

Perché questa campagna negli studi medici?

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.

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. Inquadrare il QR code per accedere alla bibliografia di riferimento.



Chi siamo

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. Il Comitato raccoglie e mette a disposizione articoli, studi, ricerche ed esperienze italiane ed estere per affrontare il problema dell'inquinamento dell'aria. Utilizza anche l'azione legale per garantire il diritto a respirare aria pulita.

🌐 torinorespira.it — 📷 [torinorespira](https://www.instagram.com/torinorespira) — 📘 [ComitatoTorinoRespira](https://www.facebook.com/ComitatoTorinoRespira)
📺 [comitatotorinorespira](https://www.youtube.com/channel/UCqWt0t0t0t0t0t0t0t0t0t0) — 📺 [torinorespira](https://www.linkedin.com/company/torinorespira)

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-to.it — 📷 [omceo_torino](https://www.instagram.com/omceo_torino) — 📘 [omceoTorino](https://www.facebook.com/omceoTorino)
✂ [OmceoTo](https://www.x.com/OmceoTo) — 📺 [omceo_torino](https://www.linkedin.com/company/omceo_torino)



OMCeO Torino
Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri

Aiuta a vivere due anni in più

PER IL PERSONALE MEDICO

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.

Il ruolo della/del medica/o di medicina generale, ospedaliero, e della/del pediatra è cruciale non solo nella gestione clinica, ma anche nella **prevenzione primaria**. Informare le/i pazienti sugli effetti dell'inquinamento e promuovere comportamenti quotidiani protettivi (riduzione dell'uso dell'auto, attenzione agli orari di esposizione all'ozono estivo, protezione delle persone fragili) rappresenta un atto di **salute pubblica**.

Allo stesso tempo, come professionisti, cittadine e cittadini, possiamo contribuire a sostenere politiche urbane che favoriscano la **mobilità attiva e sostenibile**, la **riduzione delle emissioni** e il **miglioramento della qualità dell'aria**.

Diffondere consapevolezza negli studi medici significa rafforzare la prevenzione e tutelare la salute delle persone che seguiamo, promuovendo un approccio integrato tra **medicina clinica** e **salute ambientale**.

UNA CAMPAGNA DI



IN COLLABORAZIONE CON

OMCeO Torino
Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri

Cosa dicono gli studi

L'inquinamento atmosferico in Italia è responsabile ogni anno di **migliaia di morti premature e di malattie** significativamente correlabili.

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 e a disturbi della gravidanza e dello sviluppo infantile.

In Italia, e in particolare nella Pianura Padana, i livelli di inquinamento rimangono stabilmente elevati. Ciò comporta una **riduzione dell'aspettativa di vita e un incremento di morbosità** soprattutto nelle fasce più vulnerabili: bambine e bambini, donne in gravidanza, persone anziane e con patologie croniche.

Ma l'inquinamento nuoce a tutte e tutti e Torino, per caratteristiche geografiche e per intensità del traffico veicolare, risente in maniera significativa di questo fenomeno.



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

Questo dato è coerente con le stime del *Global Burden Of Disease Study* e con le valutazioni di impatto sanitario pubblicate su riviste internazionali, che confermano come l'inquinamento atmosferico sia responsabile di una riduzione misurabile della longevità nella popolazione urbana di Torino.

Gli effetti sulla salute

L'aria inquinata ha effetti negativi sulla salute nel breve, medio e lungo termine e dalla letteratura scientifica si rileva come sia correlata e/o predisponga in modo significativo a:

- malattie acute e croniche dell'apparato respiratorio come asma, bronchiti
- malattie dell'apparato cardio-cerebrovascolare come infarti e ictus

- malattie tumorali del polmone (l'inquinamento atmosferico è riconosciuto come cancerogeno certo dalla IARC) e di altri apparati
- diabete mellito
- malattie della gravidanza e riduzione della fertilità
- malattie autoimmuni
- peggioramento di malattie croniche già presenti

▼ **Testa e sistema nervoso**
• Mal di testa e ansia (SO₂)
• Impatti sul sistema nervoso centrale (PM)

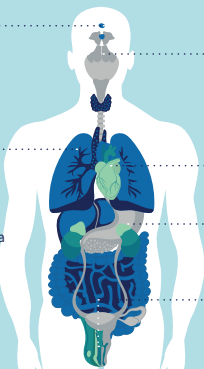
▼ **Polmoni e apparato respiratorio**
• Irritazione, infiammazione e infezioni
• Asma e ridotta funzione polmonare (NO₂)
• Broncopneumopatia cronica ostruttiva (PM)
• Cancro ai polmoni (PM, BaP)

▼ **Occhi, naso e gola**
• Irritazione di occhi, naso e gola
• Problemi respiratori (O₃, PM, NO₂, BaP)

▼ **Cuore e sistema cardiovascolare**
• Malattie cardiovascolari (PM, O₃, SO₂)

▼ **Organi interni**
• Impatti su fegato, milza e sangue (NO₂)

▼ **Apparato riproduttivo**
• Impatti sul sistema riproduttivo (PM)



Raccomandazioni

È importante innanzitutto considerare il fattore inquinamento **sin dalla fase diagnostica**, valutando quindi con la/il paziente l'esposizione agli inquinanti, identificare possibili correlazioni con i sintomi e orientare in modo più mirato l'inquadramento clinico.

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%).

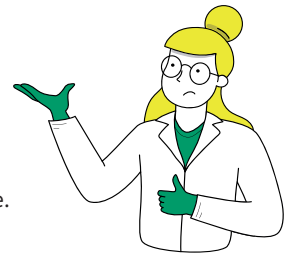


Che cosa raccomandare

- Per ridurre l'uso dell'auto e le conseguenti emissioni da traffico a motore, promuovere la mobilità attiva: andare in bici e camminare può contribuire al miglioramento dell'aria, oltre a essere di beneficio per la salute e il benessere delle persone.
- Per ridurre l'esposizione si dovrebbero evitare i corsi più trafficati, soprattutto quando ci si muove a piedi o in bici.

In estate: attenzione all'ozono (O₃)

Non c'è solo lo smog invernale: l'ozono è un inquinante che si forma soprattutto d'estate, in presenza di certi altri inquinanti derivanti dal traffico, e in condizioni di forte insolazione, e può raggiungere livelli dannosi per la salute, soprattutto nelle ore più calde.



Che cosa raccomandare

- Consultare i bollettini ARPA per verificare le concentrazioni di ozono e le indicazioni per la salute.
- Evitare attività fisica intensa all'aperto nelle ore centrali (12-18).
- Proteggere bambine/i, persone anziane e fragili: preferire le prime ore del mattino per uscire.
- Usare mezzi pubblici, utilizzare la 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*