

ID 601

TRASPORTO ATTIVO E SALUTE: MISURAZIONE DELL'INCREMENTO PREVISIONALE DI CICLABILITÀ NELLA CITTÀ DI MILANO E VALUTAZIONE DELLE RICADUTE POSITIVE SULLA STATO DI SALUTE DELLA POPOLAZIONE

S. Capolongo 1; L. Boati 1; M. Buffoli 1; V. di Gregori 2; A. Rebecchi 1

1 Dipartimento di Architettura, ingegneria delle costruzioni ed ambiente costruito – Politecnico di Milano

2 Scuola di Salute pubblica – Istituto di Igiene, Università di Bologna

INTRODUZIONE

È scientificamente noto come l'inattività fisica sia tra i principali fattori di rischio per l'incremento delle malattie cronico-degenerative. L'emergenza è particolarmente rilevante nei contesti urbani, dove, tuttavia, la maggior parte degli spostamenti copre una distanza inferiore ai 5km, facilmente percorribile a piedi o in bicicletta. Questi spostamenti garantirebbero una sufficiente attività fisica giornaliera. Risulta pertanto necessario indagare quali caratteristiche delle infrastrutture ciclopedonali incentivino o scoraggino l'adozione di corretti stili di vita.

METODI

Dopo un confronto con lo stato dell'arte relativo alle correlazione tra trasporto attivo, Physical Activity e salute, è stato redatto un questionario per raccogliere dati sul livello attuale della ciclabilità urbana e quantificare l'incremento previsionale in caso di miglioramento ed implementazione della rete ciclabile. Il questionario è stato somministrato digitalmente e in forma cartacea, per un periodo di 3 mesi nella città di Milano.

RISULTATI

I dati raccolti (1675 compilazioni) dimostrano che la scelta della bicicletta come mezzo di trasporto aumenterebbe: nella situazione previsionale il 76,5% del campione (oltre il 21% in più rispetto alla situazione attuale) raggiungerebbe i 150 minuti settimanali di attività fisica raccomandata dall'OMS. È stata condotta inoltre una valutazione dei benefici sulla salute, in termini di riduzione della mortalità causata da malattie cronico-degenerative tramite l'applicazione dello strumento HEAT dell'OMS ha individuato un incremento dei benefici protettivi pari al 5%.

CONCLUSIONI

L'indagine condotta ha perseguito lo scopo di individuare gli aspetti da migliorare dal punto di vista del progetto urbano. Scopo principale è quello di sensibilizzare i Policy Makers, evidenziando come gli interventi urbani, soprattutto quelli a piccola scala, potrebbero avere un ruolo chiave nella riduzione dell'inattività fisica e quindi di una maggior salute.

Urban Health; Attività fisica; Trasporto attivo; Community-Based Urban Planning; Indagine