



WORLD
RESOURCES
INSTITUTE | ROSS
CENTER

MOVILIDAD, ACTIVIDAD FÍSICA, SALUD Y FELICIDAD

Darío Hidalgo, PhD

WRI Ross Center for Sustainable Cities

Foto: Jes/Flickr

CENTRO WRI ROSS PARA CIUDADES SOSTENIBLES

Our Impact

2016-17:

CO₂ emissions avoided

3.2 million tons

People served

4.2 billion

Travel time saved

665 million hours

Lives saved

1,776

Investments leveraged

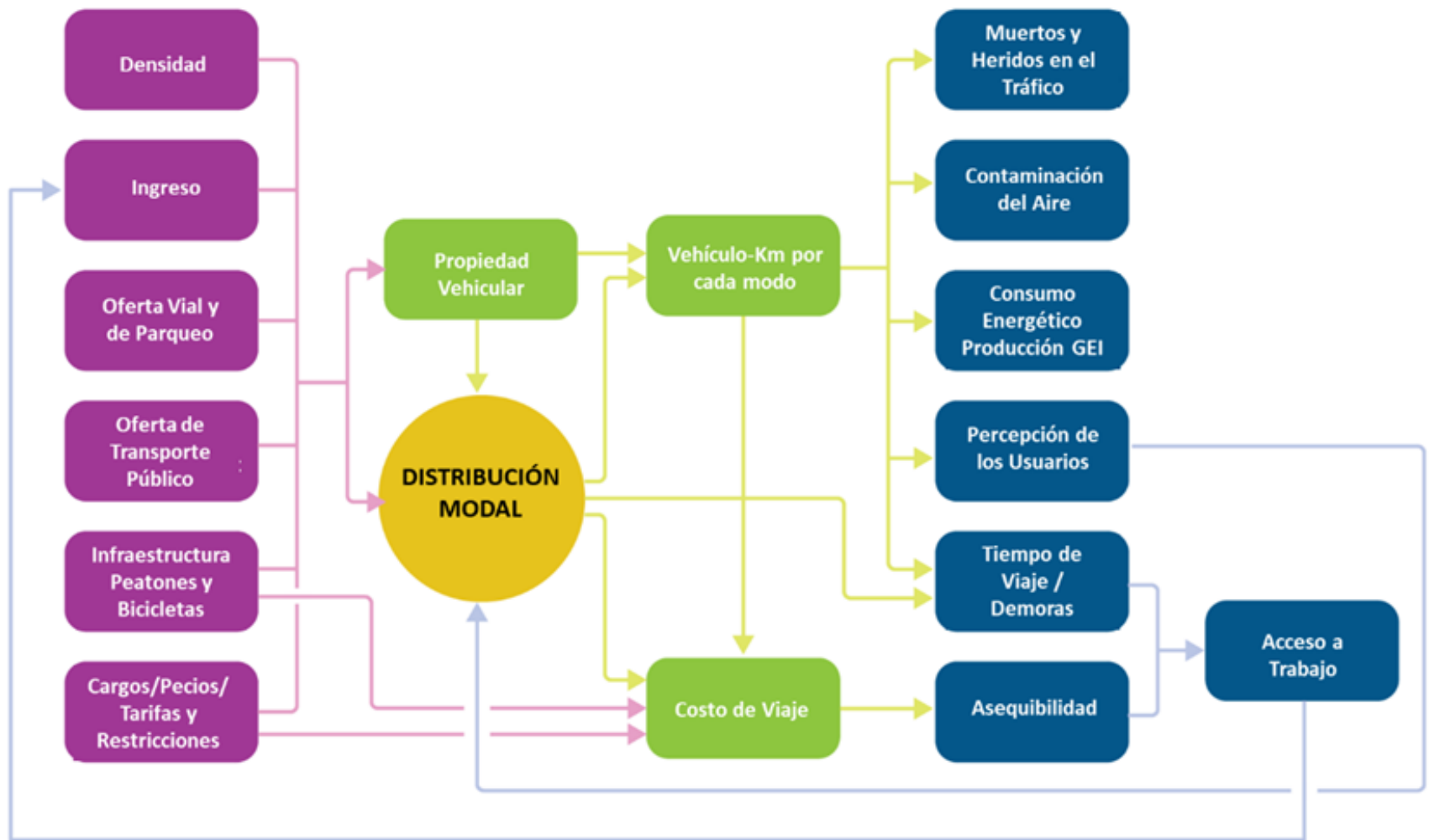
\$9.1 billion

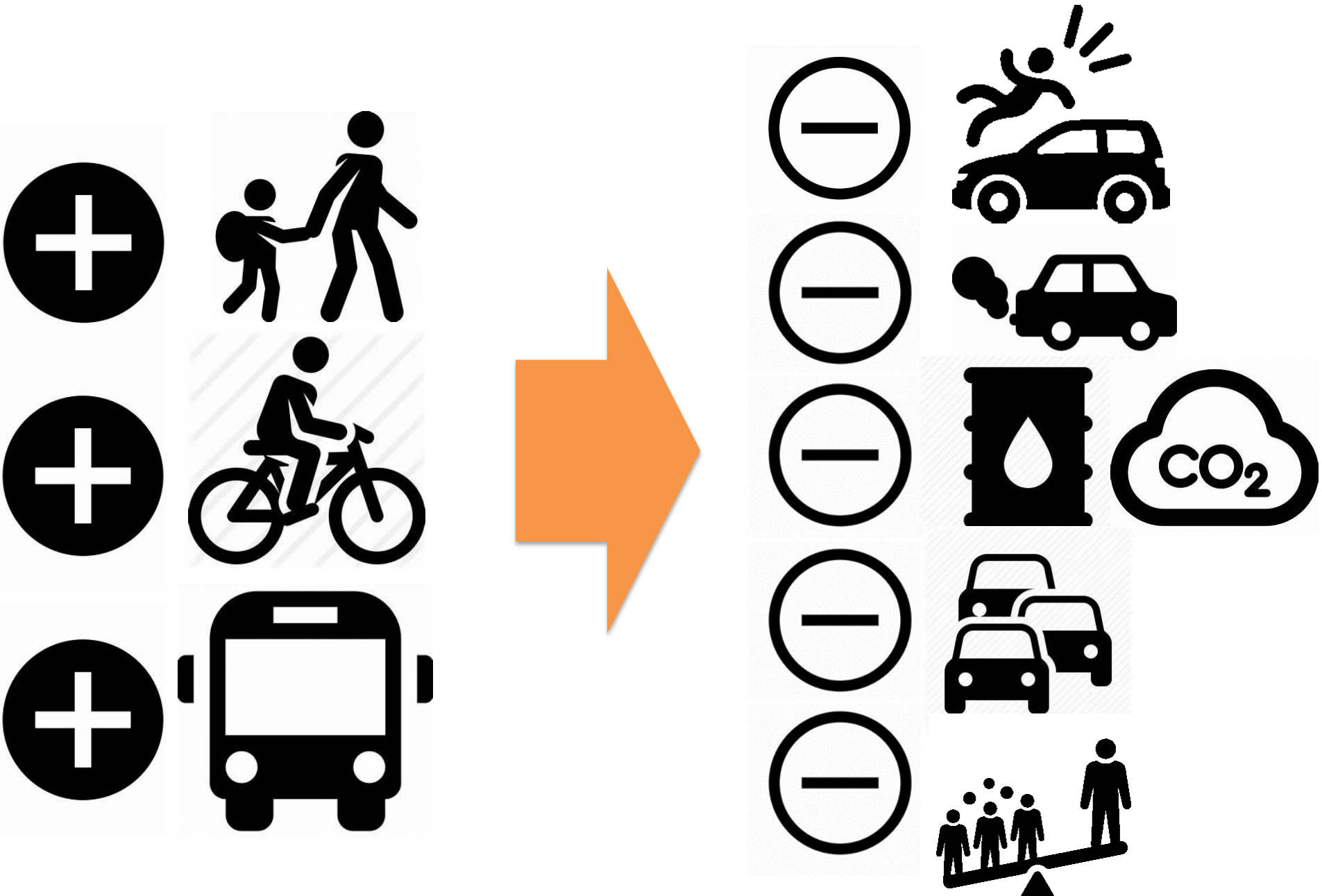
About Us

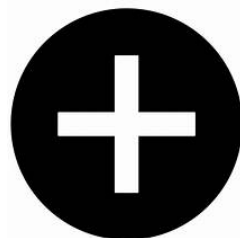
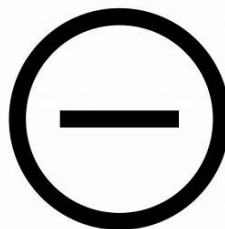
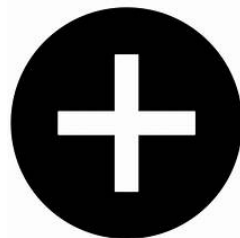
WRI Ross Center for Sustainable Cities works to make urban sustainability a reality. Global research and on-the-ground experience in Brazil, China, India, Mexico, Turkey and the United States combine to spur action that improves life for millions of people.



