AGazeta - - 26/08/07 1a. Domingo [25/08/07 13:26:28] Por: chboninsenha Pág: 18 - Cor:

NOS ÚLTIMOS 15 ANOS, O NÚMERO DE CICLISTAS NA REGIÃO METROPOLITANA DOBROU

5 motivos para deixar o carro em casa e ir de bicicleta

Ao dispensar o automóvel, a pessoa contribui para a saúde da cidade e dela própria

CIDA ALVES
cidaalves@redegazeta.com.br

Qual dessas duas situações mais te atrai: ficar estressado dentro de um carro parado horas debaixo do sol quente no meio do engarrafamento, ou pedalar sentindo a brisa no rosto, passando tranqüilamente ao lado da fila de centenas de carros que não saem do lugar?

Várias são as vantagens apontadas por quem decidiu deixar de lado o suposto conforto do carro e passou a usar a bicicleta como meio de transporte. É mais saudável, menos estressante, econômico e, ainda, ecologicamente correto.

"Ao trocar o carro pela bicicleta a pessoa contribui para a saúde da cidade e dela própria", ressalta Fernando José Lobo, presidente e fundador da Transporte Ativo, organização carioca que divulga o uso de transportes terrestres a propulsão humana, como a bicicleta e os patins.

Depois de quatro anos preso em engarrafamentos e à procura de vagas para estacionar, Lobo optou de vez pela bicicleta como meio de transporte. Há mais de 25 anos ele vai sobre duas rodas tanto para trabalho como para lazer, e percorre cerca de 15 quilômetros diários. "Além da praticidade, é uma forma de economizar tempo e dinheiro".

ESTRUTURA. Mesmo com todos os benefícios, ainda existe uma resistência cultural ao uso desse tipo de transporte, além de limitações estruturais. Nos últimos 15 anos, o número de ciclistas na região metropolitana dobrou. Antes, de todas as formas usadas de transporte, as bicicletas representavam 1,85%. Hoje são 4%, segundo dados do Plano Diretor de Transportes Urbanos (PDTU). Porém, poucos investimentos foram feitos em estrutura para o ciclista.

"Não há uma ciclovia decente na Grande Vitória. Elas saem do nada e dão em lugar nenhum, além de terem várias interrupções", avalia Fernando Hélio Braga, 47 anos, do grupo Pedalando pela História. Ele aponta também a falta de respeito dos motoristas com relação ao ciclista, que sempre é visto como um intruso no trânsito.

"Ao contrário do que se pensa, o ciclista é parte do trânsito e há regras de circulação para ele. Mas não são feitas campanhas educativas nesse sentido", critica. As empresas também não contribuem, não oferecendo bicicletário e local para banho apropriado a seus funcionários, aponta Braga.

Você usaria mais a bicicleta se houvesse ciclovias?
Participe do fórum:
www.gazetaonline.com.br/agazeta

Saudável e econômico

ENTREGAS. O veículo usado nas entregas e outros serviços da ótica de Thomas Eriton Cortat Nery, 38 anos, é a bicicleta. "Além de ser mais saudável e econômico, também é mais rápido. Como o número de carros têm aumentado muito, a bicicleta acaba sendo mais prática", afirma Thomas, que vai de Vila Velha até Vitória de bicicleta. Ele lamenta a falta de investimentos em um transporte que ajude na preservação do meio ambiente, e garante que se houvesse mais ciclovias muitas outras pessoas deixariam o carro em casa. "Na Grande Vitória tudo o que você precisa fica em um raio de 10 quilômetros. Essa proximidade favorece o uso da bicicleta, que para mim é a maior invenção de todos os tempo. Se todo mundo pedalasse, o mundo seria mais feliz", diz. FOTO: GILDO LOYOLA

Cinco motivos para andar de bicicleta

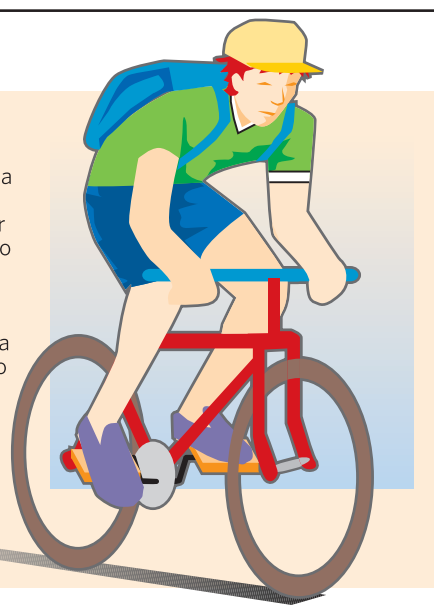
1 Economizar tempo e dinheiro
O gasto com gasolina de uma pessoa que precisa ir e voltar entre Vitória e Vila Velha cinco vezes por semana ultrapassa os R$ 150,00 mensais – considerando um carro que gasta um litro de gasolina para percorrer 9 quilômetros. No final de um ano, a economia é de quase R$ 2 mil. Em alguns pontos, o ciclista evita os engarrafamentos e acaba chegando mais rápido que os carros. Na Fernando Ferrari, por exemplo, a velocidade média no horário de pico é de 9 km/h, metade da velocidade de um ciclista.

2 Contribuir para um ar mais limpo
Ao circular uma média de 24 quilômetros (o equivalente ao caminho de ida e volta entre Vitória e Vila Velha) por dia, cinco vezes na semana, um carro com motor 1.0, considerado o mais econômico, emite mais de uma tonelada de gás carbônico na atmosfera no período de um ano. Para limpar essa quantidade de poluição do ar, seria necessário plantar mais de 13 árvores e esperar 10 anos.

