



MOBILITA' ATTIVA

Andare a piedi o in bicicletta per gli spostamenti abituali invece di utilizzare i veicoli a motore giova non solo alla nostra salute ma anche all'ambiente: il tema della **European Mobility Week 2020** invita infatti a scegliere il giusto mezzo per città più vivibili. Questo si traduce in sostenibilità e miglioramento della qualità della vita nelle città in cui viviamo ma anche cambiamento dei nostri stili di vita.

La mobilità attiva in PASSI individua gli adulti (18-69 anni) che usano la bicicletta o si spostano a piedi per recarsi al lavoro, a scuola o per i loro spostamenti abituali e coloro che grazie a questa abitudine raggiungono i livelli di attività fisica raccomandati da OMS per avere benefici sulla salute.

Utilizzare la bicicletta o camminare per spostarsi in città, per almeno 10 minuti consecutivi, cumulando almeno 150 minuti a settimana può garantire il raggiungimento di questi livelli, al netto dell'attività fisica praticata nel tempo libero o durante l'attività lavorativa.

Così in base al ricorso alla mobilità attiva le persone possono essere classificate in:

fisicamente attive: raggiungono almeno 150 minuti settimanali percorrendo a piedi o in bici i tragitti abituali, in sessioni di almeno 10 minuti consecutivi

parzialmente attive: usano la bici e/o si spostano a piedi abitualmente, ma non raggiungono i 150 minuti settimanali
non attive: non praticano mobilità attiva o lo fanno per durate di tempo trascurabili.



Uso della bicicletta per gli spostamenti abituali per regione di residenza

Passi 2021-2022



- peggiore del valore nazionale
- simile al valore nazionale
- migliore del valore nazionale

Sorveglianza Passi

Tragitti a piedi per gli spostamenti abituali per regione di residenza

Passi 2021-2022



- peggiore del valore nazionale
- simile al valore nazionale
- migliore del valore nazionale

Sorveglianza Passi

Dal 2014, PASSI raccoglie informazioni su chi pratica mobilità attiva e fa uso della bicicletta o si muove a piedi per i propri spostamenti abituali, e sul tempo impiegato per farlo (numero medio di giorni a settimana e di minuti al giorno).

I dati raccolti nel biennio 2021-2022 mostrano che l'11% degli adulti (18-69 anni) residenti in Italia utilizza la bicicletta per andare al lavoro, a scuola o per gli spostamenti quotidiani. È un'abitudine più frequente, fra gli uomini, fra le persone senza difficoltà economiche e alto livello di istruzione, e tra gli stranieri. È pratica più diffusa fra i residenti delle Regioni del Nord Italia e meno fra i residenti nel Centro-Sud (17% nel Nord vs 6% nel Meridione). Nella P.A. di Bolzano quasi 1 persona su 3 utilizza abitualmente la bicicletta per gli spostamenti quotidiani. Inoltre, dai dati 2021-2022 emerge che chi si muove in bicicletta lo fa per quasi 4 giorni alla settimana per un totale settimanale di oltre 140 minuti.

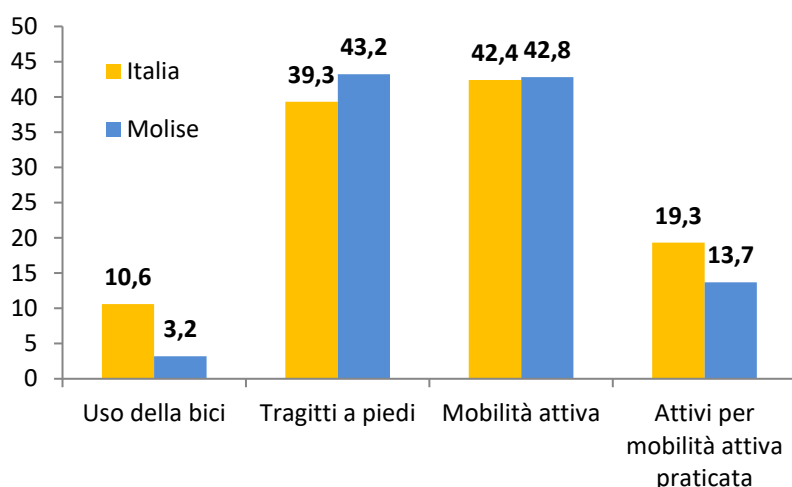


Il 39% delle persone tra i 18 e i 69 anni di età intervistate nel 2021-2022, ha dichiarato di aver percorso, nel mese precedente l'intervista, tragitti a piedi per andare al lavoro o a scuola o per gli spostamenti abituali. La percentuale di chi si muove a piedi per i propri spostamenti abituali è maggiore tra i 18-24enni, fra le donne, fra le persone senza difficoltà economiche o più istruite, e fra gli stranieri.

Il 19% degli intervistati risulta fisicamente attivo con la pratica della mobilità attiva perché grazie a questa raggiunge i livelli di attività fisica raccomandati dall'OMS di almeno 150 minuti a settimana di attività moderata;

Anche l'abitudine di spostarsi a piedi, come con la bicicletta, è abitudine più frequente al Nord che nel resto del Paese;

Mobilità
Molise-Italia PASSI 2021-22



Passi Molise 2021-22

Nel Molise, il 42.8% degli intervistati svolgono una mobilità attiva.

Nello specifico:

- Il 43.2% fa tragitti a piedi per andare al lavoro o a scuola o per gli spostamenti abituali.
- Solo il 3.2% utilizza la bicicletta per andare al lavoro, a scuola o per gli spostamenti quotidiani

Il 13.7% degli intervistati risultano attivi per mobilità attiva praticata cioè svolgono almeno 150 minuti a settimana di attività moderata;

In Molise la quota di persone che raggiunge i livelli di attività fisica raccomandati dall'OMS attraverso la mobilità attiva è maggiore:

- tra i 35-49enni (16.1%) e anche fra i 25-34enni (14.4%)
- tra gli uomini (14.4%) vs le donne (13.0%)
- tra le persone con basso livello di istruzione (20.3%) e anche alto livello di istruzione (18.2%)
- con molte difficoltà economiche (25.0%)



Attivi per mobilità attiva praticata per caratteristiche socio-demografiche e stime di popolazione
Molise

Totale: 13.7% (IC95%: 11.2-16.7%)

