

La Settimana Europea della Mobilità 2021 Muoviti sostenibile...e in salute

<https://www.mite.gov.it/pagina/settimana-europea-della-mobilita-2021>

La **mobilità attiva** in ASL CN1 I dati del Sistema Sorveglianza di popolazione PASSI



Per **mobilità attiva** si intende l'uso della bicicletta o la scelta di andare a piedi per recarsi a lavoro o a scuola o per i propri spostamenti abituali, in alternativa all'uso di veicoli a motore. Oltre che vantaggiosa per l'ambiente, la mobilità attiva offre la possibilità di raggiungere i livelli di attività fisica raccomandati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS)* e avere benefici sulla salute. La 20.a edizione della **Settimana Europea della mobilità dal 16-22 settembre**, è incentrata sulla sicurezza e sulla salubrità delle scelte di mobilità sostenibile e a tal fine lo slogan è **"Muoviti sostenibile...e in salute"**. I cittadini europei sono incoraggiati a tenersi in forma fisicamente e mentalmente e contemporaneamente a mostrare considerazione per l'ambiente e la salute degli altri, nella scelta tra le differenti modalità di trasporto. La scelta dello slogan rende omaggio alle difficoltà che il mondo intero ha dovuto e deve affrontare per la pandemia di Covid-19 ed è anche un invito a riflettere sulle opportunità di cambiamento, derivanti da questa crisi sanitaria senza precedenti.

Attraverso le interviste telefoniche del **Sistema di Sorveglianza PASSI**, vengono individuati 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, tra questi, quanti grazie a tale abitudine raggiungono i livelli di attività fisica raccomandati da OMS per avere benefici sulla salute. Infatti 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.

Mobilità attiva quadriennio PASSI 2017-2020

	Uso della bicicletta negli ultimi 30 giorni per gli spostamenti abituali	Tragitti a piedi negli ultimi 30 giorni per gli spostamenti abituali	Mobilità attiva complessiva negli ultimi 30 giorni per gli spostamenti abituali
ASL CN1 n= 1.100	20%	48%	53%
Piemonte n=9.817	13%	48%	52%

I **dati PASSI 2017-2020** mostrano che il **53%** dei nostri intervistati 18-69enni residenti sul territorio aziendale, pratica mobilità attiva utilizzando la bicicletta e/o spostandosi a piedi abitualmente. Riferiscono di farlo in media per circa 4 giorni a settimana; chi usa la bicicletta totalizza mediamente 106 minuti settimanali, chi va a piedi 148 minuti. Nell'arco del quadriennio in esame, l'effetto della pandemia Covid-19 sulla nostra popolazione, nel complesso ha fatto registrare per il 2020 una diminuzione, rispetto agli anni precedenti, della percentuale relativa alla "mobilità fisica".

* Livelli di attività fisica raccomandati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS): praticare almeno 150 minuti a settimana di attività moderata, o 75 minuti di attività intensa o combinazioni equivalenti delle due modalità, consigliando inoltre di svolgere sessioni di almeno 10 minuti per ottenere benefici cardio-respiratori e ridurre il rischio di insorgenza di patologie croniche e mortalità prematura.

Sulla base dell' indicatore di mobilità attiva, i soggetti si classificano in fisicamente attivi/ parzialmente attivi/ non attivi. **Sul 53%** dei nostri intervistati che praticano mobilità attiva, **il 24%** raggiunge i livelli raccomandati da OMS per avere benefici sulla salute

Categorie di mobilità attiva in base alle raccomandazioni OMS sull'attività fisica

fisicamente attivi: raggiungono almeno 150 minuti settimanali percorrendo a piedi o in bici i tragitti abituali, in sessioni di almeno 10 minuti consecutivi
parzialmente attivi: usano la bici e/o si spostano a piedi abitualmente, ma non raggiungono i 150 minuti settimanali
non attivi: non praticano mobilità attiva o lo fanno per durate di tempo trascurabili

	attivi (%)	parzialmente attivi (%)	non attivi (%)
ASL CN1	24	28	47
Piemonte	26	25	49

ASL CN1 in movimentoin sintesi

Tra i nostri residenti la percentuale relativa all' indicatore di mobilità attiva nel quadriennio 2017-2020, è 53 % (vs Piemonte 52%).

La mobilità attiva contribuisce al raggiungimento dei livelli di attività fisica raccomandati per avere benefici sulla salute e grazie a questa buona abitudine, risulta fisicamente attivo il 24% della nostra popolazione e parzialmente attivo il 28% (vs Piemonte 26% e 25%).

La percentuale degli intervistati 18-69enni che riferiscono nell'ultimo mese di aver fatto tragitti in bici o a piedi per gli spostamenti abituali ai livelli raccomandati , risulta più alta negli uomini, nelle classi di età più giovani (18-24anni), nelle persone con media/alta istruzione, in quelle che riferiscono più difficoltà economiche e negli stranieri.

