

L'automobile: amica – nemica I problemi alla salute da traffico automobilistico

I

continui spostamenti per svolgere le attività quotidiane, quali lavoro, studio, svago, costituiscono parte integrante del nostro stile di vita.

A questo fine, l'automobile è divenuta un mezzo quasi insostituibile già da qualche decennio, sia perché l'espansione delle città e la creazione delle periferie hanno aumentato le distanze sia perché lo spostamento con i mezzi pubblici presenta ancora parecchi disagi, perché gravato dai collegamenti spesso saltuari o poco frequenti.

L'autonomia negli spostamenti concessa dall'uso dell'automobile viene, però, ampiamente superata da una serie di elementi negativi.

Il traffico, infatti, oltre a condizionare le abitudini ed a sottrarre tempo a relazioni sociali ed affetti, causa stress e arreca gravi danni alla salute.

Dai dati Istat emerge che nel 2014 in Italia ci sono stati 55,6 morti per incidenti stradali ogni milione di abitanti e, sulla base dei dati di dimissione ospedaliera, i feriti gravi sono stati circa 15 mila.

Quasi sempre non si calcola, però, che la **tossicità delle emissioni dei motori** è responsabile di un numero di morti più elevato di quello da addebitare agli incidenti.

Va, infatti, considerato che il traffico si trova proprio nei luoghi ove abitualmente si vive e lavora, perciò ha un impatto maggiore dell'inquinamento industriale, quasi sempre concentrato al di fuori delle zone abitate.

In molte grandi città italiane i limiti di PM10 imposti dalla direttiva europea sulla qualità dell'aria non vengono rispettati e, dalle indagini effettuate, si calcola che le **polveri sottili** provocano circa 6000 decessi l'anno per malattie cardiorespiratorie nei soggetti con oltre 30 anni di età.

È stata, poi, documentata la cosiddetta **sindrome da stress** da traffico (TSS), che si manifesta con stato



d'ansia, aumento del battito cardiaco, mal di testa, sudorazione alle mani, nausea e crampi allo stomaco e, nei casi più gravi, confusione ed attacchi di panico.

Sul piano comportamentale in genere sfocia in forte rabbia ed aggressività, dovute al fatto di dover mettere alla prova le proprie capacità di adattamento, gestendo in mezzo al traffico i rapporti con gli altri automobilisti e i pedoni.

A volte questo stato di tensione si traduce nello schiacciare più del dovuto il pedale dell'acceleratore, mettendo a rischio la propria e l'altrui incolumità.

Lo stress da traffico viene vissuto in modo indiretto anche dai pedoni, costretti a districarsi tra una bolgia di auto in sosta o in fila disordinata negli ingorghi, quasi sempre così attaccate da non consentire facilmente il passaggio.

Da non sottovalutare sono anche i danni alla salute provocati **dall'inquinamento acustico**, che interessano dal 20 al 40 % dei cittadini. Si stima che chi vive in una grande città, a causa del rumore prodotto dal traffico stradale, dorma in media trenta minuti a notte in meno e soffra più frequentemente di insonnia.

Il rumore può causare, infatti, difficoltà nelle fasi di addormentamento e di risveglio e trasformare il sonno profondo in sonno leggero. Oltre alla spossatezza che si accusa al mattino, dormendo male, esiste il rischio che l'esposizione prolungata al rumore generi disturbi di tipo cardiaco e circolatorio.

L'uso indiscriminato dell'automobile anche

per i piccoli spostamenti ha, inoltre, contribuito all'aumento del numero di soggetti obesi negli ultimi decenni, favorendo uno stile di vita sedentario che frequentemente si traduce nel passaggio dalla poltrona dell'ufficio al sedile della propria auto e nella completa assenza di percorsi a piedi o in bicicletta, che da soli ridurrebbero del 50% il rischio di **obesità**.

La bicicletta, che potrebbe rappresentare un vero e proprio mezzo di trasporto in città per le brevi distanze, non riesce ad affermarsi in Italia, a differenza di altri Paesi europei, soprattutto a causa dell'assenza di piste ciclabili nella maggior parte delle realtà cittadine e nella mancanza di condizioni di sicurezza sulle strade.

È auspicabile che per il futuro ci sia una inversione di tendenza ed una rivoluzione soprattutto culturale, considerato che l'automobile oggi non rappresenta semplicemente un mezzo di trasporto, ma fa parte dell'immaginario collettivo e individuale.

Occorre che la **pianificazione urbanistica** assuma un ruolo di rilievo, per privilegiare un modello di "città compatta", che si estenda prevalentemente nei nodi ad alta accessibilità, ma è altrettanto importante che si sviluppino servizi di mobilità urbana innovativi che vadano oltre il tradizionale trasporto pubblico e che siano più personalizzati, flessibili, comodi e veloci. ■

***Medico Capo Polizia di Stato
Segreteria del Dipartimento della
P.S. – U.S.T.G. –
3° Settore Sanitario – Roma**