

# VIDEO-UNA-CAMARA-ENTRE-BASURA

*Posted on 01/01/1970 by Naider*

Category: [Noticia](#)

Un nuevo [estudio](#) revela que ir en bicicleta a tu lugar de trabajo reduciría **a la mitad** el riesgo de tener cáncer y de padecer una cardiopatía a la mitad. Los 264.337 participantes del estudio fueron monitorizados durante 5 años en función de su modo de transporte diario (commuting) y clasificados por variables de sexo, edad, fumadores, dieta y enfermedades existentes.

Los resultados han demostrado que aquellos que usan la bicicleta a diario tienen un **41% menos de riesgo de muerte prematura** debido a cualquier causa, en comparación con los que conducen o utilizan el transporte público. Como era de esperar, la bicicleta, además de no producir emisiones, beneficia notablemente la salud de los ciudadanos. Este trabajo se suma a otros como el del proyecto [PASTA](#), donde se concluye que quienes usan la bici en sus desplazamientos diarios **pesan 4kg menos** que quienes escogen otros modos de transporte.

Copenhague se ha hecho eco de los múltiples beneficios de las bicicletas y se sitúa en primera posición del [bicycle friendly cities index](#), con una inversión de **134 millones de €** en los últimos 10 años en infraestructura y servicios relacionados con la bicicleta. Los resultados de esta inversión se reflejan en los sensores que la capital danesa ha dispuesto para medir el número de ciclistas y conductores: registrando un número de usuarios de bicicleta mayor al de los vehículos en circulación en el centro de la ciudad.

La cantidad de estudios que avalan el uso de la bici nos indica que el fomento de esta práctica debe ser una política de primer orden en las ciudades para **mejorar la salud, la movilidad y el impacto ambiental**. Para ello hace falta dotar de la infraestructura y servicios necesarios, e integrar políticas de transporte sostenible, instrumentos de promoción y nuevas tecnologías\*.

*\*La aplicación [SiBike](#) (Siemens), activa en Marburg (Alemania), permite a los ciclistas regular los semáforos y hacerlos cambiar de rojo a verde o extender la fase verde, agilizando los desplazamientos e incentivando el uso de la bici por parte de la ciudadanía.*

