

# 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 2017-2020*

In Emilia-Romagna il **19%** delle persone tra **18 e 69 anni** ha usato la **bicicletta** per gli spostamenti abituali almeno una volta nell'ultimo mese (**11% in Italia**).

Chi si muove in bicicletta lo fa mediamente per **3,8 giorni** a settimana (**3,8 giorni in Italia**), per **34 minuti** al giorno (**37 minuti in Italia**).

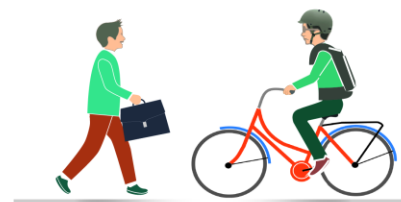


La percentuale di persone che **vanno a piedi** per gli spostamenti abituali è del **44%** (**41% in Italia**).

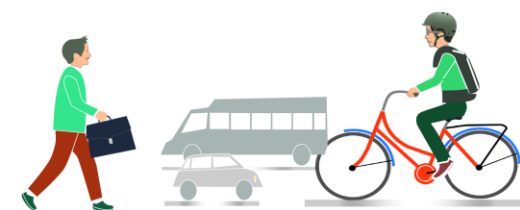
Chi si muove a piedi lo fa mediamente per **3,9 giorni** a settimana (**4,5 giorni in Italia**), per **38 minuti** al giorno (**39 minuti in Italia**).



In Emilia-Romagna il **22%** dei **18-69enni** pratica **mobilità attiva** nelle quantità raccomandate dall'OMS (OMS 2010) per avere benefici di salute (**>150 minuti/settimana** fra cammino e bici per gli spostamenti abituali)



Il **28%** pratica mobilità attiva a livelli inferiori (**tra 10 e 150 minuti/settimana**)



Il **50%** non pratica mobilità attiva (**<10 minuti/settimana**)

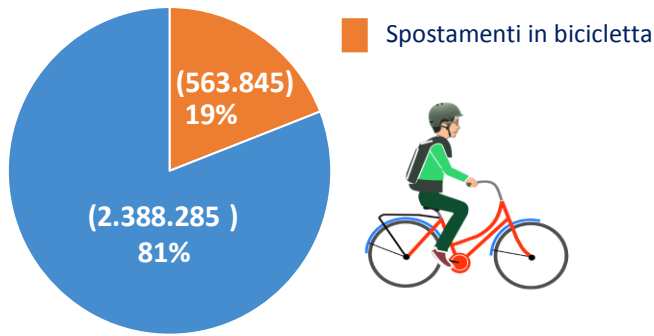


Il programma **HEAT (Health Economic Assessment Tool)** dell'OMS permette di stimare la riduzione della mortalità (in età 18-69 anni) in base ai giorni e ai minuti di mobilità sostenuta in bicicletta e a piedi.

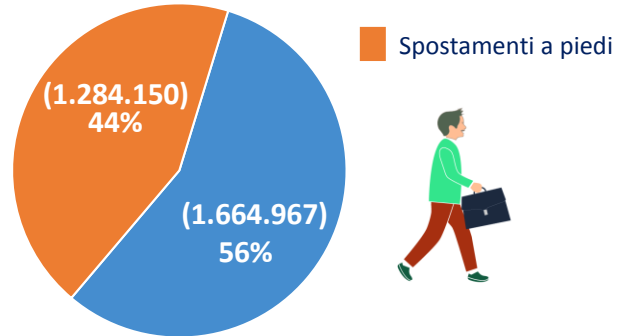
Muoversi in bicicletta o a piedi anziché utilizzare l'automobile, in Emilia-Romagna, ha evitato l'emissione di **261.200 tonnellate** di CO2 all'anno e una riduzione stimata di mortalità del **13%** (bicicletta) e del **10%** (piedi), per un risparmio complessivo di **483 decessi** annui.

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

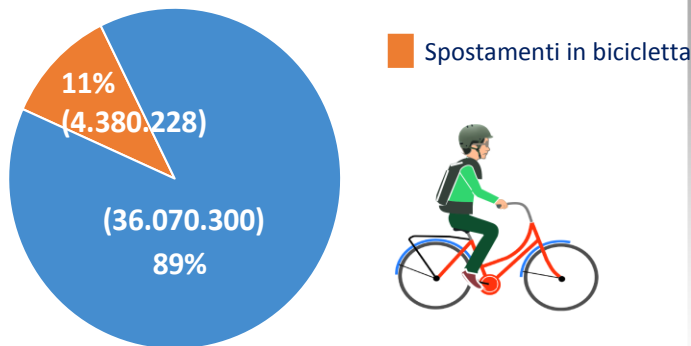
Uso della bicicletta per spostamenti abituali in **Emilia-Romagna**



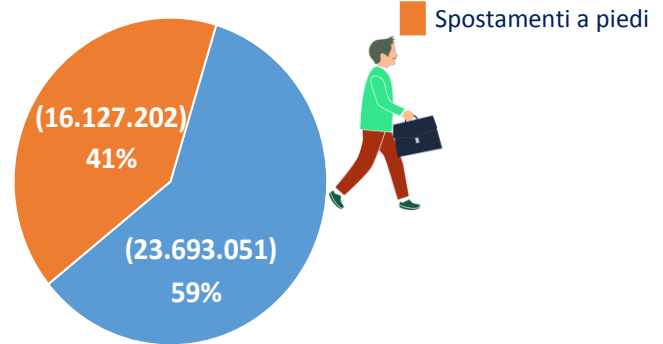
Tragitti a piedi per spostamenti abituali in **Emilia-Romagna**



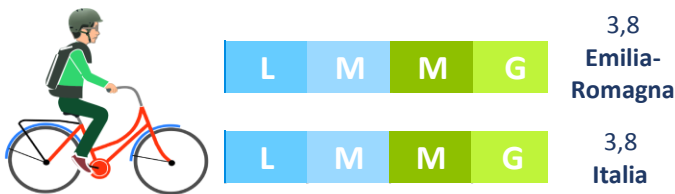
Uso della bicicletta per spostamenti abituali in **Italia**



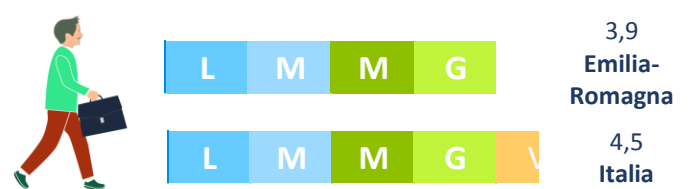
Tragitti a piedi per spostamenti abituali in **Italia**



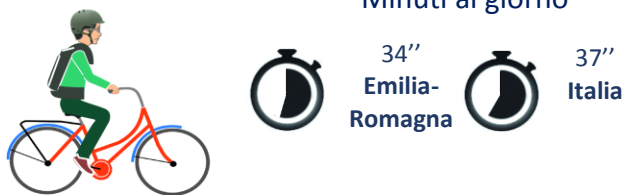
Tra chi usa la bicicletta, giorni alla settimana



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