3 Evitar o estresse no trânsito
Pedalar é uma terapia natural, afirmam os adeptos da bicicleta como meio de transporte. Além de evitar o estresse dos congestionamentos, o ciclista pode contemplar uma vista que muitas vezes passa despercebida por quem está atrás de um volante. De bicicleta, a pessoa segue tranqüila enquanto a fila de veículos só aumenta nos engarrafamentos.

4 Mais saúde
Segundo o professor do curso de Educação Física da UVV, Miguel Ângelo Alves dos Santos, quem pedala 30 minutos por dia reduz em 40% as chances de morrer de doenças cardiovasculares. Também controla o peso, aumenta os índices de colesterol bom e reduz os de triglicerídeo. A bicicleta é uma ótima opção para ficar em forma e ter mais disposição. Enquanto um motorista gasta 80 quilocalorias dirigindo durante meia hora, um ciclista gasta 126 nesse mesmo tempo de pedaladas.

5 As distâncias são curtas
As características da Grande Vitória são perfeitas para andar de bicicleta. As distâncias são curtas, se comparadas a outras capitais. De Vitória para Vila Velha, por exemplo, são 12 quilômetros. Dentro da ilha de Vitória, os trajetos são ainda menores. Ser plana e com poucos morros é outra vantagem da cidade.



Fonte: profissionais e ciclistas entrevistados

A Gazeta - Ed. de Arte - Ilvan

Higiene mental

TRABALHO. Adepto da bicicleta desde os 13 anos, o professor de Educação Física Fernando Hélio Braga, 47 anos, usa o carro apenas três vezes por mês. Ele mora em Vila Velha e trabalha em escolas em Cariacica e Vitória. Faz todo o trajeto de bicicleta – aproximadamente 50 km. "Saio de Vila Velha pela manhã, e volto depois das 10 da noite. Muita gente pergunta se sou maluco. Melhor ir de bicicleta do que me sujeitar a um ônibus lotado ou um engarrafamento. Pedalar é uma higiene mental", garante. Fernando já sofreu um acidente e, para fugir da violência do trânsito, usa rotas com menor fluxo de automóveis ou onde o tráfego é mais lento. Quanto à segurança, ele afirma que nunca foi assaltado. Mas acha que a infra-estrutura para o ciclista tem muito o que melhorar. FOTO: GABRIEL LORDÊLLO

Mais ciclovias à vista

Mesmo com o número de ciclistas na região metropolitana tendo dobrado nos últimos 15 anos, os investimentos em estrutura para a circulação de bicicletas não acompanharam esse crescimento. Na Capital, há pouco mais de 22 quilômetros de ciclovias e ciclofaixas.

Segundo o assessor técnico da Secretaria de Desenvolvimento da Cidade da Prefeitura de Vitória, Leonardo Schulte, esse número vai aumentar. "Com a conclusão das obras da Fernando Ferrari e da orla de Camburi, serão mais dez quilômetros de ciclovias até 2008", destaca.

De acordo com o Plano Diretor de Transportes Urbanos (PDTU), Vitória tem capacidade para 60 quilômetros de rede cicloviária. A ciclovia padrão do município tem 2,5 metros de largura. "Com essa medida, ela tem capacidade para mil ciclistas por hora", afirma Schulte.

Em Vila Velha, há ciclovias em apenas dois pontos: em cerca de 40 quilômetros na Avenida Carlos Lindenberg e em 20 quilômetros na Rodovia Darly Santos. De acordo com a prefeitura do município, serão construídas mais ciclovias com as obras de reurbanização das orlas de Itapoã e Itaparica.

Na Serra, há apenas dois quilômetros de ciclovia na BR 101. Na Avenida Civit, estão sendo construídos dois quilômetros, e já foi dada ordem de serviço para construção de ciclovias na Avenida Talmas Rodigue Ribeiro e no bairro Cidade Continental. Também serão feitas ciclovias entre os bairros Novo Horizonte e Manguinhos, e Serra-Sede e Planalto Serrano.

ANÁLISE
Marcos Pimentel Bicalho

Carro tem limitações

O uso da bicicleta tem aumentado na maioria das capitais brasileiras, principalmente por questões ambientais e também porque as pessoas estão percebendo que o carro tem limitações como meio de transporte. Basta observar os engarrafamentos. Além disso, a discussão nacional em torno do novo conceito de mobilidade urbana não pensa apenas no carro, mas sim em estruturas e serviços integrados.

Não temos uma tradição, por exemplo, de integrar a bicicleta com o transporte coletivo. Algumas cidades como São Paulo e Rio de Janeiro, estão implementando, aos poucos, a integração com o metrô e com a balsa.

Na Grande Vitória poderia haver bicicletários nos terminais, onde o ciclista deixaria a bicicleta e faria o restante da viagem de ônibus. Na volta, ele seguiria de bicicleta do terminal para casa. A Avenida Serafim Derenzi, em Vitória, recebe vários ciclistas de bairros da redondeza. Lá poderia haver um local fechado para o ciclista guardar a bicicleta e seguir de ônibus. Essa é a tendência nacional e mundial: pensar a cidade de forma que ela possa receber diferentes tipos de transporte.

Marcos Pimentel Bicalho é superintendente da Associação Nacional de Transportes Públicos (ANTP)