

Caro lettore,

siamo felici di informarvi che il sito **ENDURANCE** è finalmente online! Ed passiamo al nostro tema "mobilità e salute":

Uno dei capisaldi di qualsiasi Piano della Mobilità Urbana Sostenibile (SUMP) è il suo approccio integrato di pratiche e politiche tra i diversi settori. In questo secondo ENDURANCE e-update, l'attenzione è concentrata sulla salute, settore strettamente connesso a quello della mobilità. Vengono riportati alcuni buoni esempi che dimostrano la natura win-win della collaborazione tra i due settori e altri esempi che dimostrano come il tema della salute può essere integrato nei SUMP.

Stare bene, essere attivi



Source: www.eltis.org

Oggi nessuno dubita dei benefici delle modalità attive di spostamento, come camminare e andare in bicicletta. L'inattività contribuisce ad una mortalità confrontabile con quella dovuta al fumo (fonte: WHO). Aumentando i livelli di attività fisica, le modalità attive di spostamento riducono i rischi di tutte le cause di mortalità, di ipertensione, di diabete di tipo 2 – consulta questa recente [review](#) – di stress, ansia e depressione. Realtà caratterizzate da un'elevata quota di mobilità attiva hanno, come è ovvio, una percentuale minore di **obesità** rispetto a quelle con alti livelli di utilizzo dell'automobile. Anche l'impiego di biciclette a pedalata assistita sembra essere sufficiente a soddisfare l'attività fisica giornaliera consigliata (consulta [Simons et al., 2009](#)).

Nell'ambito del Progetto europeo **TAPAS**, sono stati realizzati studi in 6 città europee per valutare le condizioni e le politiche che favoriscono o ostacolano la mobilità attiva e i conseguenti effetti sulla salute. Una sintesi di tutti gli studi saranno disponibili il prossimo anno in primavera (tieni d'occhio il sito web TAPAS), mentre alcuni risultati sono stati già pubblicati. Per esempio, a **Barcellona** il sistema di bike sharing ha permesso di evitare fino a 12 decessi all'anno e di ottenere una riduzione di 9.000 tonnellate di emissioni di CO₂ ([Elenco completo delle pubblicazioni su TAPAS](#).)

Pulire l'aria con la mobilità attiva



Source: [Wing-Chi Poon / CC BY-SA 3.0](#)

La mobilità attiva contribuisce anche a una migliore qualità dell'aria. Attualmente, per chi vive nella Regione europea dell'OMS l'aspettativa di vita si riduce di un anno a causa dell'esposizione al particolato (PM), e l'**88% delle persone** vive in zone in cui i livelli di PM superano la soglia raccomandata dall'OMS. Il Progetto Interreg NWE **Joaquin (Joint Air Quality Initiative)** sta raccogliendo nuove conoscenze sull'inquinamento atmosferico e aiuterà le amministrazioni a individuare le misure più efficienti per il miglioramento della qualità dell'aria. Tuttavia, per il network di città **Polis** il bilancio è già chiaro: un cambiamento in favore di una mobilità attiva e del trasporto pubblico, assieme a un migliore utilizzo del territorio, può produrre benefici immediati per la salute molto maggiori di quelli ottenibili concentrandosi solo sul miglioramento della qualità dell'aria mediante una maggiore efficienza dei carburanti e dei veicoli (Polis [position paper on securing the health benefits of active travel in Europe](#), 2012).

Inoltre, la mobilità ciclistica e pedonale riducono il livello di rumore riconducibile al traffico, che costa annualmente almeno un milione di anni di vita sana nell'Europa occidentale ([Burden of disease from environmental noise](#), WHO).

Lavorare per obiettivi comuni



Source: www.eltis.org

I benefici dell'integrazione delle politiche sui trasporti, sulla salute e sull'ambiente comprendono non solo la promozione di sinergie (soluzioni win-win), ma anche la coerenza tra le politiche nei diversi settori e la riduzione della duplicazione nei processi decisionali. Il [London Olympics legacy plan](#) è un ottimo esempio di come gli obiettivi politici di diversi settori possano essere raggiunti attraverso l'organizzazione di un grande evento sportivo: il piano prevede un impatto duraturo sui trasporti, così come sulla salute, la qualità della vita, l'economia, il welfare, l'istruzione, lo sport, ecc.

Il [PEP – il Programma Pan-europeo Trasporti, Salute e Ambiente](#) riunisce su un piano paritario i principali attori del settore dei trasporti, della salute e dell'ambiente. Consulta il documento di orientamento sulle [condizioni istituzionali per l'integrazione delle politiche](#).