LA DISTRIBUCIÓN MODAL ESTÁ EN EL CORAZÓN DE LA SOSTENIBILIDAD DE LA MOVILIDAD URBANA

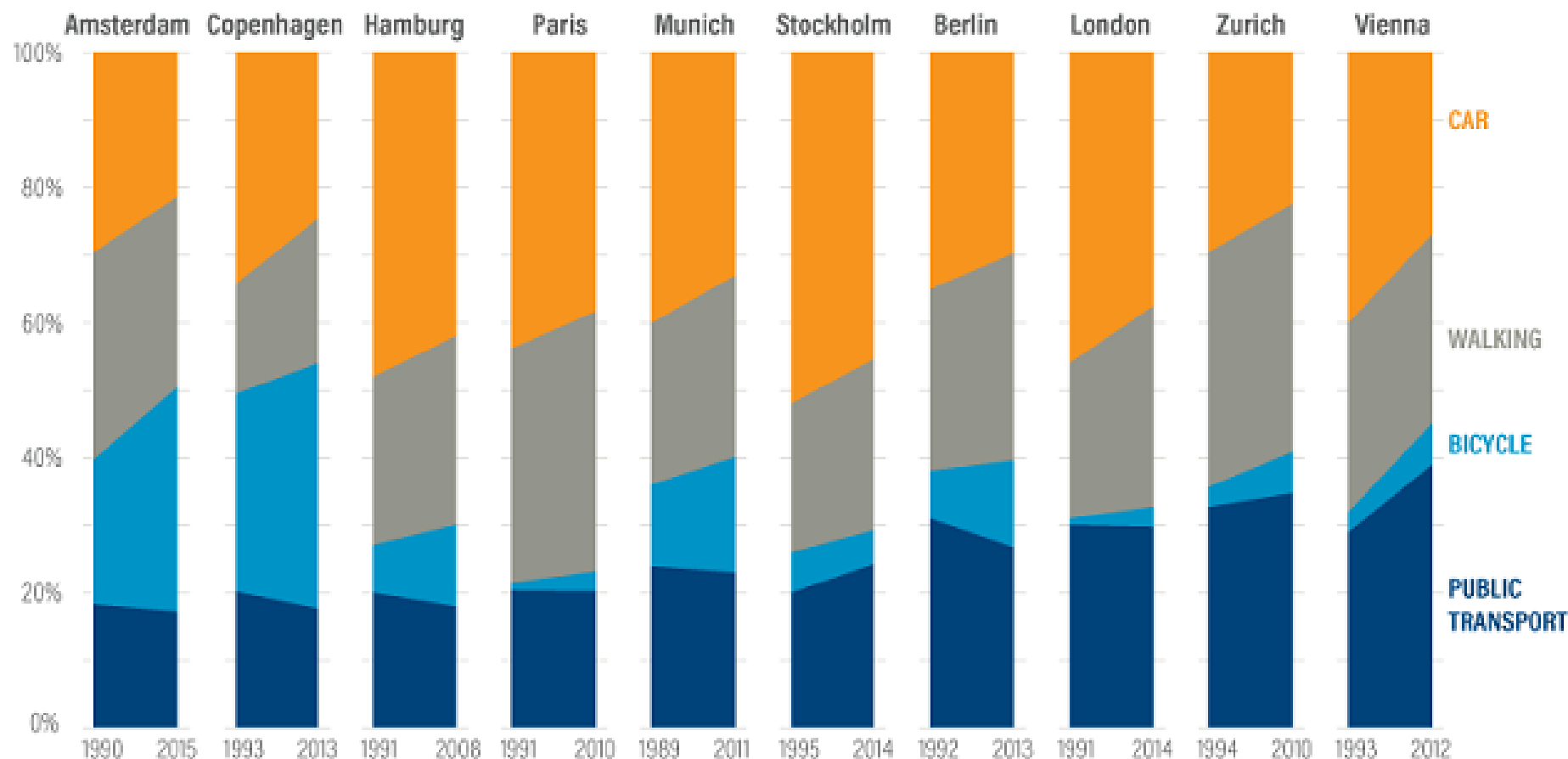






CIUDADES EUROPEAS HAN PROGRESADO EN MOVILIDAD SOSTENIBLE EN LOS ÚLTIMOS 30 AÑOS

How Transport Has Changed in 10 European Cities



Uso del carro menos atractivo	Mejores condiciones para uso de la caminata, la bicicleta y el transporte público
Precio alto de combustibles	Cantidad y calidad de transporte público y la información a usuarios
Reducción de límites de velocidad	Tarifas descontadas en transporte público para adultos mayores, personas con discapacidad, estudiantes
No construcción de autopistas urbanas en zonas centrales	Servicios integrados a nivel metropolitano
