

La bicicleta es transporte y eficiencia

Qué aprendemos de la transformación de Países Bajos

Ana Castan
Education & Communications Expert
Urban Cycling Institute

Nuestro imaginario común



La realidad holandesa



Impacto de moverse en bicicleta en perfiles muy diversos

2/3 partes de los niños van
en bicicleta al colegio.

- Independencia temprana
- 0% obesidad infantil
- Mejor desempeño escolar

Photo: Ana Castan



Independencia para personas con discapacidad.

Urban
Cycling
Institute



Photo: Ana Castan

Independencia para personas
con discapacidad.

Y no solo se benefician
los que van en ciclo.



Una revolución para las familias.

Un ahorro, no solo de dinero, sino de **tiempo**.

Photo: Ana Castan



Una revolución para
los mayores.

Independencia y buena
forma física, más **tiempo.**

Photo: Ana Castan



¿Siempre fue así en Países Bajos?

No fue “cultura”, es
voluntad política



Photo: Stad Archief Amsterdam







1971:

400 niños holandeses muertos
por atropello .



Los medios de comunicación fueron clave para poner el foco en buscar una solución.



La voluntad política **transformó**
la movilidad

38% de los
desplazamientos
se hacen **en bici.**

Hasta el **60%** en
algunas zonas.



Algunas herramientas clave para la transformación

- 1) Carriles bici cuando hace falta
(*volumen de tráfico motorizado alto*)
- 2) El resto es todo es cicable con:
 - flujo de tráfico reducido.
 - medidas efectivas de calmado.
 - **doble sentido para las bicis.**



3) Parking residencial para bicicletas obligatorio y con unas características muy específicas.



4) Parking en estaciones de tren para bicicletas (favorece la intermodalidad entre municipios)



5) Educación vial integrada
en el sistema de educación
primaria.



Presupuesto y **retorno** de la inversión

10% de presupuesto nacional
de infraestructuras es para
la bici.

18.000 MM kilómetros/año



- **1,5 días** menos de absentismo laboral.
- El **80%** muestran más compromiso con la empresa.
- Beneficios en salud = **3% PIB**
- 1€ en bici compartida = **2.4€** en beneficio social.

Ante el problema de la congestión,
la **eficiencia** del uso del espacio

space required to transport 60 people



car



bus



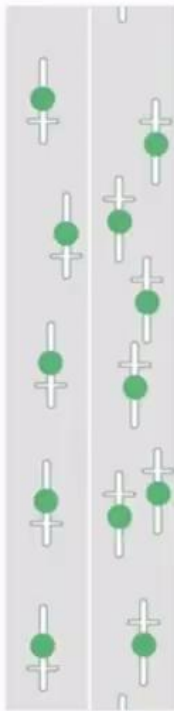
bicycle

CAR LANE



600 -
1,600
people
per hour

BIKE LANE



7,500
people
per hour

SIDEWALK



9,000
people
per hour

TRANSITWAY



10,000 -
25,000
people
per hour

¿Qué podemos **aprender** de Países Bajos?

La movilidad en bicicleta es un modo eficiente espacial y económicamente para mover personas.

No es cultura, son políticas y presupuesto.

Herramientas clave: calmado tráfico para red coherente, parking y educación.

La bici y su infra permite independencia a personas diversas.

Eskerrik asko!

¡Muchas gracias!



ana@urbancyclinginstitute.org

LinkedIn: [Urban Cycling Institute](#)

Link a recursos

- Impacto de moverse en bicicleta para perfiles diversos (Ana Castan para Ciclosfera):
 - [Entrevista a Liza \(menor de edad\)](#)
 - [Entrevista a Hadleigh \(discapacidad motora y equilibrio\)](#)
 - [Las bicicletas de carga como movilidad familiar \(Bakfietsen\)](#)
 - [La movilidad de los mayores de 65 años](#)
- [Historia de la transformación de Países Bajos a la movilidad sostenible.](#)
- Informe de datos de movilidad holandeses 2024 ([PDF en neerlandés](#))
- Herramientas clave:
 - una [red continua](#) con carriles bici y [calmado del tráfico](#)
 - [aparcamiento para bicicletas adecuado en edificios residenciales](#) ([PDF en neerlandés](#))
 - [aparcamiento para bicicletas](#) en estaciones de tren
 - [intermodalidad tren y bici](#) (el tándem para competir con el coche privado)
 - [educación vial en primaria](#)

Link a recursos

- Bikeconomics:
 - Dutch cycling: quantifying the Health and Related Economic Benefits.
 - 27 millones de euros de ahorro en reducir absentismo.
 - Business bicycles for your staff
 - Programa COVER para ayudar a pymes en planes al trabajo sostenibles.