

Scegli di vivere due anni in più

L'inquinamento dell'aria fa male alla salute:
agire ora e insieme vuol dire vivere meglio e più a lungo.

L'inquinamento atmosferico

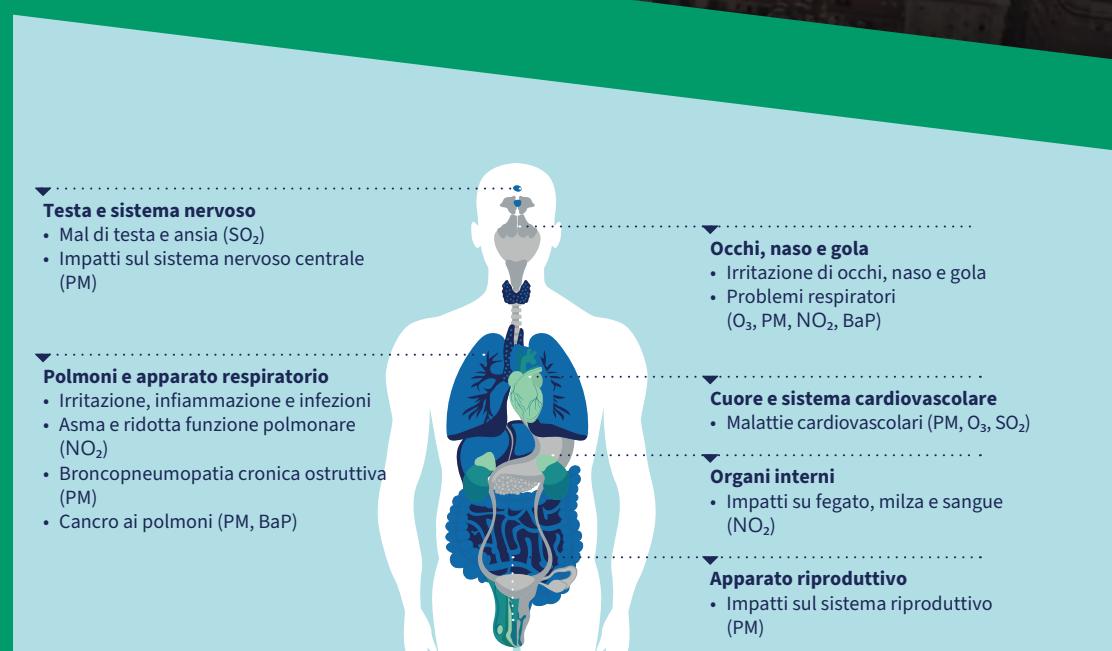
rappresenta oggi uno dei principali fattori di rischio per la salute nelle aree urbane, con effetti documentati sia a breve sia a lungo termine.

Numerose evidenze scientifiche collegano l'esposizione a inquinanti come particolato fine (PM2.5 e PM10), biossido di azoto (NO2) e ozono (O3) all'aumento di malattie respiratorie e cardiovascolari, a patologie oncologiche, a disturbi della gravidanza e dello sviluppo infantile.

In Italia causa ogni anno **migliaia di morti premature** e di **malattie** significativamente correlabili. L'inquinamento comporta anche una riduzione dell'aspettativa di vita.

In particolare, nella Pianura Padana i livelli di inquinamento rimangono stabilmente elevati e Torino è una delle aree più colpite a causa della sua conformazione geografica e per l'intensità del traffico veicolare.

A Torino l'aria inquinata riduce la speranza di vita di circa due anni



Fonte: Agenzia europea dell'ambiente, EEA Report 21/2019

Cosa puoi fare tu, ogni giorno

In inverno: attenzione a polveri sottili (PM10, PM2,5) e biossido di azoto (NO₂)

A Torino, in ambito urbano, il traffico è il principale responsabile dell'inquinamento atmosferico (per oltre il 70%) seguito dal riscaldamento domestico (10%) e dall'industria (7%).

Che cosa puoi fare

- Ridurre l'uso e la velocità dell'auto.
- Scegliere la mobilità attiva, in bici e a piedi.
- Scegliere i mezzi pubblici.
- Ridurre l'esposizione, evitando i corsi più trafficati.

In estate: attenzione all'ozono (O₃)

Non c'è solo lo smog invernale: l'ozono è un inquinante che si forma soprattutto d'estate e può raggiungere livelli dannosi per la salute, soprattutto nelle ore più calde.

Che cosa puoi fare

- Consultare i bollettini ARPA per verificare concentrazioni di ozono e indicazioni per la salute.
- Evitare attività fisica intensa all'aperto nelle ore centrali (12-18).
- Proteggere bambine e bambini, persone anziane e fragili: preferire le prime ore del mattino per uscire.
- Usare mezzi pubblici, bici o camminare per ridurre l'uso dell'auto.

Cosa possiamo fare, insieme

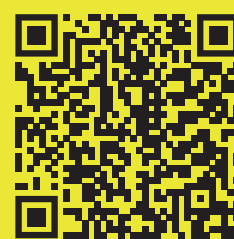
Ogni persona, con le proprie abitudini di spostamento e con le scelte quotidiane può contribuire a ridurre l'inquinamento e a chiedere scelte coraggiose **per una città più vivibile**: investimenti per potenziare il trasporto pubblico, pedonalizzare strade, realizzare infrastrutture per la ciclabilità, strade scolastiche e interventi di moderazione della velocità (Città 30 km/h). Inoltre diversi studi mostrano come la **riduzione della velocità** in auto, in ambito urbano e in tangenziale, può contribuire alla riduzione delle emissioni.

Difendiamo insieme il diritto a respirare aria pulita

Per approfondire →

Le informazioni riportate in questo volantino sono tratte da documenti di organizzazioni governative e non governative nazionali e internazionali e dalla principale bibliografia scientifica sull'impatto dell'inquinamento atmosferico sulla salute.

torinorepira.it/divulgazione/scegli-di-vivere-due-anni-in-piu



Perché questa campagna?

Il personale medico ha un ruolo chiave nell'informazione ai pazienti e nel promuovere la prevenzione ambientale. L'aria che respiriamo è fondamentale per la nostra salute. Respiriamo aria pulita, viviamo di più e meglio.



UNA CAMPAGNA PROMOSSA DA

Il Comitato Torino Respira è un comitato di cittadine e cittadini nato per promuovere iniziative finalizzate a migliorare la qualità dell'aria nella città di Torino e nell'area metropolitana torinese.

torinorepira.it



L'Ordine dei Medici, anche attraverso la sua Commissione Ambiente, vigila sulla salute pubblica e promuove la tutela dell'ambiente come parte essenziale del benessere di tutti. Sostiene azioni di prevenzione e informazione sui rischi ambientali e incoraggia stili di vita e scelte quotidiane che aiutino a proteggere la salute e il pianeta, oggi e per le generazioni future.

OMCeO Torino
Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri

omceo-to.it