Gestión de estacionamiento	Zonas sin carros, áreas seguras peatonales y zonas de tráfico calmado (menos de 30 km/h)
Licenciamiento para conducir estricto y costoso	Redes seguras para bicicleta
Altos cargos a la propiedad y uso de vehículos	Planeación coordinada de usos del suelo con la oferta de transporte público, peatonal y ciclista
Cargos por congestión	
Zonas de bajas emisiones	



28%



33%

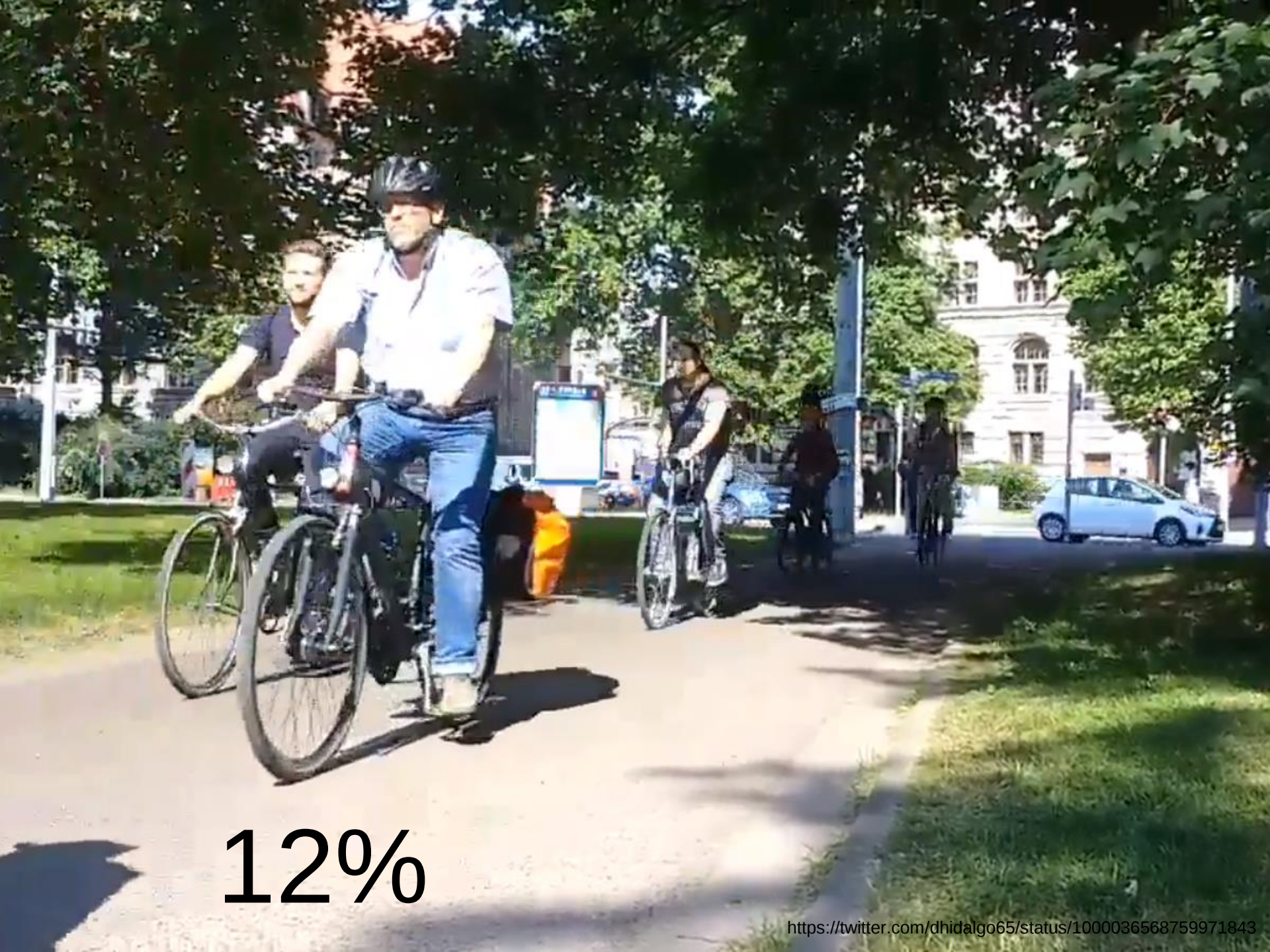




37%



28%



12%



38%



3%



27%



17%

<https://www.viator.com/tours/Munich/Private-Munich-Bike-Tour/d487-2666PRIVATEBIKE>



25%

<https://media.cntraveler.com/photos/58e793cbe4f5d7185240deef/master/pass/queen-street-stockholm-GettyImages-610764298.jpg>