La nostra popolazione che risulta non praticare mobilità attiva (quindi i non attivi), rappresenta il 47%, dato di poco inferiore a quello regionale.



Scheda tecnica a cura di Maria Teresa Puglisi / Federica Gallo (Settore Epidemiologia-staff Direzione Sanitaria ASL CN1)

P.A.S.S.I. (Progressi nelle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia)

E' il sistema di sorveglianza italiano sui comportamenti correlati con la salute della popolazione adulta, coordinato dal Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali e dall'Istituto Superiore di Sanità. Dopo una serie di studi pilota negli anni 2005 e 2006, in collaborazione con tutte le Regioni e Province Autonome italiane, la sorveglianza di popolazione è stata avviata in forma sperimentale nel 2007 ed è entrata definitivamente a regime nel 2010 in tutte le Aziende Sanitarie del Piemonte.

PASSI raccoglie in continuo informazioni dalla popolazione adulta (18-69 anni) sugli stili di vita e fattori di rischio comportamentali connessi all'insorgenza delle malattie croniche non trasmissibili e sul grado di conoscenza e adesione ai programmi di intervento che il Paese sta realizzando per la loro prevenzione. Un campione di residenti di età compresa tra 18 e 69 anni viene estratto con metodo casuale dagli elenchi dell'anagrafe sanitaria aziendale. Personale delle ASL, specificamente formato, effettua interviste telefoniche con un questionario standardizzato. I dati, analizzati in forma anonima a livello nazionale, regionale e locale, sono quelli autoriferiti dalle persone intervistate, senza l'effettuazione di misurazioni dirette da parte di operatori sanitari.

La corretta e puntuale realizzazione nelle ASL delle sorveglianze di popolazione, secondo gli indirizzi annuali nazionali e regionali, rappresenta l'"indicatore sentinella" dei Piani di Prevenzione e viene utilizzato per la valutazione annuale dei Piani Regionali ai fini della certificazione LEA. Con Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri (Dpcm) del 3 marzo 2017 ("Identificazione dei sistemi di sorveglianza e dei registri di mortalità, di tumori e di altre patologie, in attuazione del Decreto legge n. 179 del 2012"), le sorveglianze PASSI e PASSI d'Argento sono state inserite nel gruppo dei "sistemi di sorveglianza e registri di rilevanza nazionale e regionale (allegato A)". Secondo lo studio su *Big Data e Salute*, commissionato dalla Direzione Generale Salute della Commissione Europea, PASSI è una delle 10 migliori pratiche da raccomandare a tutti gli Stati membri dell'Unione Europea (fonte dati: P_News settembre-2017).

Nel quadriennio 2017-2020 in ASL CN1 sono state intervistate 1.100 persone. La distribuzione per sesso e classi di età del campione selezionato in ambito aziendale è risultata sovrapponibile a quella della popolazione di riferimento dell'anagrafe aziendale, indice di una buona rappresentatività.

Gruppo PASSI ASL CN1

coordinatore: Maria Teresa PUGLISI - Settore Epidemiologia

vice coordinatore: Federica GALLO - Settore Epidemiologia (da novembre 2018); Anna Maria FOSSATI - Settore Epidemiologia (fino a ottobre 2018)

intervistatori: Mariangela BARALE (coordinamento intervistatori e intervistatore fino a giugno 2021), Alessandra PAUTASSO (coordinamento intervistatori da luglio 2021/intervistatore da ottobre 2018), Alessandra RUSSO (fino a giugno 2020), Daniela GIORDANO (da luglio 2021) - S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione; Riccardo CHIAPPELLO, Ferdinando PALAGI, Antonella BALESTRA (fino a giugno 2018) - S.C. Servizio Igiene e Sanità Pubblica; Paola BARRECA (da luglio 2021) - S.C. SpreSAL; Anna Maria FOSSATI - Settore Epidemiologia (fino a ottobre 2018).

Supporto informatico a cura di SC Sistema Informativo Direzionale Interaziendale - S.S. Sistema Informativo Territoriale

Coordinamento PASSI Regione Piemonte

coordinatore regionale: Donatella Tiberti - SeREMI ASL AL

Coordinamento nazionale PASSI

Istituto Superiore di Sanità

Un ringraziamento particolare ai Medici di Medicina Generale del territorio di competenza ASL CN1 e a tutte le persone intervistate che generosamente ci dedicano tempo e attenzione

www.epicentro.iss.it/passi

www.regione.piemonte.it/sanita/pubblicazioni/passi

www.aslcn1.it/prevenzione/epidemiologia/sistema-di-sorveglianza-passi/

