LITORALPRESS

Fecha: 23-06-2025
Medio: La Prensa de Curicó
Supl. : La Prensa de Curicó
Tipo: Columnas de Opinión
Título: COLUMNAS DE OPINIÓN: el camino hacia una sociedad más saludable y sostenible

Pág. : 9
Cm2: 100,3
VPE: $ 129.713

Tiraje: 4.200
Lectoría: 12.600
Favorabilidad: No Definida

Movilidad: el camino hacia una sociedad más saludable y sostenible

ANTONIO CASTILLO ACADÉMICO INVESTIGADOR
Escuela de Pedagogía en Educación Física
Universidad de Las Américas

Recientemente se publicó la "Guía Transporte Activo Escolar 2024", documento que entrega lineamientos al Marco Regulatorio de Transporte Escolar en Chile, desplazamiento activo y la propuesta metodológica para que niños, niñas y adolescentes se puedan desplazar desde sus hogares al establecimiento educativo y viceversa.

Esto se presenta como una gran oportunidad para la práctica motriz, destacando los beneficios que tiene el mantenerse en movimiento, considerando que permite contribuir a la reducción del estrés y la ansiedad, incrementar los niveles de atención en el contenido de las clases y mejorar la condición física.

Una forma de movilidad activa recae en el uso de la bicicleta, y si bien aún existen desafíos para su óptimo uso, relacionados con la infraestructura, iluminación y ciclovías, entre otros, investigaciones han evidenciado diversos beneficios en quienes se desplazan de manera activa a su establecimiento educativo, ocupando este medio de transporte.

Hacer uso de la bicicleta contribuye no tan solo a las dimensiones biopsicosociales de las personas, sino que también mejora el medio ambiente, disminuyendo las emisiones contaminantes, ruidos y reducción del tráfico vehicular.

La bicicleta es económica, segura y limpia, y apunta al desarrollo de una sociedad y comprometida con la salud y la sostenibilidad.