5%



31%



13%



30%



3%



36%



6%

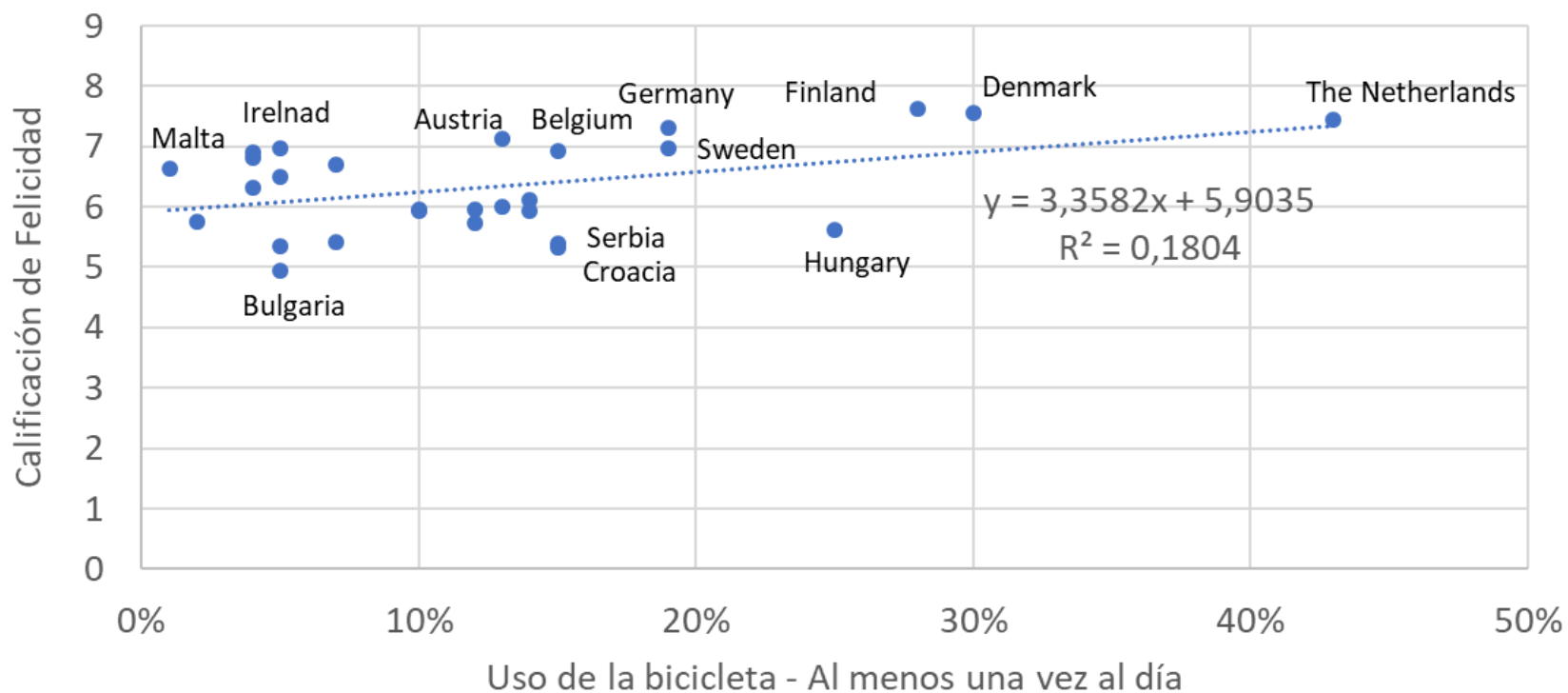


28%



6%

Uso de la Bicicleta y Felicidad Unión Europea



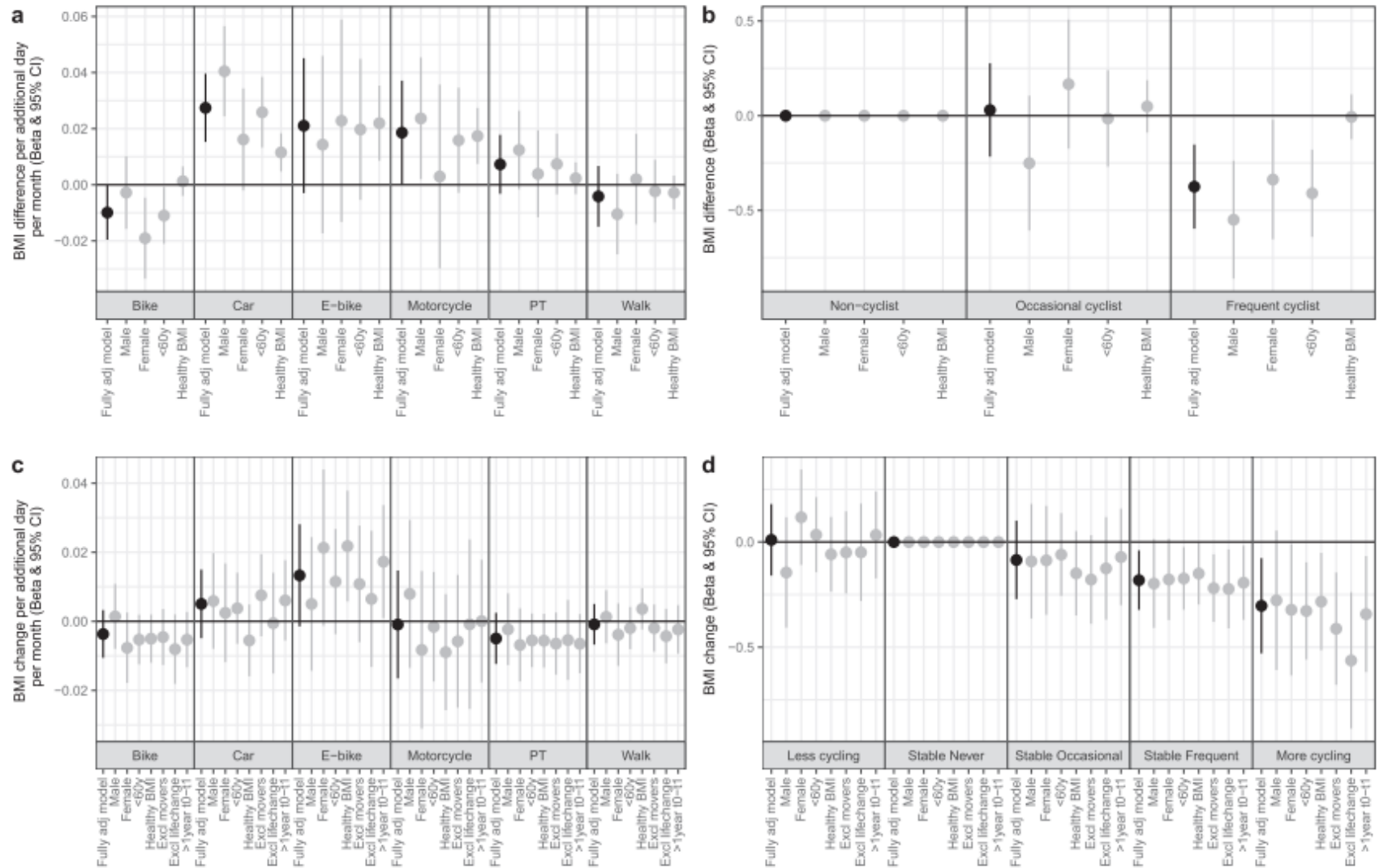


Fig. 1. Effect sizes from the fully adjusted cross-sectional (a, b) and longitudinal (c, d) models and sensitivity analyses. Panels a and c use transport mode usage as exposure variable; in panels b and d cycling frequency is used as exposure variable. The dots indicate differences (a, b) or changes (c, d) in BMI and the error bars indicate 95% CIs.

