LITORALPRESS

Fecha: 02-06-2025
Medio: El Sur
Supl. : El Sur
Tipo: Noticia general
Título: **Pedaleando hacia el futuro**

Pág. : 2
Cm2: 264,0

Tiraje: 10.000
Lectoría: 30.000
Favorabilidad: No Definida

Pedaleando hacia el futuro

Cada 3 de junio se conmemora el Día Mundial de la Bicicleta, una fecha proclamada por la ONU para reconocer el valor de este medio de transporte que, aunque simple, representa una poderosa herramienta para construir un mundo más sostenible, justo y saludable. En especial, en tiempos en que las ciudades enfrentan serios problemas de contaminación, sedentarismo y desigualdad en el acceso a la movilidad, la bicicleta emerge como una solución concreta y eficaz.

No es solo un vehículo, es un símbolo de autonomía, salud, respeto por el entorno y eficiencia económica. Su uso contribuye a reducir emisiones contaminantes, descongestionar las calles y mejorar la calidad de vida urbana. Además, permite a muchas personas movilizarse a bajo costo, promoviendo mayor equidad social. Por eso, su fomento no debe limitarse a un día simbólico, sino ser una política pública activa y permanente.

Para que una ciudad adopte realmente la bicicleta como medio de transporte, se necesita más que ciclovías. Hacen falta redes conectadas, infraestructura segura y mantenida, estacionamientos protegidos -pues la inseguridad es una gran barrera-, integración con otros medios de transporte y una cultura vial respetuosa. Una ciudad pensada para ciclistas es, en definitiva, una ciudad más humana.

Los ciclistas en Chile tienen obligaciones orientadas a garantizar su seguridad y la de otros usuarios. Deben usar ciclovías cuando existan, evitar transitar por veredas salvo casos como menores de 14 años, adultos mayores, personas con discapacidad o quienes transporten niños pequeños. También deben llevar casco y elementos reflectantes, especialmente en condiciones de baja visibilidad. Estas medidas fortalecen una convivencia vial armónica y el uso responsable de la bicicleta.

El ciclismo también se vincula con el deporte y el turismo activo. Actividades como el mountain bike o el cicloturismo promueven estilos de vida saludables y dinamizan las economías locales. No obstante, sin planificación, pueden generar conflictos en el uso del espacio público o afectar el medioambiente. Por eso es clave diferenciar espacios para el ciclismo deportivo, recreativo y de transporte, asegurando su coexistencia e impacto positivo.

Desde la medicina, los beneficios del ciclismo están ampliamente respaldados. Mejora la salud cardiovascular, reduce el riesgo de diabetes tipo 2, fortalece músculos y articulaciones, y contribuye al bienestar mental. Es una actividad accesible para distintos niveles físicos y las bicicletas eléctricas permiten superar barreras como la topografía. Pedalear también tiene un valor emocional: genera libertad, bienestar y vitalidad al activar endorfinas y devolvernos esa sensación de juventud y energía.

Adoptar la bicicleta en la vida diaria no requiere grandes cambios, pero sí voluntad y condiciones favorables: usarla para ir al trabajo, al estudio o a pasear es un compromiso con uno y el entorno.

Adoptar la bicicleta en la vida diaria no requiere grandes cambios, pero sí voluntad y condiciones favorables: usarla para ir al trabajo, al estudio o simplemente pasear es un compromiso con uno mismo y el entorno. Incentivar su uso desde escuelas, empresas e instituciones, mediante infraestructura y campañas educativas, es una inversión en salud pública, cohesión social y sustentabilidad.

En este Día Mundial de la Bicicleta, más que celebrar, es momento de reflexionar: ¿qué estamos haciendo como sociedad para que más personas puedan pedalear con seguridad, dignidad y libertad? La bicicleta no solo nos mueve: puede transformar la forma en que habitamos nuestras ciudades y, con ello, nuestro futuro compartido.

FRANCESCA MACHIAVELLO NARVÁEZ
Académica Administración en Ecoturismo
Universidad Andrés Bello