

Ideas para animar a las familias a andar en bicicleta

Una serie de estrategias para el cambio del comportamiento ayudan a impulsar el uso de la bicicleta entre las familias

Lucas Snaije

Gerente de investigación
e incidencia política

Alex Baum

Gerente de programas
y sistemas

BYCS, Ámsterdam (Países Bajos)

La bicicleta puede ser muy beneficiosa para los niños y niñas de todas las edades y para quienes los cuidan. Ofrece una forma económica, flexible y eficiente de realizar desplazamientos habituales a lugares como guarderías, tiendas y clínicas (Sánchez de Madarlagá, 2018). Fomenta la comunicación entre el niño o la niña y la persona que lo cuida, lo cual beneficia el desarrollo de las habilidades socioemocionales (BYCS y Fundación Bernard van Leer, 2020). También puede incentivar las interacciones con otros miembros de la comunidad y una conexión más profunda con el entorno natural y construido. Se ha demostrado que el uso de la bicicleta mejora la salud física y mental de los niños y las niñas y de las personas que los cuidan (Bigard, 2021).

Sin embargo, en muchos casos, para las familias los desplazamientos en bicicleta resultan difícilísimos. ¿Por qué? En 2022-2023, [BYCS](#), una ONG internacional con sede en Ámsterdam (que aboga por un cambio urbano liderado por la comunidad mediante el uso de la bicicleta) está realizando una encuesta global y hablando con una serie de grupos focales para conocer mejor los factores que desaniman a las familias a la hora de moverse en bici, cuestiones que son específicas según la cultura y que tienen

numerosos matices. El estudio trata de comprender los obstáculos conductuales y cómo afrontarlos mediante las ciencias del comportamiento.

Hay dificultades y preocupaciones explícitas que ya se conocen y que pueden variar según la edad. En ciertos contextos, la bicicleta es incompatible con las identidades o aspiraciones sociales de las familias: a veces se ve como una actividad recreativa para ricos o, por el contrario, como un recurso para pobres que no pueden permitirse otro medio de transporte.

Otros problemas tienen que ver con las capacidades de las personas cuidadoras, pues muchas veces piensan que llevar en bicicleta a un niño mientras se carga con la compra y otros objetos exige mucho esfuerzo, sobre todo si hay cuestas, carreteras en mal estado o condiciones meteorológicas extremas.

La dificultad más mencionada es la sensación de que desplazarse en bicicleta es peligroso, debido a la falta de infraestructuras y (en ciertos casos, para las mujeres) a ciertas normas culturales (Ramboll, 2021). Esto significa que las personas que suelen ocuparse más de las niñas y los niños pequeños son las que lo tienen más difícil para disfrutar de las ventajas de la bicicleta.



Muchas veces es cierto que desplazarse en bici resulta peligroso e incómodo, sobre todo en las ciudades que no han invertido en la infraestructura necesaria. Algunas de estas dificultades se pueden contrarrestar creando infraestructuras protegidas, amplias y conectadas que potencien la seguridad de las familias, sobre todo si van acompañadas de sistemas inclusivos de uso compartido de bicicletas con asientos para bebés y cestas para la compra, como los que ya existen en Fortaleza (Brasil) y Bogotá (Colombia).

Pero incluso cuando existen las infraestructuras y los servicios necesarios, puede haber una percepción injustificada de riesgo o incomodidad, y aquí es donde las ciencias del comportamiento pueden marcar la diferencia. Si conocemos mejor las experiencias y las impresiones de las familias, será más fácil saber cómo mostrarles el uso de la bici como algo posible y beneficioso para su día a día.

«Si conocemos mejor las experiencias y las impresiones de las familias, será más fácil saber cómo mostrarles el uso de la bici como algo posible».

Capacitación y fomento del espíritu comunitario

Hasta ahora se han realizado pocos estudios para tratar de afrontar estos obstáculos y cambiar los comportamientos en materia de movilidad. Una de las soluciones posibles es la capacitación. Algunos de los miedos de las personas cuidadoras están relacionados con la falta de experiencia y de conocimientos. Si se les da la oportunidad de probar

distintos tipos de bicis y de aprender en entornos seguros, será posible infundirles confianza en sus competencias y superar así este obstáculo.

Por ejemplo, en el barrio de Miguel Hidalgo de Ciudad de México, la ONG Bicitekas ha organizado talleres llamados «Mamás Pedaleando Sin Miedo», en los que varios miembros de la organización, con la colaboración de la escuela de ciclismo local, ayudaron a un grupo de madres a adquirir las competencias necesarias para llevar a sus hijos e hijas en bici por la ciudad. Les transmitieron sus conocimientos, les permitieron probar distintos tipos de bicis y equipamiento adecuado para desplazarse con menores, valoraron sus capacidades tanto en la ciudad como en entornos protegidos y les dieron consejos útiles para afrontar el tráfico sin peligro.

«Cuando las madres aprenden en grupo, pueden reforzar mutuamente su confianza en sí mismas».