Transport mode choice and body mass index: Cross-sectional and longitudinal evidence from a European-wide study

Evi Dons ^{a, b, *}, David Rojas-Rueda ^{c, d, e}, Esther Anaya-Boig ^f, Ione Avila-Palencia ^{c, d, e}, Christian Brand ^g, Tom Cole-Hunter ^{c, d, e, h}, Audrey de Nazelle ^f, Ulf Eriksson ⁱ, Mailin Gaupp-Berghausen ^j, Regine Gerike ^k, Sonja Kahlmeier ^l, Michelle Laeremans ^{b, m}, Natalie Mueller ^{c, d, e}, Tim Nawrot ^{a, n}, Mark J. Nieuwenhuijsen ^{c, d, e}, Juan Pablo Orjuela ^f, Francesca Racioppi ^o, Elisabeth Raser ^j, ... Thomas Götschi ^l

[Show more](#)

<https://doi.org/10.1016/j.envint.2018.06.023>

[Get rights and content](#)

- El IMC de los ciclistas es el más bajo y el IMC de los automovilistas es el más alto
- Usar bicicleta eléctrica esta asociado con alto IMC
- Un hombre adulto que se cambia de uso de carro a bicicleta de forma cotidiana pierde 0.75 kg en promedio
- Ciclistas frecuentes que paran de usar la bicicleta incrementan su IMC en 0.417 kg/m²



Mood and mode: does how we travel affect how we feel?

Authors

[Authors and affiliations](#)

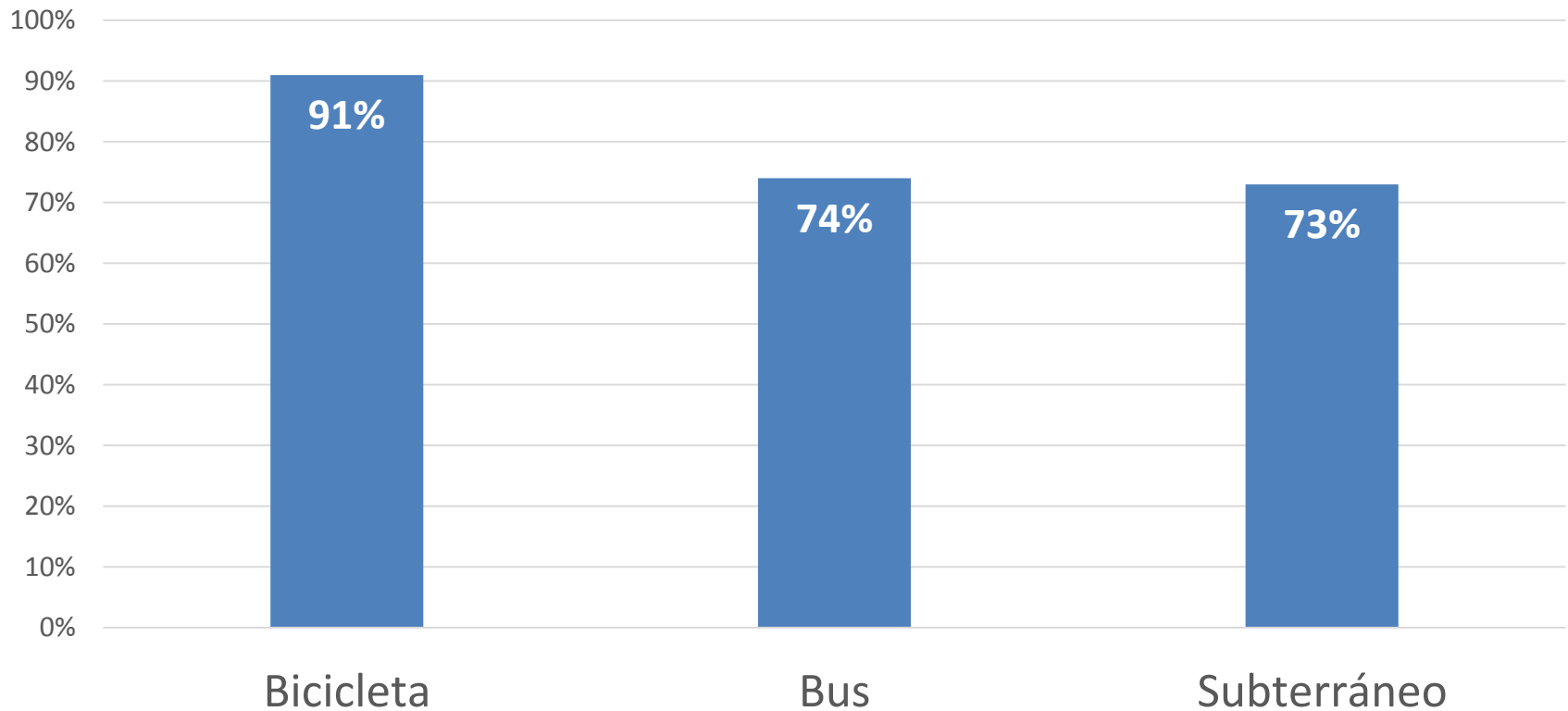
Eric A. Morris , Erick Guerra

- La bicicleta afecta positivamente el estado de ánimo. Los ciclistas son los más felices
- Normalmente, los usuarios de bici son entusiastas de entrada; pero algunos escogen ir en bicicleta si tienen infraestructura segura, separada del tráfico general
- Existen beneficios en salud mental de la bici

