



“Vantagens do Uso da Bicicleta”

BICICLETA
NAS ELEIÇÕES





VANTAGENS DA BICICLETA #1

**A bicicleta é um modo de
transporte muito ágil
para se andar pela cidade**

Saiba mais. Acesse:
www.bicicletanaseleicoes.org.br

BICICLETA
NAS ELEIÇÕES



Até 5 quilômetros, a bicicleta é o modo de transporte mais rápido em uma cidade, além de flexível, uma vez que você pode parar em (quase) qualquer lugar sem atrapalhar quem está andando e se locomovendo pela cidade de outras formas e em outros modos de transporte ou a pé.

.
Você pode deixar sua bicicleta próxima de você ao parar em um local para tomar cafezinho, por exemplo. Já pensou nisso? :)



VANTAGENS DA BICICLETA #2

**Bicicletas ajudam a
reduzir engarrafamentos**

Saiba mais. Acesse:
www.bicicletanaseleicoes.org.br

BICICLETA
NAS ELEIÇÕES



Ruas e avenidas foram projetadas para receberem mais carros, mas o resultado, a cada ampliação viária, é sempre o mesmo: congestionamentos iguais e cada vez mais carros.

Ônibus, trens e metrô são trocados, melhora-se a tecnologia, aumentam as linhas, porém, na hora do rush, o resultado é sempre o mesmo: pessoas espremidas, cansadas e precisando ir para algum lugar. Um ciclo vicioso?

Não para todos. Pessoas em bicicletas usam uma pequena fração do espaço urbano gasto pelos carros e se movem mais facilmente nos congestionamentos. Ou seja, mais gente andando de bicicleta, menos carros parados nos congestionamentos e mais fluidez para o transporte coletivo.



VANTAGENS DA BICICLETA #3

**A bicicleta dá
mais autonomia
às crianças e jovens**

Saiba mais. Acesse:
www.bicicletanaseleicoes.org.br

BICICLETA
NAS ELEIÇÕES



Há muitos anos, crianças e jovens iam às escolas sozinhas, caminhando ou pedalando. Elas continuam querendo fazer isso, embora não o façam. A principal razão para é a discrepância entre o desejo das crianças (de ir de um jeito mais divertido e dinâmico para a aula) e a preocupação dos pais com relação à segurança dos pequenos.

Não por acaso - e não somente por isso - no Brasil, um a cada dois adultos está obeso e uma a cada cinco crianças também. Andar e pedalar para a escola é uma forma de adultos e crianças mudarem esse cenário nacional.



VANTAGENS DA BICICLETA #4

A bicicleta demanda menos espaço urbano

Saiba mais. Acesse:
www.bicicletanaseleicoes.org.br

BICICLETA
NAS ELEIÇÕES



Nas cidades, o espaço urbano está sempre em disputa: alguém quer usá-lo de alguma forma, por meio da construção de algo.

Ruas e estacionamentos para carros têm um altíssimo custo financeiro para os municípios, estados e para a União e também ocupam enormes parcelas do espaço público.

Vias para passar bicicletas e pessoas a pé custam muito menos para serem implementadas, além de ocuparem um espaço público muito menor. Ou seja, com mais pessoas pedalando nas ruas, espaços que antes eram ruas e avenidas poderão ser transformados em praças, parques, escolas, postos de saúde e outras tantas funções de fato necessárias para a vida em uma cidade.



VANTAGENS DA BICICLETA #5

Intermodalidade

Saiba mais. Acesse:
www.bicicletanaseleicoes.org.br

BICICLETA
NAS ELEIÇÕES



A depender da estrutura de sua cidade e do bairro onde você mora, a intermodalidade pode ser bastante interessante. Viabilizar a integração entre modos de deslocamento, como bicicleta e ônibus, é papel do Estado.

Aproveite o período eleitoral para pautar a ideia junto aos candidatos. Integrar o transporte coletivo ao uso da bicicleta é um ganho geral.



VANTAGENS DA BICICLETA #6

**Bicicletas são
mais seguras**

Saiba mais. Acesse:
www.bicicletanaseleicoes.org.br

BICICLETA
NAS ELEIÇÕES



Uma pesquisa alemã de 2004 mostrou quais as chances que temos de sofrer um ferimento na cabeça em vários momentos. Vale ressaltar que, na Alemanha, a taxa de motorização (pessoas/carro) é superior ao Brasil, embora o % de uso da motocicleta seja superior aqui. A saber:

- 48% andando de carro
- 26% praticando alguma atividade de lazer
- 13% andando de moto
- 9% trabalhando
- 2% cometendo um crime
- 1% pedalando
- 1% caminhando

Ou seja, andar de bicicleta é seguro. E pode ser mais e mais, desde que hajam políticas voltadas assegurar ainda mais o direito à cidade.

