

## المواصلات العامة تقلل البدانة

# الخليج

خلصت دراسة حديثة إلى وجود علاقة قوية بين استخدام وسائل النقل العامة وخفض معدلات البدانة، وهو يعد فائدة إضافية إلى جانب تخفيف الازدحام والانبعاثات الكربونية؛ ونشرت التفاصيل بمجلة «بحوث وسائل النقل». أجريت الدراسة بعدد من المناطق بالولايات المتحدة، وجمعت البيانات المتعلقة بها، وبعد التحليل وجد أن كل زيادة باستخدام النقل الجماعي ترتبط بانخفاض بنسبة البدانة بتلك المناطق؛ ويرى الباحثون أن استخدام الوسائل العامة للنقل يعطي الفرصة لزيادة النشاط الحركي فيما يشبه الرياضة اليومية، والتي لا يجد لها الكثير الوقت الكافي. وشملت الدراسة بيانات الصحة العامة للسكان، والتعداد السكاني، وبيانات استخدام وسائل النقل العام؛ وذلك في الفترة بين عامي 2001 و2009، ولم تغفل البيانات المتعلقة بمستوى الدخل المادي وبأسلوب الحياة كتخصيص أوقات للرياضة ونحو ذلك.

تتوافق النتائج الحالية مع نتائج تحليل سابق في نفس المجال، وتشجع على استخدام وسائل المواصلات العامة؛ للمحافظة على الوزن المعقول إن لم يكن المثالي، ما يؤدي بدوره إلى الحد من معدلات البدانة.