Cyclists are the happiest commuters, says new YouGov poll

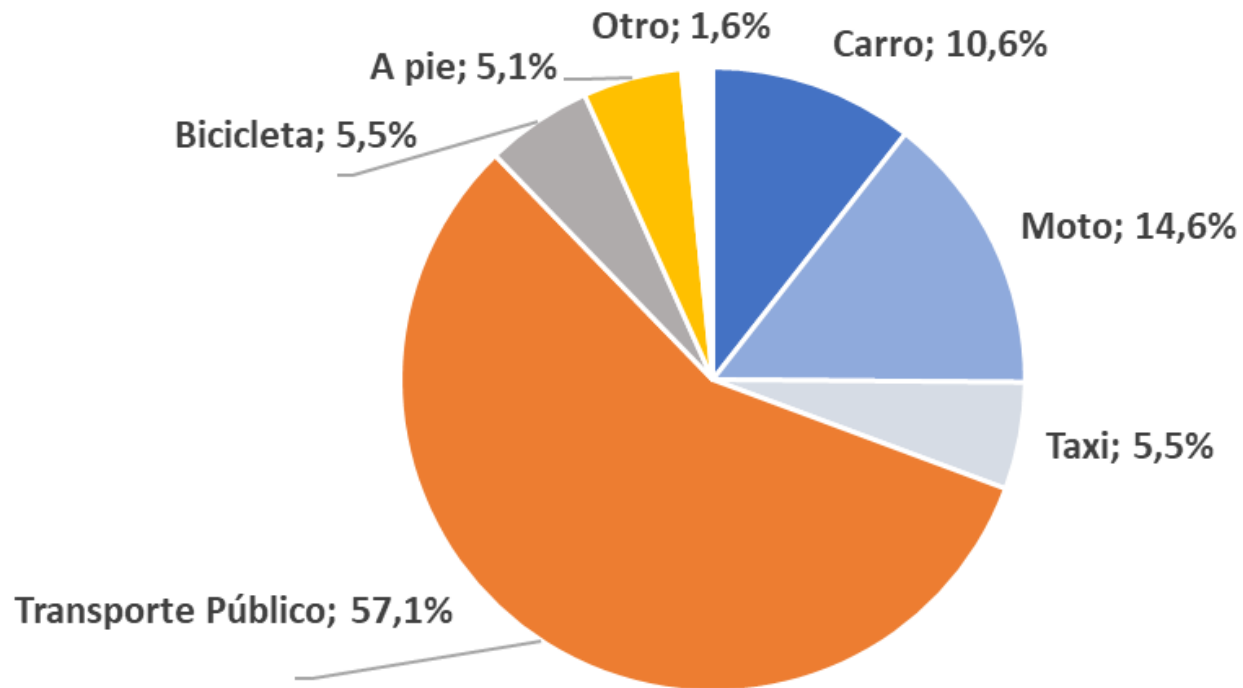
18 June, 2018 Mark Sutton

Satisfacción con el Viaje Cotidiano
Londres n=1000

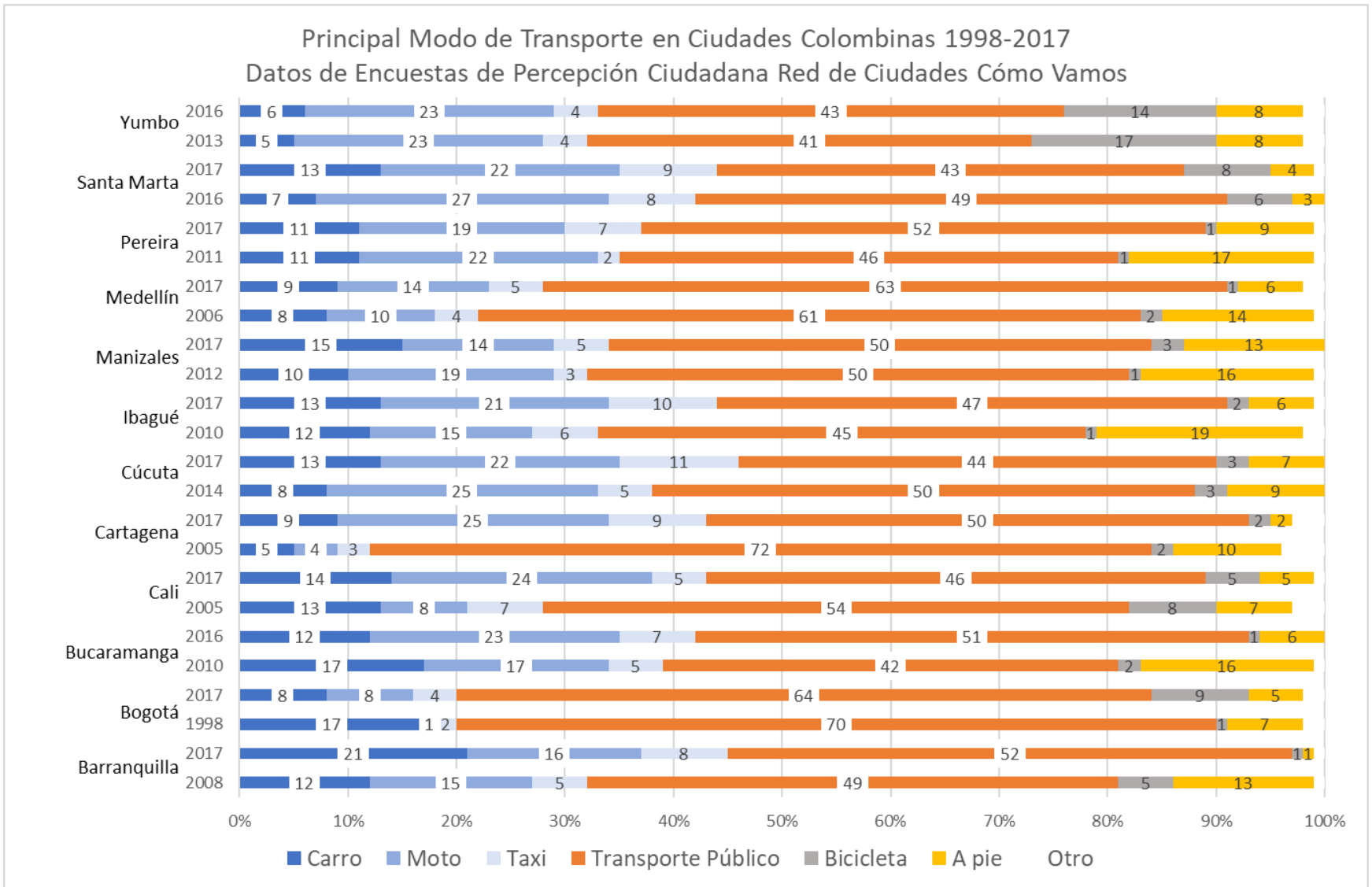


CIUDADES COLOMBIANAS TIENEN DISTRIBUCIÓN MODAL SOSTENIBLE