A piedi e in bicicletta: questa è la legge



Source: www.eltis.org

Negli ultimi anni, la promozione dell'attività fisica è sempre stata riconosciuta come una priorità per l'azione della sanità pubblica. In Galles, è stata approvata il 1° ottobre 2013 la prima legge al mondo sulla mobilità attiva. Il [Active Travel Act](#) invita le autorità locali a promuovere la mobilità attiva e a pianificare una vasta rete di percorsi pedonali e ciclabili. Anche nel Regno Unito, una nuova [All-Party Commission on Physical Activity](#) è stata recentemente attivata per affrontare "l'epidemia dell'inattività fisica", guardando complessivamente e non individualmente alle politiche: Salute, Sport, Pianificazione Urbana e Trasporti ed Educazione.

In Finlandia, mobilità e salute vanno a braccetto in diversi settori. Il Ministero dell'Educazione e il Ministero degli Affari Sociali e della Salute sono stati coinvolti nel finanziamento di progetti di mobility management attraverso il [programma Fit for Life](#). Ad esempio, nel Progetto Mobilità per la vita lavorativa ([Liikettä työelämään](#)) nella città di Turku, il dipartimento ambiente locale ha cooperato con il dipartimento della salute e l'ufficio di mobility management locale, nonché con l'ufficio trasporto pubblico e una compagnia assicurativa privata.

Collaborazione intersettoriale a livello locale



Source: www.eltis.org

Nell'ambito del Progetto URBACT [Active Travel Network](#) (ATN) il dipartimento Viabilità e Traffico, quello per la Pianificazione e lo Sviluppo Strategico e il dipartimento Salute della città danese di Skanderborg per la prima volta hanno lavorato assieme: hanno elaborato una strategia comune per migliorare la mobilità attiva e hanno iniziato ad attuare le misure con il sostegno attivo e il coinvolgimento di tutti i politici competenti ([ulteriori informazioni](#)).

A Gand in Belgio, i settori salute, mobilità e sport hanno tutti investito fondi per far sì che i propri network raccomandino di camminare **10.000 passi al giorno**. Dopo un anno, il progetto ha monitorato un aumento dell'8% del numero di persone che compiono i 10.000 passi consigliati, mentre un gruppo di controllo non ha mostrato alcun aumento. La campagna è stata estesa a tutta la regione delle Fiandre, rimanendo la collaborazione intersettoriale una delle componenti chiave ([website della campagna](#) in olandese).

Nel progetto [SEGMENT](#) realizzato dal Comune di Gdynia (Polonia), il dipartimento viabilità ha collaborato per la prima volta con i centri sanitari con l'obiettivo di sensibilizzare i genitori di neonati. La "[Campagna nuovi genitori](#)" li ha incoraggiati a raggiungere a piedi il centro di salute con i propri figli - e più in generale a camminare. Una campagna di comunicazione ha utilizzato poster che ritraggono l'atto di camminare come modo elegante e alla moda per rimanere in forma e mettersi in mostra nel nuovo ruolo di "mamma".



Photo courtesy of the municipality of Gdynia

In più di 100 comuni dell'Andalusia in Spagna, nei centri sanitari locali i medici prescrivono l'uso regolare di particolari percorsi pedonali e ciclabili ai propri pazienti ([Rutas para una vida sana](#), ES). I dipartimenti locali di salute responsabili di questi progetti sono anche molto attivi nel processo SUMP nei comuni di appartenenza.

I SUMP francesi con un focus sulla salute



© P. Bogner / Cus, www.strasbourg.eu

La mobilità attiva e la sua connessione con la salute è stata solo recentemente introdotta all'interno dei PDU (Plan de déplacements urbains, designazione francese dei SUMP – ulteriori informazioni in [30 years of PDU](#)). Un buon esempio in questo senso è il [PDU di Strasburgo](#) (FR). Camminare, andare in bicicletta e la loro interconnessione con la salute costituiscono i primi 3 temi del PDU. Diverse azioni hanno l'obiettivo di sensibilizzare l'opinione dei cittadini sulla mobilità ciclistica e pedonale, come ad esempio segnali stradali che forniscono informazioni sui tempi di percorrenza a piedi e in bicicletta per raggiungere diverse destinazioni e la promozione dei benefici della mobilità attiva tra gli operatori sanitari al fine di aumentare l'integrazione tra politiche sanitarie e di mobilità. Il [PDU di Lille](#) (FR) combina la salute a questioni ambientali e di sicurezza, concentrandosi sugli effetti atmosferici della mobilità, l'inquinamento acustico stradale e la creazione di un ambiente sicuro per i viaggiatori.

