

Gli automobilisti sono 4kg più pesanti dei ciclisti- nuovo studio

Press release – per immediato lancio

10 Agosto 2016

I cittadini che usano la macchina come principale mezzo di trasporto sono in media 4kg più pesanti di chi si sposta in bicicletta, lo dice un nuovo studio.

Il progetto EU PASTA –condotto da un gruppo di esperti internazionali, compresa l'Organizzazione mondiale della Sanità – sta studiando come differenti modi di trasporto si relazionano a livelli di attività fisica e di conseguenza alla salute delle persone.

I ricercatori Pasta hanno monitorato oltre 11.000 volontari in sette città Europee chiedendo in che modo si spostano in città, che mezzo di trasporto usano e quanto tempo passano spostandosi.

Il progetto ha inoltre chiesto ai volontari di specificare altezza, peso e di fornire informazioni circa il loro atteggiamento nei confronti dell'andare a piedi, in bicicletta e se avessero avuto incidenti recentemente.

L'analisi dei dati raccolti ha evidenziato che gli automobilisti erano in media 4 kg più pesanti di chi si sposta in bicicletta.

Dr Adrian Davis, esperto di trasporto e salute Britannico e membro dell'advisory board di Pasta ha commentato:

“Le persone fisicamente inattive hanno maggiori rischi di sviluppare malattie croniche come cancro, ictus, infarti e obesità. La nostra ricerca dimostra che fattori quali disegno urbano, il modo come ci spostiamo in città, l'uso della macchina, andare in bicicletta o l'andare a piedi giocano un ruolo importante nel determinare il livello dell'attività fisica giornaliero delle persone”

“Essere più attivi migliora la salute, taglia i costi economici e migliorare la qualità della vita. Ideale sarebbe svolgere i 30 minuti di esercizi raccomandati semplicemente integrandoli nella tua routine di spostamenti giornalieri. Invece di andare in palestra, ad esempio, prendi in considerazione andare a lavoro in bicicletta”

Il progetto PASTA ha bisogno di più volontari che partecipino alla ricerca per aiutare a capire la relazione tra trasporto e salute.

Elisabeth Raser, Capo progetto presso il BOKU institute di Vienna ha aggiunto: “Questa è una grande opportunità per partecipare in un progetto pan-Europeo, dove i risultati aiuteranno a migliorare il disegno urbano delle città, la mobilità e la salute nelle città Europee. Partecipate anche voi, visitate il nostro sito di progetto www.pastaproject.eu “

FINE

NOTES TO EDITORS

For more information, please contact: Helen Franzen, PASTA communications coordinator, on:

Helen Franzen / Rob Szmigielski

ICLEI European Secretariat

Tel: +49-761 / 3 68 92-0

E-mail: helen.franzen@iclei.org