

A CICLO MOBILIDADE TRANSFORMANDO HÁBITOS EM QUALIDADE DE VIDA

Stefania Alvise Marcelo¹

Os índices de segurança no trânsito caminham no mesmo nível econômico e social dos países. O trânsito é ambiente coletivo, e as subjetividades se conectam de forma a reproduzir a educação e a concepção de valores peculiares a cada região. Durante a pandemia, o isolamento exigiu novas formas de atividade física, esgotando as bicicletas nas lojas de todo o país. Pedalar tornou-se, para muitos, um alívio e uma nova forma de encarar a mobilidade urbana, pois com as vias vazias a segurança para pedalar aumentou. Mesmo sem ciclovias adequadas, pudemos vislumbrar um movimento surgindo de pessoas sentindo no corpo os benefícios desta atividade que estimula os músculos, melhora a circulação sanguínea, aumenta a resistência e capacidade pulmonar e cardíaca, além de emagrecer e fortalecer o sistema imunológico auxiliando na absorção da vitamina D por ser uma atividade ao ar livre. Auxilia também a atenção, coordenação motora, lateralidade, noções espaciais e temporais, além de ser um meio de transporte sustentável e acessível, pois encontramos bicicletas para vários bolsos. Em 2022, a vida voltou ao “novo normal”, nos exigindo mais responsabilidade e readequação para convivência. Ações conjuntas têm maior impacto quando são organizadas em prol de todos. Quantas cidades aproveitaram que a população começou a usar a bicicleta e incluíram em seu plano de Mobilidade Urbana a construção de novas ou readequaram as ciclovias, ciclorrotas ou ciclofaixas para garantir que continuassem a utilizar com segurança e regularidade? Os carros voltaram às ruas e os sinistros, atropelamentos, imprudências, ciclistas sendo jogados para fora da via continuaram a acontecer. Poucas pessoas melhoraram nesse

¹ Universidade Federal do Paraná/Programa de Pós-graduação em Psicologia do Trânsito - Contato: stealvise@yahoo.com.br – Publicado originalmente em: Iniciativas em mobilidade e segurança no trânsito: soluções que transformam v. 2 n. 2 (2023)

processo de reclusão, vendo que a mudança de comportamento individual impacta no coletivo. Uma bicicleta a mais é um veículo a menos. Um veículo ocupa o espaço de nove bicicletas enfileiradas. É necessário melhorar a saúde, o ar, desafogar as vias, melhorar o fluxo, muitas pessoas fizeram este caminho, mas com o retorno ao trabalho, muitos ficaram receosos de continuarem se arriscando na selva de pedra, outros, no entanto, continuam a enfrentar e se arriscar na impaciência dos motoristas que deveriam ter consciência em manter o distanciamento de 1,50 metros (Art. 201 – Código de Trânsito Brasileiro), garantindo a integridade de ambos. Pedalar auxilia o meio ambiente e ainda melhora o fluxo, mas os veículos insistem em disputar espaço com os menores.

Iniciativas de mobilidade para pessoas, ruas completas, devem ter a participação da sociedade civil organizada, com elaboração de políticas públicas, vontade política dos que nos representam em prol do bem comum. Espaços públicos para todos, com caminhos seguros e que interliguem todos os pontos das cidades, que estimulem o convívio saudável de tomarem para si o lugar de protagonistas de escolhas que beneficiem a convivência harmônica, respeitosa e cooperativa, imagine como seria bom se todos respeitassem o espaço um do outro e corroborando para que a ciclo mobilidade seja cada dia mais tangível.