



“Muévete con inteligencia y vive mejor”

Boletín 05/2010



Semana Europea de la Movilidad 2010 **TEMA HORIZONTAL**

Cada edición de la Semana Europea de la Movilidad (SEM) está enfocada a un tema relacionado con la movilidad sostenible, lo que se llama “tema horizontal”. Las autoridades locales, organizaciones, empresas y demás instituciones están invitadas a organizar actividades, implementar medidas permanentes y realizar buenas prácticas para concienciar a los ciudadanos sobre el tema horizontal de esta edición 2010: **MOVILIDAD** y **SALUD**.

“Muévete con inteligencia y vive mejor”

es el lema seleccionado para representar esta edición de la Semana Europea de la Movilidad, que se celebrará del 16 al 22 de septiembre de 2010.

El aumento masivo del tráfico de vehículos de motor en los últimos años, sobre todo en las ciudades, ha provocado una fuerte reacción pública contra el ruido, los contaminantes y el tráfico, ya que grupos vulnerables como los niños y la gente mayor en particular sufren las peores consecuencias.

El tráfico rodado afecta directamente a cientos de miles de personas en la Unión Europea debido a los numerosos heridos y muertos producidos por los accidentes de tráfico. También afecta de forma indirecta en la salud de los ciudadanos ya que tiene un gran impacto en los sistemas respiratorio y cardiovascular y causa estrés.



“Muévete con inteligencia y vive mejor”

Sin embargo, hay otros aspectos que también relacionan la movilidad con nuestro bienestar. Estudios científicos muestran claramente que la actividad física regular es la clave para mantenernos sanos y disminuir el estrés. A pesar de ello, la inactividad se ha extendido cada vez más en Europa. Se observa que el uso excesivo del coche particular y la inactividad física originan una forma de vida más sedentaria, lo cual está vinculado con la obesidad. Caminar y andar en bici son modos de transporte sostenibles que pueden desempeñar un papel importante en el desarrollo de la actividad física diaria, ya que la movilidad no motorizada permite una actividad regular que se puede incorporar fácilmente en la rutina diaria con un mínimo coste.

Los efectos del ambiente en la salud es uno de los temas más importantes para los ciudadanos europeos. Estudios recientes han afirmado que el 90% de los ciudadanos están preocupados sobre el impacto potencial del ambiente en la salud. Además, las nuevas tecnologías y los estilos de vida cambiantes, el trabajo y los patrones de vida, en ocasiones tienen efectos nuevos e inesperados en el medio ambiente y en su influencia en la salud.

Bajo el lema **“Muévete con inteligencia y vive mejor”**, las ciudades y entidades participantes deberían promover una movilidad más activa, abordando los temas de la inactividad física, el exceso de peso y la obesidad, y mejorar al mismo tiempo el bienestar tanto físico como mental de los ciudadanos. Además, debería hacerse hincapié en la combinación **salud - movilidad sostenible**, que mejora claramente la calidad de vida en las ciudades, ayudando a reducir la contaminación acústica y atmosférica, los accidentes y el tráfico, y volviendo a introducir más espacio para vivir y menos para conducir.








La **Semana Europea de la Movilidad** es la plataforma ideal para comunicar el papel principal de la movilidad sostenible en las ciudades, informando a los ciudadanos sobre las medidas que están llevando a cabo las autoridades locales para conseguir un futuro más verde y saludable, y mostrando al mismo tiempo lo que los ciudadanos pueden hacer por su propia salud y la de sus conciudadanos.



“Muévete con inteligencia y vive mejor”

¿Cómo puedes contribuir?

Como participante en esta edición de la Semana Europea de la Movilidad, puedes contribuir con el tema **Movilidad y salud: “Muévete con inteligencia y vive mejor”** mediante:

-  Planes Urbanos Integrados
-  Planes de Transporte Urbano Sostenible
-  Infraestructuras para caminar y andar en bicicleta
-  Control de velocidad / zonas de baja velocidad
-  Sistemas de intercambio modal adaptado a los pasajeros
-  Ampliación y construcción de nuevas zonas verdes
-  Control de la contaminación del aire y de los niveles de ruido...

En esta edición el **Ministerio de Medio Ambiente, y Medio Rural y Marino**, coordinador nacional del proyecto, quiere animar a las autoridades locales participantes a fomentar la **implicación de organizaciones y entidades relacionadas con el tema de la salud**, como una forma de dar conocer a los ciudadanos los hábitos de movilidad más recomendados para conseguir un estilo de vida más saludable.

MINISTERIO DE MEDIO AMBIENTE
Y MEDIO RURAL Y MARINO
Soledad Perlado Hergueta
Dirección General de Calidad y Evaluación Ambiental
Plaza San Juan de la Cruz s/n
28071 MADRID
Teléfono 91 453 53 77
e-mail: sperlado@mma.es
buzon-sgcapr@mma.es
www.marm.es

ASISTENCIA TÉCNICA
Silvia Mato / Rocío Arias
C/ Pedro de Rivera, 13
Parque tecnológico de Boecillo
47151 BOECILLO
VALLADOLID
Teléfono 983 01 10 30
Fax 983 01 10 31
e-mail: diasincoche@telefonica.net

**Coordinación española: Ministerio de Medio Ambiente y Medio Rural y Marino
15 de abril de 2010**

