LA BICICLETA EN LA CIUDAD

- LA CIUDAD DE LOS COCHES

Copyright 2026

LA CIUDAD DE LOS COCHES

La bicicleta tiene un valor positivo para la ciudad en su conjunto. Representa una conquista de libertad en los movimientos de niños y niñas según se van haciendo mayores, una oportunidad para el juego, la creatividad y el aprendizaje en su relación con el entorno. La bicicleta es, a su vez, un medio de transporte que permite disminuir los altos niveles de

contaminación y estrés en los entornos urbanos. En definitiva, la bicicleta es parte de la solución para atajar los problemas de salud, medioambientales (humos, ruidos) y de movilidad (ocupación de la vía pública, atascos) que acarrea el tráfico motorizado en nuestras ciudades.

LA CIUDAD DE LOS COCHES

Niños y adultos compartimos clima, aire y agua. Tanto ellos como nosotros padecemos las consecuencias de la contaminación y los efectos del cambio climático. Pero nuestros pequeños son los más sensibles a la degradación del medio ambiente, especialmente en las ciudades, y pagan un precio más caro por un modelo de desarrollo insostenible.

Todos nos sentimos obligados a proteger a los niños contra malos tratos, explotación económica o abusos sexuales; el derecho a la educación lo tienen, por supuesto, garantizado. Sin embargo, el derecho a la movilidad y a respirar un aire limpio parece un objetivo lejano. Pero la percepción que la sociedad tiene de este problema está cambiando muy rápido y poco a poco se están dando pasos decisivos en sentido positivo.

Las ciudades prestan escasa atención a las necesidades de desplazamiento de niños y jóvenes. Las posibilidades de acudir de forma autónoma a las múltiples actividades que se les ofrecen (extraescolares, académicas y de ocio) están condicionadas y limitadas por un diseño urbano que responde a las necesidades, costumbres y medios de los adultos, sobre todo de los que circulan en coche. Abusamos del poder que tenemos a la hora de imponer nuestras prioridades obviando los deseos, necesidades, el bienestar e, incluso, la salud de los menores. Afortunadamente, la situación está cambiando.

La ciudad de los coches somete a sus moradores (especialmente a los más jóvenes) a graves riesgos para su salud, su libertad y su seguridad , lesionando gravemente sus derechos como ciudadanos.

CONTAMINACIÓN AMBIENTAL

Copyright 2026

Hay múltiples investigaciones sobre la vinculación de la contaminación de los vehículos motorizados y su especial impacto en la población infantil y juvenil. Los más jóvenes, debido por un lado a que son más sensibles a la contaminación y por otro a que sus hábitos de ocio normalmente están relacionados con el ejercicio físico y la actividad al aire libre, constituyen un importante grupo de riesgo ante los episodios de concentraciones altas de contaminantes.

A continuación mostramos varios ejemplos:

- Un estudio llevado a cabo en Stuttgart concluye que la contaminación debida al tráfico rodado (NO2, NO, CO) se relaciona con una mayor prevalencia de *seudocrup* (laringotraqueobronquitis aguda) en una muestra de 8.420 niños.
- En otro estudio del año 2012 se hace una extensa valoración bastante negativa de la exposición al aire contaminado del tráfico en niños que asisten a la escuela cerca de autopistas y otras vías rápidas.
- No menos impactante es el estudio realizado en Los Ángeles (EEUU) que relaciona contundentemente la densidad del tráfico que rodea a los niños y su posibilidad de contraer leucemia.

Los pediatras del Centro de Salud de Tafalla (Navarra) emitieron en 1998 otro informe sobre los problemas de salud (especialmente respiratorios) provocados por los más de 20.000 vehículos que cada día cruzaban la localidad. El Gobierno de Navarra tomó cartas en el asunto y todo el tráfico de paso por Tafalla se desvió a la Autopista AP15.

Cada año se producen en España 16.000 muertes prematuras relacionadas directamente con la mala calidad del aire. La mayor parte de ellas se deben directamente a la contaminación generada por el tráfico motorizado en las ciudades. Según estudios del Ministerio de Medio Ambiente suizo esta polución genera unos costes de salud de 83 euros por habitante y año. La OMS (Organización Mundial de la Salud) publicó en 2000 un estudio que confirmaba que el número de afectados por enfermedades respiratorias se había doblado en las últimas décadas.

Algo que rara vez nos planteamos es la calidad del aire en el interior de nuestro vehículo. Los niños que son transportados en coche sufren los elevadísimos índices de contaminación que se registran en el habitáculo, superiores a las concentraciones presentes en el aire ambiente, donde los contaminantes se diluyen en un espacio que no sólo es mucho mayor sino que, además, se renueva más rápidamente que en el interior del vehículo.

