

LA MOBILITA' ATTIVA IN EMILIA-ROMAGNA

La mobilità attiva (a piedi e/o in bicicletta) per gli spostamenti abituali non è solo un modo di muoversi nel rispetto dell'ambiente, ma anche un'ottima soluzione per raggiungere i livelli raccomandati di attività fisica e quindi per migliorare il proprio stato di salute.

Dati della sorveglianza PASSI 2018-2021

In Emilia-Romagna il **18% delle persone tra 18 e 69 anni ha usato la bicicletta per gli spostamenti abituali** almeno una volta nell'ultimo mese (**10% in Italia**).

Chi si muove in bicicletta lo fa mediamente per 3,9 giorni a settimana (**3,8 giorni in Italia**), per 34 minuti al giorno (**38 minuti in Italia**).



La percentuale di persone che **va a piedi per gli spostamenti abituali è del 43%** (**41% in Italia**).

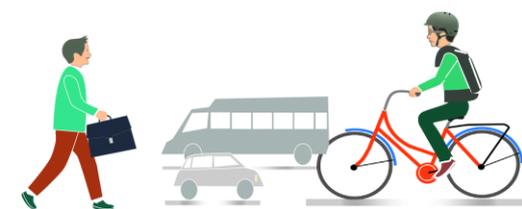
Chi si muove a piedi lo fa mediamente per 4 giorni a settimana (**4,4 giorni in Italia**), per 37 minuti al giorno (**39 minuti in Italia**).



In Emilia-Romagna il **21% dei 18-69enni pratica mobilità attiva nelle quantità raccomandate dall'OMS (OMS 2020) per avere benefici di salute** (almeno 150 minuti/settimana fra cammino e bici per gli spostamenti abituali)



Il **22% pratica mobilità attiva a livelli inferiori** (meno di 150 minuti/settimana)



Il **50% non pratica mobilità attiva** (0 minuti/settimana)

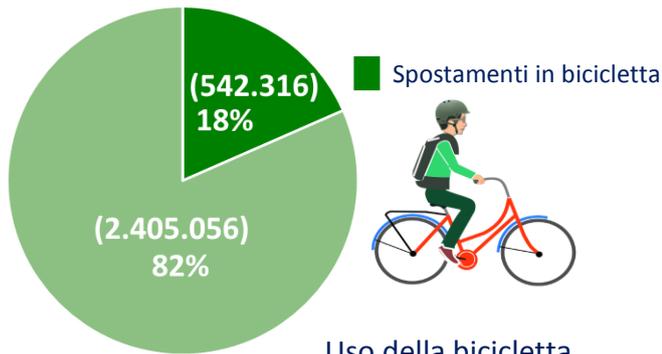


Il programma HEAT (*Health Economic Assessment Tool*) dell'OMS permette di stimare la riduzione della mortalità (in età 18-69 anni) in base ai giorni e ai minuti di mobilità sostenuta in bicicletta e a piedi.

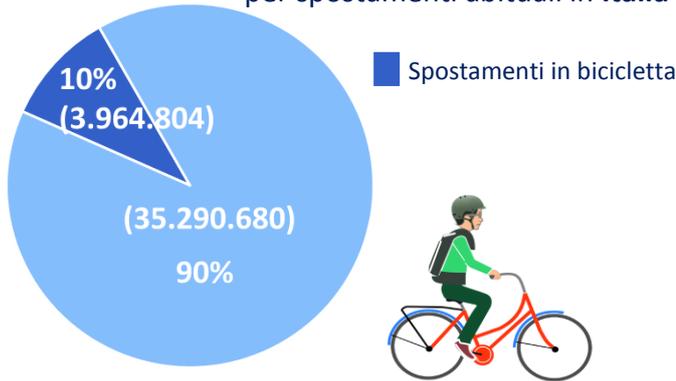
Muoversi in bicicletta o a piedi anziché utilizzare l'automobile, in Emilia-Romagna, ha evitato l'emissione di 256.000 tonnellate di CO2 all'anno e una riduzione stimata di mortalità del 13% (bicicletta) e del 10% (piedi), per un risparmio complessivo di 466 decessi annui.

In Emilia-Romagna, come nel resto d'Italia, l'incremento della mobilità attiva costituisce uno straordinario risultato di salute e di tutela ambientale.

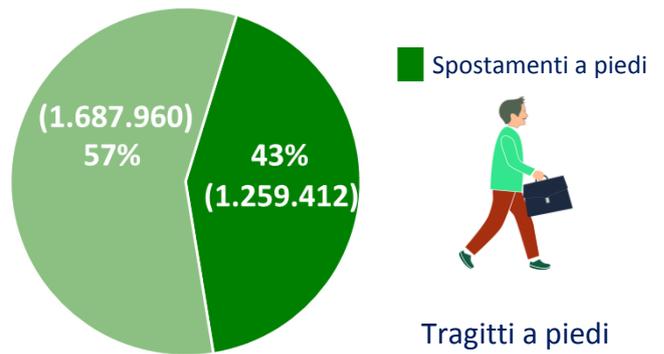
Uso della bicicletta per spostamenti abituali in **Emilia-Romagna**



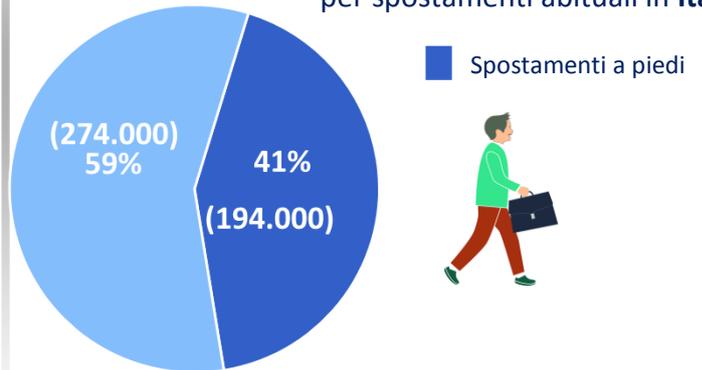
Uso della bicicletta per spostamenti abituali in **Italia**



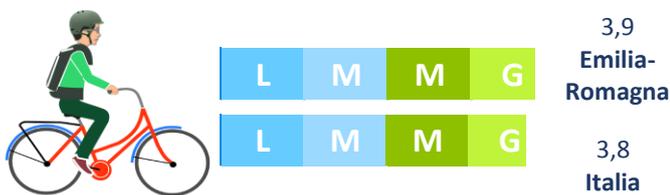
Tragitti a piedi per spostamenti abituali in **Emilia-Romagna**



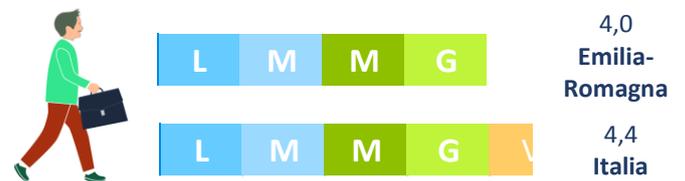
Tragitti a piedi per spostamenti abituali in **Italia**



Tra chi usa la bicicletta, giorni alla settimana



Tra chi si sposta a piedi, giorni alla settimana



Minuti al giorno



Minuti al giorno



Decessi evitati usando la bicicletta



Decessi evitati andando a piedi



Risparmio CO2 usando la bicicletta



Risparmio CO2 andando a piedi