VANTAGENS DA BICICLETA #7

**Mais bicicletas,
menos colisões**

Saiba mais. Acesse:
www.bicicletanaseleicoes.org.br

BICICLETA
NAS ELEIÇÕES CONFIRMA

Um estudo austríaco feito entre 1992 e 2004 mostrou que, enquanto houve aumento de 40% no tráfego de bicicleta, a quantidade de pessoas feridas por bicicleta por quilômetro pedalado diminuiu 40%. Ou seja, mais pessoas pedalando, menos colisões com bicicletas acontecerão. O mesmo foi constatado na Alemanha.

Você dirá: mas somente exemplos estrangeiros? Não. São Paulo, recentemente, vivenciou o mesmo processo e mostrou que, quanto mais pessoas pedalando, menos feridos andando de bicicleta acontecerá por bicicleta por quilômetro rodado.

Uma cidade ciclável é mais segura simplesmente porque tem mais pessoas pedalando. :)



VANTAGENS DA BICICLETA #9

**Mais bicicleta,
mais saúde!**

Saiba mais. Acesse:
www.bicicletanaseleicoes.org.br

BICICLETA
NAS ELEIÇÕES



Os benefícios da bicicleta são tão numerosos, seja para quem pedala ou para a coletividade, que pode-se fazer um recorte sobre os que são apenas individuais.

Pedalar como modo de transporte tem uma grande vantagem: se exercitar fisicamente enquanto você se desloca pela cidade. Esse fato tem algumas boas consequências para você: pedalar aumenta a capacidade cardíaca e pulmonar, abaixa a tensão, melhora a circulação sanguínea e a irrigação no cérebro, combate o famoso e corriqueiro estresse, queima gorduras, favorece o sono tranquilo, protege a coluna, ao reforça a musculatura, fortalece alguns músculos da perna.

Não iremos muito longe. Não estamos escrevendo uma enciclopédia, mas não se espante se algum dia seu médico trocar vários medicamentos caros e complexos por uma simples pedalada.



VANTAGENS DA BICICLETA #10

**Mais bicicleta,
menos barulho**

Saiba mais. Acesse:
www.bicicletanaseleicoes.org.br

BICICLETA
NAS ELEIÇÕES



Hoje em dia, as emissões irregulares de ruídos e sons, que colaboram para a poluição sonora das nossas cidades, passou a ser um dos principais problemas dos centros urbanos, em especial os ruídos que têm por fonte automóveis e motos. Quais são? Barulhos do motor, da aceleração, das frenagens, buzinas, alarmes e também os de som automotivo, entre outros.

Estudos têm mostrado que a poluição sonora provoca malefícios à saúde humana, causando distúrbios físicos e mentais. Além disso, a própria emissão de ruídos ou sons gera perturbação à segurança viária (lembre-se do som de um engarrafamento!), ao sossego público (se recorde de quando você queria caminhar tranquilamente pela calçada!) e faz mal o meio ambiente (está lembrando do cheirinho da poluição?). Ou seja, a poluição sonora gera problemas tanto para a coletividade quanto para cada pessoa que vive nas cidades.



VANTAGENS DA BICICLETA #11

**Mais bicicleta,
mais economia**

Saiba mais. Acesse:
www.bicicletanaseleicoes.org.br

BICICLETA
NAS ELEIÇÕES



O uso da bicicleta demanda poucos investimentos públicos, se compararmos com o que se gasta para tentar aumentar o fluxo dos automóveis nas cidades. Além disso, o custo com o estacionamento de bicicletas é, também, muito menos do que o para automóveis, seja pela quantidade de espaço necessária para a obra (ver Vantagem#4), seja pelo material que se utiliza em ambos os casos.

Quanto mais pessoas utilizando bicicleta em detrimento do uso do automóvel, mais se economizará com recursos da gestão municipal, estadual e federal destinados à saúde pública, quer pelos benefícios à saúde de cada pessoa, evitando assim a necessidade de acessar um médico, quer pela economia de recursos que seriam gastos por conta da poluição gerada pelos automóveis e também pelas colisões, atropelamentos e mortes.

Em épocas onde há limitações de investimentos públicos, escolher a opção mais barata e com mais benefícios à vitalidade das cidades e à saúde das cidadãs e cidadãos parece uma escolha inteligente e sustentável.