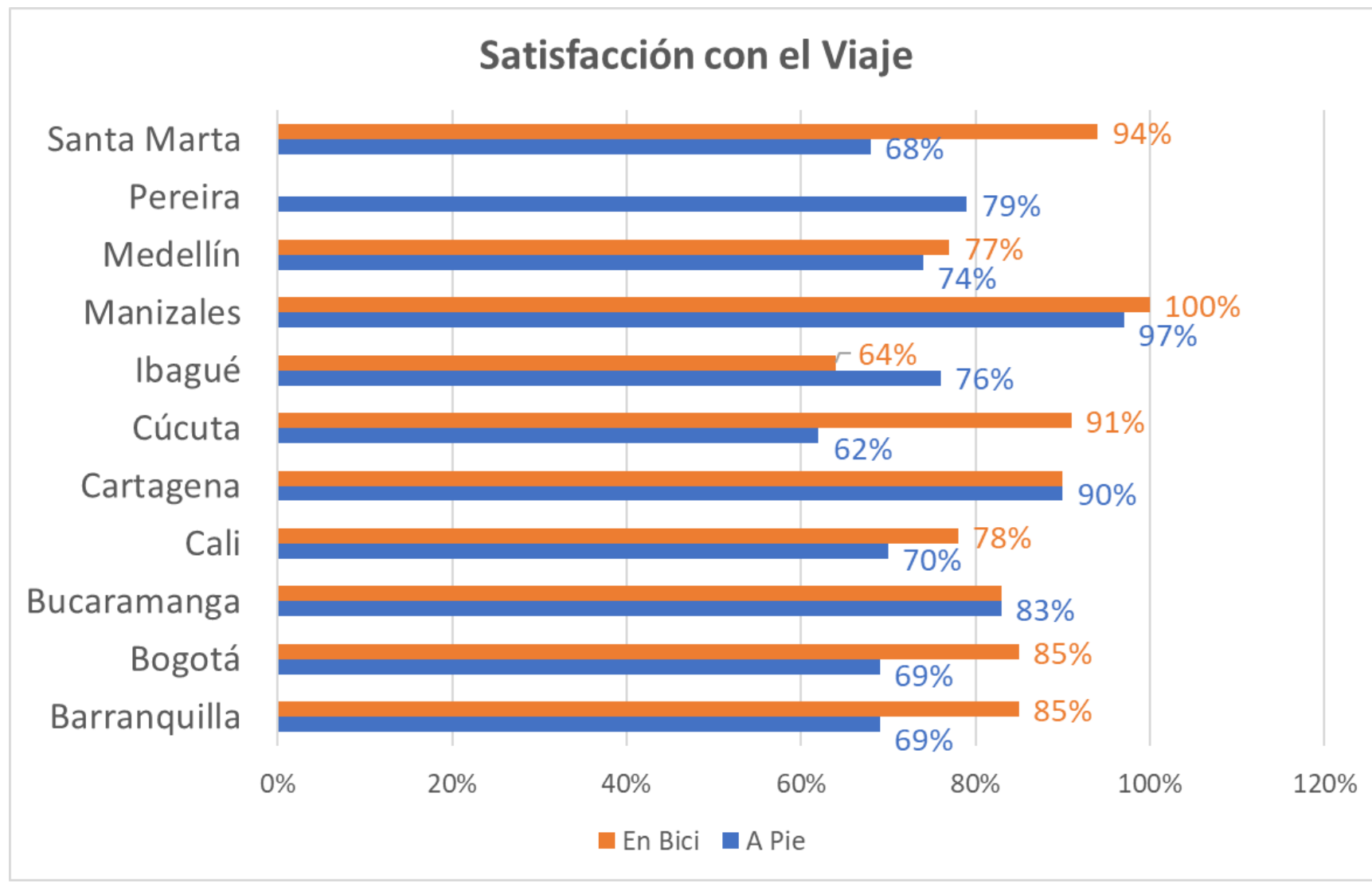
Principal Modo de Transporte 2017
Promedio Ponderado por Población Dane para 12 Ciudades
Datos Red Como Vamos



PERO ESTÁN PERDIENDO PARTICIPACIÓN DE EN EL TIEMPO (BOGOTÁ ESTABLE)