Cuando las madres aprenden en grupo, pueden reforzar mutuamente su confianza en sí mismas. En palabras de Mariana, la responsable del taller: «Es gratificante que algo que hemos aprendido por necesidad (la necesidad de desplazarnos) y por placer (el placer de ir en bici) ahora sirva para que más madres se sientan seguras llevando a sus bebés en bici. El taller trataba de generar confianza y empatía, de crear una tribu de mujeres que se apoyan mutuamente» (Sánchez Chamakleta, 2021). Bicitekas sigue organizando programas para ayudar a cuidadoras a desplazarse en bici.

En Barcelona (España), existe otra iniciativa centrada en fomentar el espíritu comunitario. Cinco familias decidieron poner en marcha el Bicibús cuando se dieron cuenta de que les parecía peligroso llevar a los niños y niñas al colegio en bici, pero que se atreverían a hacerlo si fuesen en un grupo más grande. Se organizaron como si fuesen un autobús escolar, realizando el mismo recorrido a la misma hora todos los días y

haciendo paradas por el camino para que se uniesen otras familias. Pronto el Bicibús se volvió mucho más numeroso. De este modo, no solo se genera una sensación de seguridad y una oportunidad de socializar, sino que además la gente siente que lo que hace es aceptable y popular (Shivaram, 2021). La iniciativa contribuye a cambiar las normas culturales relativas al uso de la bici, pues aumenta la visibilidad de las familias en el espacio público como usuarias de pleno derecho.

La iniciativa recibió mucha atención mediática, lo que animó a otras comunidades de todo el mundo a crear sus propias versiones del Bicibús (Blanchar y Battista, 2021). Tal como se publicó en la prensa: «Con el Bicibús, (la madre) está tranquila cuando su hijo va al colegio en bicicleta los viernes, porque sabe que no correrá peligro» (Shivaram, 2021).

Creación de un kit de herramientas de buenas prácticas

El éxito de estos programas sugiere que hay potencial para idear otros enfoques basados en el comportamiento y que más familias cambien su preferencia en materia de movilidad. A día de hoy, contamos con pocos estudios que analicen a fondo las experiencias de las familias que se desplazan en bicicleta con niñas y niños pequeños (Ravensbergen y otros, 2020). Para conocer sus necesidades específicas, se necesita más investigación empírica en distintos contextos.

BYCS utilizará los resultados de su estudio para elaborar un kit de herramientas de buenas prácticas que ayude a los gobiernos locales y a los grupos de incidencia política a saber qué intervenciones concretas podrían funcionar mejor para contrarrestar los obstáculos más importantes en sus contextos¹ y a formar una coalición de partes interesadas para que las familias disfruten de las ventajas de la bicicleta, así como para crear entornos urbanos más saludables, seguros y sostenibles.

¹ Más información sobre BYCS en <https://bycs.org/increasing-access-to-cycling-mobilities-of-care/>

➤ Este artículo está disponible en [espacioparalainfancia.online/2022-22](https://www.espacioparalainfancia.online/2022-22)

Bibliografía

- Bigard, X. (2021). Active transport and health: Evidence from academia. *BYCS*. <https://bycs.org/active-transport-health-evidence-from-academia/>
- Blanchar, C., & Battista, G. (2021). Familias que van juntas a la escuela en bicicleta: así se organiza un 'bicibús'. *El País*, 9 junio. <https://elpais.com/clima-y-medio-ambiente/2021-06-09/familias-que-van-juntas-a-la-escuela-en-bicicleta-asi-se-organiza-un-bicibus.html>
- BYCS, & Bernard van Leer Foundation. (2020). *Cycling cities for infants, toddlers, and caregivers*. <https://bycs.org/wp-content/uploads/2020/11/Cycling-Cities-for-Infants-Toddlers-Caregivers.pdf>
- Ramboll. (2021). *Gender and (smart) mobility: Green paper 2021*. <https://ramboll.com/-/media/files/rgr/documents/markets/transport/g/gender-and-mobility-report.pdf>
- Ravensbergen, L., Buliung, R., & Sersli, S. (2020). Vélobilities of care in a low-cycling city. *Transportation research Part A: Policy and practice*, 134, 336–347. <https://doi.org/10.1016/j.tra.2020.02.014>
- Sánchez Chamakleta, M. (2021, 23 abril). Mamás pedaleando sin miedo. *Bicitekas*. <https://bicitekas.org/blog/fotos-as%C3%AD-fue-el-taller-mamás-pedaleando-sin-miedo>
- Sánchez de Madaralaga, I. (2018). Mobility of care. *UN Habitat*. <https://unhabitat.org/mobility-of-care-ines-sanchez-de-madariaga>
- Shivaram, D. (2021). It started with 5 families. Now hundreds are biking to school together in Barcelona. *NPR*. <https://text.npr.org/1047341052>

↓ Niños, niñas y sus familias andan en bicicleta con la Iniciativa Bicibús en Barcelona



Foto: Cortesía de Calvox & Periche