La contaminación acústica, por otro lado, tiene consecuencias nefastas en la vida de niños y jóvenes:

- La exposición a ruidos crónicos (obras en la calle, tráfico denso) frena el aprendizaje de la lectura en niños y provoca trastornos de sueño, lo cual afecta a los resultados escolares.

Copyright 2026

- El ruido en las aulas (colegios cercanos a calles con tráfico denso) repercute negativamente en la capacidad de concentración y en la comunicación oral.
- Los adolescentes sometidos a ruidos de fondo invasivos tienen más posibilidad de desarrollar trastornos de comportamiento.

Las autoridades municipales deben intervenir, y los centros educativos contribuir, para recuperar la calidad del medio ambiente urbano. La reducción de la velocidad y la densidad del tráfico mejora la calidad del aire y del entorno acústico, la seguridad vial y contribuye a la "recuperación de la calle": al calmar y reducir el tráfico los peatones y ciclistas urbanos adquieren más protagonismo y los niños conquistan espacios para sus juegos, lo cual repercute positivamente en su desarrollo psico-social.

LOS HÁBITOS SEDENTARIOS

El ejercicio físico es fundamental para el buen desarrollo del niño. Siempre se habla de actividades deportivas o juegos, pero también son muy importantes los hábitos de movilidad adquiridos desde niños porque marcan la pauta para la edad adulta. El sobrepeso y la obesidad crecen alarmantemente entre nuestros escolares y una de las soluciones más sencillas es cambiar sus hábitos de movilidad: si todos los días acuden al colegio caminando o en bici perderán un puñado de calorías sobrantes y su metabolismo se acelerará, contribuyendo a mantener o recuperar su peso adecuado. Por otro lado, hay que tener en cuenta el tiempo invertido –tantas veces perdido en atascos- y las repercusiones económicas de acompañar a los niños al colegio.

Un estudio que se hizo en una pequeña ciudad austriaca (9.000 habitantes) demostró que supone una media de dos horas a la semana hasta los 12-13 años. El coste social de esta tarea diaria en el Reino Unido alcanzó 1356 millones de horas en 1990 (entre 15.000 y 25.000 millones de euros).

Suponiendo que la mitad de los padres que acompañan lo hacen por la sensación de peligro, esta costumbre tiene un coste social enorme y conlleva una pérdida de horas, dinero y productividad similar a las que provocan los atascos.

LA INSEGURIDAD

El entorno escolar que está adaptado para la circulación en vehículo motorizado es más inseguro para aquellas personas que se desplazan caminando o en bicicleta. Adecuar el entorno, las calles, las aceras, los cruces, el mobiliario urbano y los paseos a las personas que utilizan medios de transporte no motorizados significa un incremento en la seguridad y por tanto de la libertad de desplazamiento, especialmente de los mayores y l@s niñ@s.

De este modo, permitimos desarrollar nuevas habilidades de los escolares porque pueden practicar sus desplazamientos en un entorno más pacificado y adaptado a sus características y necesidades de desplazamiento seguro.

Copyright 2026

DISMINUCIÓN DE LA AUTONOMÍA EN LA INFANCIA

La hostilidad y peligrosidad del entorno urbano nos ha abocado a un círculo vicioso en el que “más coches piden más coches”. Esta situación insostenible también afecta gravemente a los desplazamientos escolares: los padres tienen miedo de dejar a sus hijos ir solos a la escuela y deciden acompañarlos en coche, con lo cual contribuyen activamente a crear un entorno urbano aún más hostil e inseguro. Esta espiral paradójica en la que el comportamiento de protección inducido por el miedo genera un entorno de mayores riesgos para la seguridad y la salud de los niños, tiene el efecto de una general evitación de los desplazamientos sin los adultos a la escuela (en gran medida motorizados), lo cual hace que los niños y niñas no se relacionen de manera libre y autónoma con el entorno de la escuela y con otros compañeros, reduciendo las oportunidades de aprendizaje y socialización.

https://www.youtube.com/embed/wBo4lhog7Hs

Dar voz y espacio a los niños en el camino a la escuela rompe con este círculo vicioso. Cada vez más personas opinan que los niños deben adoptar un papel más activo en la defensa del medio ambiente y en el diseño de una sociedad pensada hasta ahora desde la perspectiva y en beneficio de los intereses del adulto. A la postre, lo que es bueno para los niños es bueno para el medio ambiente y para la sociedad humana en su conjunto. La participación infantil es crucial a la hora de cambiar el estado de cosas. Como concluyeron en el Primer Concurso Nacional de Niños y Jóvenes en Bolonia (Italia, 1994), “Queremos poder decidir sobre lo que nos afecta”.

Copyright 2026