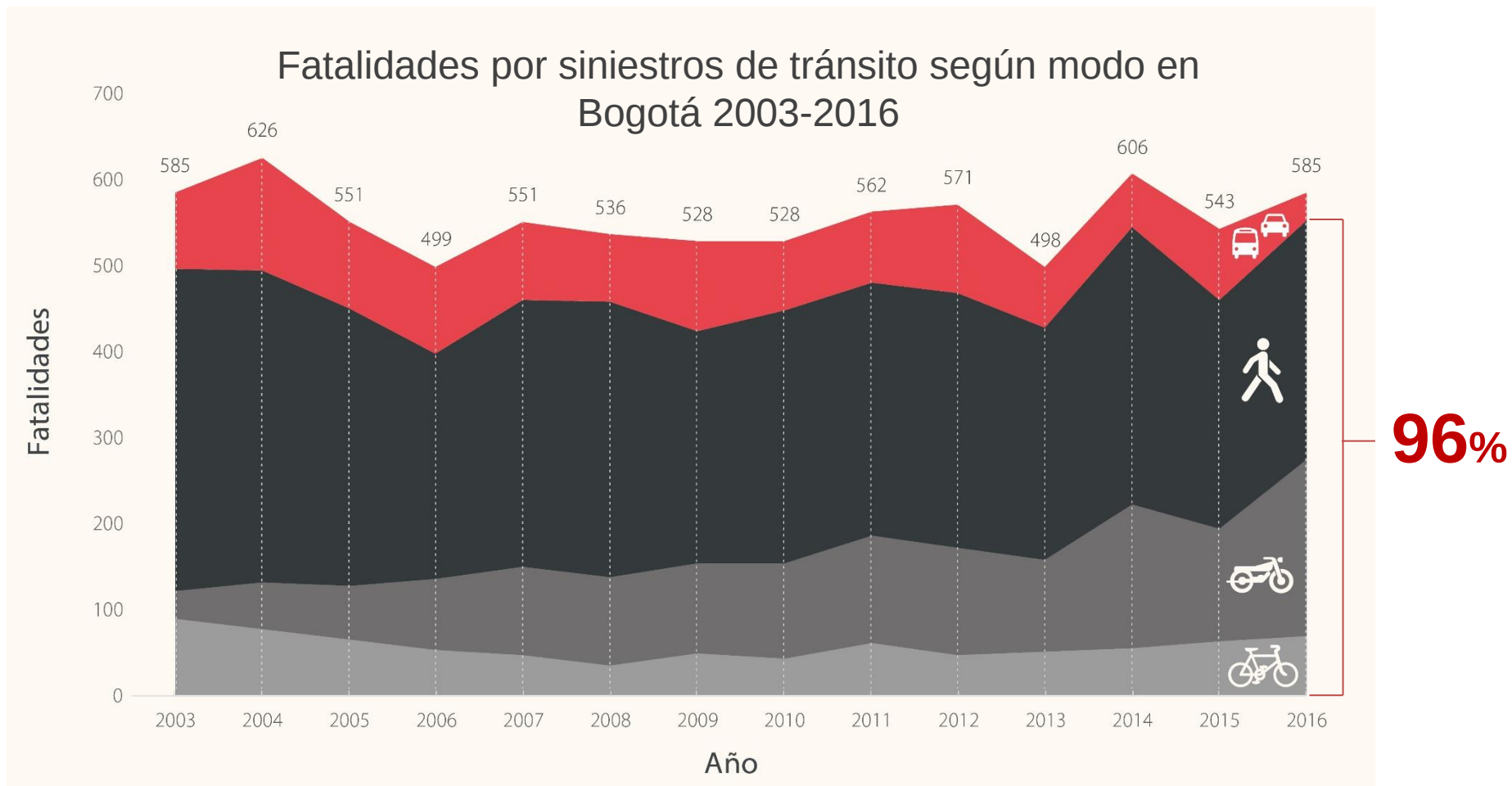


LA BICICLETA ES LA FORMA MÁS SATISFACTORIA DE VIAJAR EN LAS CIUDADES COLOMBIANAS



Uso del carro menos atractivo	Mejores condiciones para uso de la caminata, la bicicleta y el transporte público
Precio alto de combustibles	Cantidad y calidad de transporte público y la información a usuarios
Reducción de límites de velocidad	Tarifas descontadas en transporte público para adultos mayores, personas con discapacidad, estudiantes
No construcción de autopistas urbanas en zonas centrales	Servicios integrados a nivel metropolitano
Gestión de estacionamiento	Zonas sin carros, áreas seguras peatonales y zonas de tráfico calmado (menos de 30 km/h)
Licenciamiento para conducir estricto y costoso	Redes seguras para bicicleta
Altos cargos a la propiedad y uso de vehículos	Planeación coordinada de usos del suelo con la oferta de transporte público, peatonal y ciclista
Cargos por congestión	
Zonas de bajas emisiones	

UN RETO ENORME ES LA INSEGURIDAD VIAL



Fuente: WRI Ross Center with Data from the Secretariat of Mobility

ESPACIOS PEATONALES Y ACCESO AL ESPACIO PÚBLICO

- Aceras más seguras.
- Calles compartidas.
- Lugares seguros para estudiar y trabajar.
- Calles abiertas.
- Plazas en la calzada.



ACERAS MÁS SEGURAS



CALLES PEATONALES



- La peatonalización puede reducir los siniestros de tránsito a la mitad en estas zonas, y puede crear espacios públicos de alta calidad en zonas con altos volúmenes.

PLAZAS EN LA CALZADA



Mexico City



Sao Paulo, Brazil

Nueva York ha notado una reducción del 16% en casos de exceso de velocidad y una reducción del 26% en siniestros de tránsito en calles con plazas peatonales.¹

ACCESO SEGURO A LAS ESTACIONES DE TRANSPORTE PÚBLICO Y PARADEROS

- Intersecciones en los corredores de autobuses.
- Cruces a mitad de cuadra.
- Estaciones y carriles para autobuses y BRT.
- Terminales y transbordos.



Ruta Norte

Por República de Venezuela

- ☐ Buenavista
- ☐ Delegación Cuauhtémoc
- ☐ Puente de Alvarado
- ☐ Museo de San Carlos
- ☐ Hidalgo
- ☒ Bellas Artes
- ☐ Teatro Blanquita
- ☐ República de Chile
- ☐ República de Argentina
- ☐ Teatro del Pueblo
- ☐ Mixcalco
- ☐ Ferrocarril de Cintura
- ☐ Morelos
- ☐ Archivo de la Nación
- ☐ San Lázaro
- ☐ Aeropuerto T1
- ☐ Aeropuerto T2



WORLD RESOURCES INSTITUTE

TRANSPORTE ES SEGURO- TENER ACCESO TÁMBIEN ES SEGURO



- El transporte masivo desplaza a muchas personas, por eso, hacer seguras las conexiones es clave. Con frecuencia se construyen sin mucha consideración de esto, sin embargo, algunos mecanismos como proporcionar un tránsito calmado, o cruces peatonales levantados para llegar a las estaciones como se ve en la imagen (Istanbul) puede ayudar a mejorar la seguridad y el acceso.

INFRAESTRUCTURA PARA BICICLETAS

- Redes para bicicleta.
- Carriles para bicicletas y ciclovías.
- Vías independientes.
- Calles compartidas con bicicletas.
- La seguridad de los ciclistas en las intersecciones.
- Seguridad de los ciclistas en los paradas de autobús.
- Semáforos para bicicletas.





10%

Posibilidad de Muerte para
Peatones/Ciclistas



30%

Posibilidad de Muerte para
Peatones/Ciclistas



85%

Posibilidad de Muerte para
Peatones/Ciclistas

"Caminar en la ciudad no es sólo bueno para el alma. Puede salvar la humanidad"
Jonn Elledge

Urban walking isn't just good for the soul. It could save humanity

Jonn Elledge

I'm exaggerating, but only slightly. Understanding how cities are put together is vital, given more than half of us live in them



▲ 'A street with heavy footfall is a street that's likely to attract the bars and cafes and other things that make a city worth living in.' Photograph: Maremagnum/Getty Images

https://www.theguardian.com/commentisfree/2018/aug/21/urban-walking-save-humanity-understand-cities?CMP=share_btn_tw

Las ciudades peatonales son más bonitas



SIEMBRA INFRAESTRUCTURA BICI: COSECHA FELICIDAD Y SALUD