Design urbano per luoghi salutaris



Source: www.eltis.org

Sempre più ricerche dimostrano una connessione tra la nostra salute e il nostro benessere con il design e la struttura delle nostre città. Ecco perché l'iniziativa australiana [Healthy Spaces & Places](#) promuove consigli di esperti nel campo della salute, della pianificazione, del design urbano, della sicurezza e dei trasporti per creare luoghi che facilitino l'attività fisica e favoriscano la salute mentale. ([Elenco dei casi studio](#)). Sempre in Australia, il Ministero della Salute del Nuovo Galles del Sud sta finanziando il [Programma Healthy Built](#) con 1,5 milioni di dollari in 5 anni per rivitalizzare il rapporto tra ambiente costruito e sanità.

Grazie ai risultati di una piccola ricerca sulla valutazione dell'impatto degli interventi che combinano cambiamenti dell'ambiente fisico con la promozione della pedonalità, il progetto britannico [Fitter for Walking](#) ha lavorato con le comunità indigenti che utilizzano questo duplice approccio.

Anche l'economia ne trarrà benefici



L'OMS invoca un maggiore impiego di dati economici nelle attività decisionali su ambiente e salute. La recente istituzione da parte dell'OMS dell'[Environmental Health Economics Network](#) (EHEN) utilizzerà le competenze e l'esperienza dei suoi membri per promuovere tale lavoro, in preparazione della Sesta Conferenza Ministeriale su Ambiente e Salute dell'OMS, prevista per il 2016. Consulta il [report del primo symposium di esperti](#).

Lo strumento HEAT dell'OMS (2009, [versione online](#)) – uno strumento per monetizzare i benefici economici dalla riduzione della mortalità dovuta alla pedonalità e alla mobilità ciclistica – è stato già utilizzato in [Austria](#), [Repubblica Ceca](#), [Francia](#), [Svezia](#), [Nuova Zelanda](#), [Regno Unito](#) e [Stati Uniti](#). HEAT è diventato l'approccio standard utilizzato dai progettisti dei trasporti nel Regno Unito. La Federazione Ciclistica Europea ha utilizzato HEAT e ha calcolato che la mobilità ciclistica produce in Europa annualmente [benefici economici pari a 200 miliardi di euro](#), più della metà di essi prodotta dai benefici per la salute.

News dai progetti correlati: BUMP



Il Progetto europeo [BUMP – Boosting Urban Mobility Plans](#) offre alle amministrazioni locali con popolazione compresa tra 40.000-350.000 abitanti un pacchetto completo e gratuito che comprende formazione, condivisione del know-how e supporto alla redazione dei SUMP. Il progetto sosterrà in parte le spese di viaggio, soggiorno e alloggio dei partecipanti.

Ulteriori approfondimenti:

- [GAPA](#) - Global Advocacy council for Physical Activity
- WHO – [Transport and Health](#), [Air quality](#)
- The [Amsterdam Declaration](#), UNECE, WHO and associated governments (2009)
- [EU physical activity guidelines. Recommended policy actions in support of health-enhancing physical activity](#), European commission (2008)
- [Directive on the promotion of clean transport vehicles](#), European commission (2009)

- [EU Regulation: Reduction of CO2 emissions from light-duty vehicles](#) (2011)
- [Healthy Built Environments: A review of the literature](#), UNSW (2011)

Eventi futuri

- **5th Transport Research Arena TRA2014**
13-16 aprile 2014 – Parigi, Francia
<http://tra2014.sciencesconf.org/>
 - Contemporaneamente: **The PEP - 4th High-level Meeting Transport, Health and Environment**
14-16 aprile 2014 – Parigi, Francia
- **ECOMM 2014 Florence**
European Conference on Mobility Management
7-9 maggio 2014, Firenze, Italia
- **mobil.TUM 2014 Conference**
19-20 maggio 2014 – Monaco, Germania
<http://www.mobil-tum.vt.bgu.tum.de>

Per ulteriori eventi, ti invitiamo a visitare il [Calendario EPOMM](#).



Co-funded by the Intelligent Energy Europe Programme of the European Union



Liikennevirasto
Finnish Transport Agency



INSTITUTO DA MOBILIDADE E DOS TRANSPORTES, I.P.



Norwegian Public Roads Administration





Certu



Belgian Platform on Mobility Management



ECOMM 2014
allinx
feedback
subscribe
unsubscribe
fullscreen
news archive