32	45
preparare questa nuova attività ha portato via molto tempo	23	22	27
comprendere la normativa è stato difficile	17	17	12
preparare questa nuova attività ha richiesto investimenti economici non indifferenti	10	8	16

L'offerta on line: alcune criticità riscontrate dalle organizzazioni

Può specificare come mai non siete del tutto soddisfatti dell'attività messa in campo? (Possibili più risposte)

(Risponde chi ha erogato dei servizi on line durante il lockdown e non è soddisfatto, 17% del campione)

MOTIVAZIONI RICORRENTI ADDOTTE IN SPANTANEA (n=69 casi)

	n.
Gli iscritti preferiscono la relazione umana	28
Alcune discipline sportive non si prestano alla modalità on line	23
Esiste un divide tecnologico tra l'organizzazione e l'utenza	9
Spazi e dotazioni domestiche sono inadeguate	8
I bambini si stancano e gli studenti hanno già molte attività on line	5
La mancanza di fondi per investire nello sviluppo di queste attività	2
La modalità on line penalizza l'agonismo	2
Le app di fitness sono una temibile concorrenza	2

Servizi di video-conferenza alla ribalta, pochi gli 'spazi' proprietari

Quali piattaforme avete utilizzato finora per erogare la vostra offerta di attività on line? (Possibili più risposte)

(Risponde chi dal lockdown fino ad oggi sta offrendo una qualche attività on line, 46% del campione)

% li ha utilizzati:





NOTE METODOLOGICHE E GUIDA ALLA LETTURA

Cittadini - Nota metodologica

Indagine CAWI rivolta a 2.000 italiani

Indagine Cawi (*Computer Aided Web Interview*) svolta **in collaborazione con SWG tra il 14 e il 25 luglio 2020 su un campione nazionale di 2.000 soggetti di età compresa tra i 16 e i 90 anni**, rappresentativi della popolazione italiana per genere, età, zona di provenienza e titolo di studio.

I metodi utilizzati per l'individuazione delle unità finali sono di tipo casuale, come per i campioni probabilistici. I dati sono stati ponderati per genere, età e zona di residenza, secondo i più recenti dati forniti da ISTAT al fine di garantirne la rappresentatività rispetto alla popolazione di riferimento.

Tale numerosità campionaria consente di **contenere l'errore statistico assoluto sotto la soglia del 3%** (a un intervallo di confidenza del 95%).

Legenda: I segmenti più rilevanti e gli indici utilizzati

Tra tutte le caratteristiche richieste ai rispondenti alcune proprietà si sono mostrate più rilevanti nella lettura dei risultati:

- ✓ genere
- ✓ età
- ✓ area geografica
- ✓ tipo di centro abitato
- ✓ livello di istruzione
- ✓ reddito
- ✓ sede di lavoro (se smartworking)
- ✓ presenza di figli di (0-5anni / 6-16 anni)
- ✓ Il livello di attività fisica
- ✓ Il livello di forma fisica

Alcune proprietà sono state sussunte in classificazioni e tipologie ad hoc per rendere più chiara ed efficace la presentazione dei dati:

GENERAZIONI	età
Generazione Z	da 16 a 25 anni
Millennials	da 25 a 39 anni
Generazione X	da 40 a 55 anni
Baby Boomer	da 56 a 74 anni
Generazione Silent	più di 74 anni

ISTRUZIONE	Titolo conseguito
Elevata	Laurea e post-laurea
Media	Diploma superiore
Bassa	Licenza media / professionale

REDDITO FAMILIARE	Netto mensile (€)
Medio-alto	superiore a 3.000
Medio	tra 1.500 e 3.000
Basso	Inferiore a 1.500

ATTIVITÀ FISICA	Frequenza attività fisica attuale
Attivi	più volte a settimana / quotidiana
Saltuari	una volta a settimana o meno
Sedentari	mai

FORMA FISICA	Parametri e percezioni
Tonici	Indice di massa corporea normale e assenza di disturbi/scompensi psico-fisici, auto-percezione in salute (molto o abbastanza)
Fiacchi	Indice di massa corporea indica sovrappeso o presenza di malattie e scompensi, auto-percezione in salute (molto o abbastanza).
Compromessi	Indice di massa corporea indica obesità o presenza di malattie disturbi cronici + auto-percezione non in salute (poco o per niente).



Calcolo indice di massa corporea (IMC) = Kg / (cm)². Valori indicativi: <25= normale; 25-29 = sovrappeso; >30 = obesità.

Valori %. Tutti i diritti riservati

Organizzazioni sportive - Nota metodologica e legenda dei segmenti rilevanti

Indagine mista Cawi / Cati (Computer Aided Web/Telephone Interview) svolta in collaborazione con SWG tra il 14 e il 25 luglio 2020 su un campione complessivo di n=2.546 organizzazioni sportive italiane:

- 2.346 interviste Cawi a organizzazioni presenti sul database Sport & Salute;
- 200 interviste Cati a Srl e Spa individuate da SWG.

I dati sono stati ponderati in modo da avere la **rappresentatività rispetto al mondo della organizzazioni sportive** in merito alla natura giuridica, all'affiliazione e alla distribuzione territoriale*.

Alcune proprietà delle organizzazioni sportive rispondenti sono state sussunte in **classificazioni e tipologie ad hoc** per rendere più chiara ed efficace la presentazione dei dati:

LONGEVITÀ	Anni di attività
Organizzazioni nuove	meno di 6 anni
Organizzazioni consolidate	da 6 a 25 anni
Organizzazioni storiche	oltre 25 anni

ESTENSIONE BASE	Numero iscritti/abbonati
Base iscritti ridotta	meno di 100 iscritti
Base iscritti estesa	da 100 iscritti in su

DIMENSIONE ORGANIZ.	Numero addetti
Organizzazioni piccole	meno di 10 collaboratori
Organizzazioni medio-grandi	da 10 collaboratori in su

FORMA GIURIDICA	Anni di attività
ASD	Associazione sportiva dilettantistica
SSD	Società sportiva dilettantistica
SRL/SPA	S.r.l o S.p.a (prevalenza palestre)

STATO ATTIVITA'	Riapertura post 25 maggio
Ha riaperto attività in loco	Ha riaperto almeno una parte delle attività
Non ha riaperto attività in loco	Non ha riaperto alcuna attività

SERVIZI on line	Riapertura post 25 maggio
Servizi on line in lockdown	Durante il lockdown, ha erogato qualche servizio on line



*fonte: Registro Coni 2019



Per maggiori informazioni:

Sport e Salute
Area Strategie, Affari Legislativi e
Relazioni con gli Stakeholders
Ufficio Strategie e Studi dello sport
strategie@sportesalute.eu