

# Modalidades de transporte y promoción de la actividad física

**Luis Fernando Gómez MD MSP**  
**Fundación FES Social**

Reunión bienal CARMEN

Lima, octubre de 2009



Presentación basada en el capítulo: Salud, calidad de vida y ambientes urbanos en América Latina: las ciudades vuelven a ser importantes. Obesidad en Chile. (Universidad Católica de Chile) 2008.

Autores: LF Gómez, J Mosquera, E Jacoby,

# Desarrollo de la presentación

- a) Vínculos sistemas de transporte y salud
- b) Beneficios actividad física vinculada con transporte
- c) Sistemas de transporte y actividad física en el contexto de Bogotá
- d) Conclusiones y desafíos futuros

# Panorama general: vínculos sistemas de transporte y salud

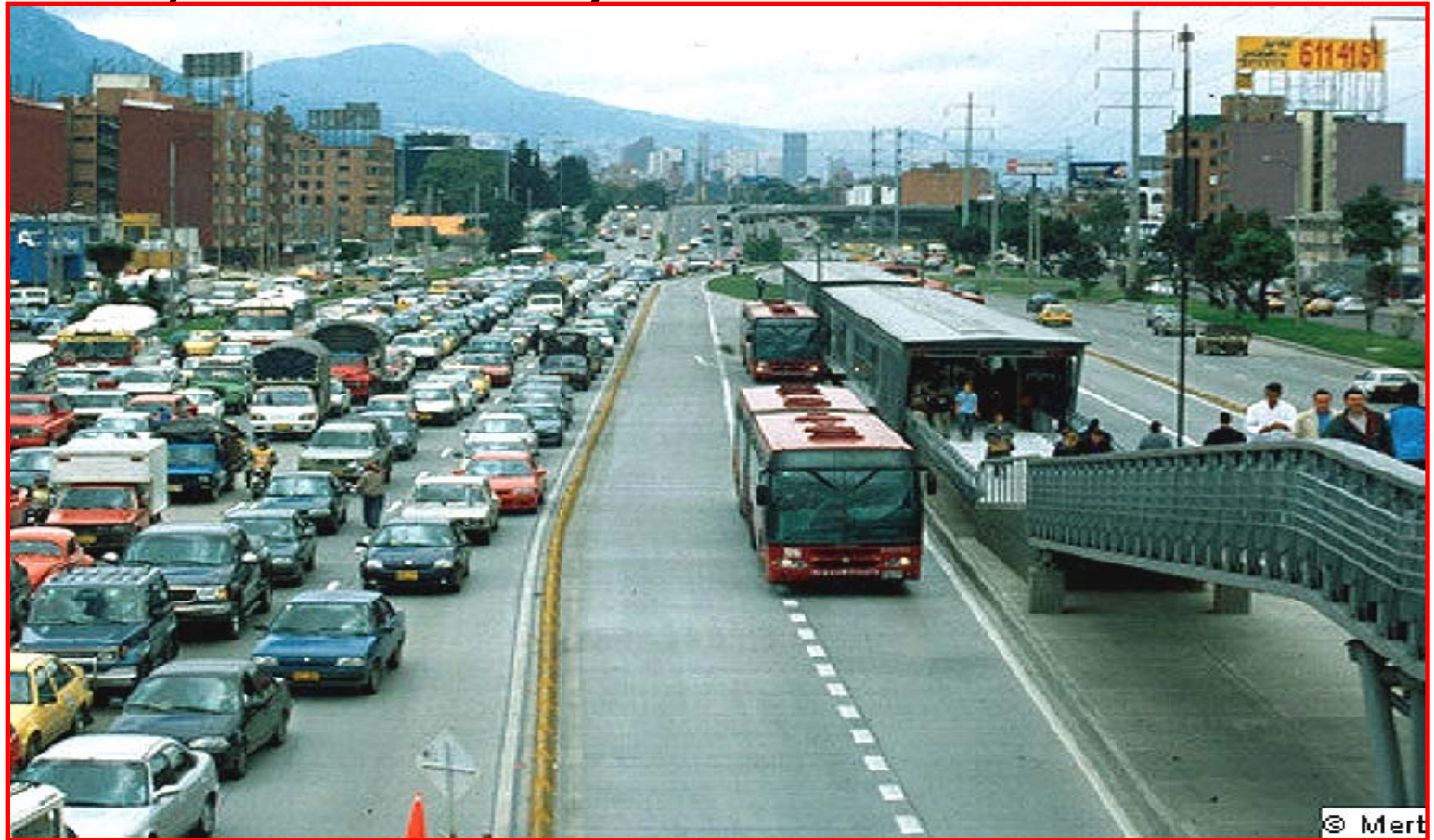
- a) Calidad del aire
- b) Inactividad física y obesidad
- c) Accidentes de tránsito
- d) Contaminación auditiva
- e) Calidad de vida relacionada con salud
- f) Cambio climático

## Caminar: prioridad en la promoción de la actividad física.

- Fácilmente incorporado a la vida diaria
- Bajo riesgo de lesiones
- Apropiación y reconocimiento de los espacios públicos
- Sensible a los atributos urbanos
- Claros beneficios en salud

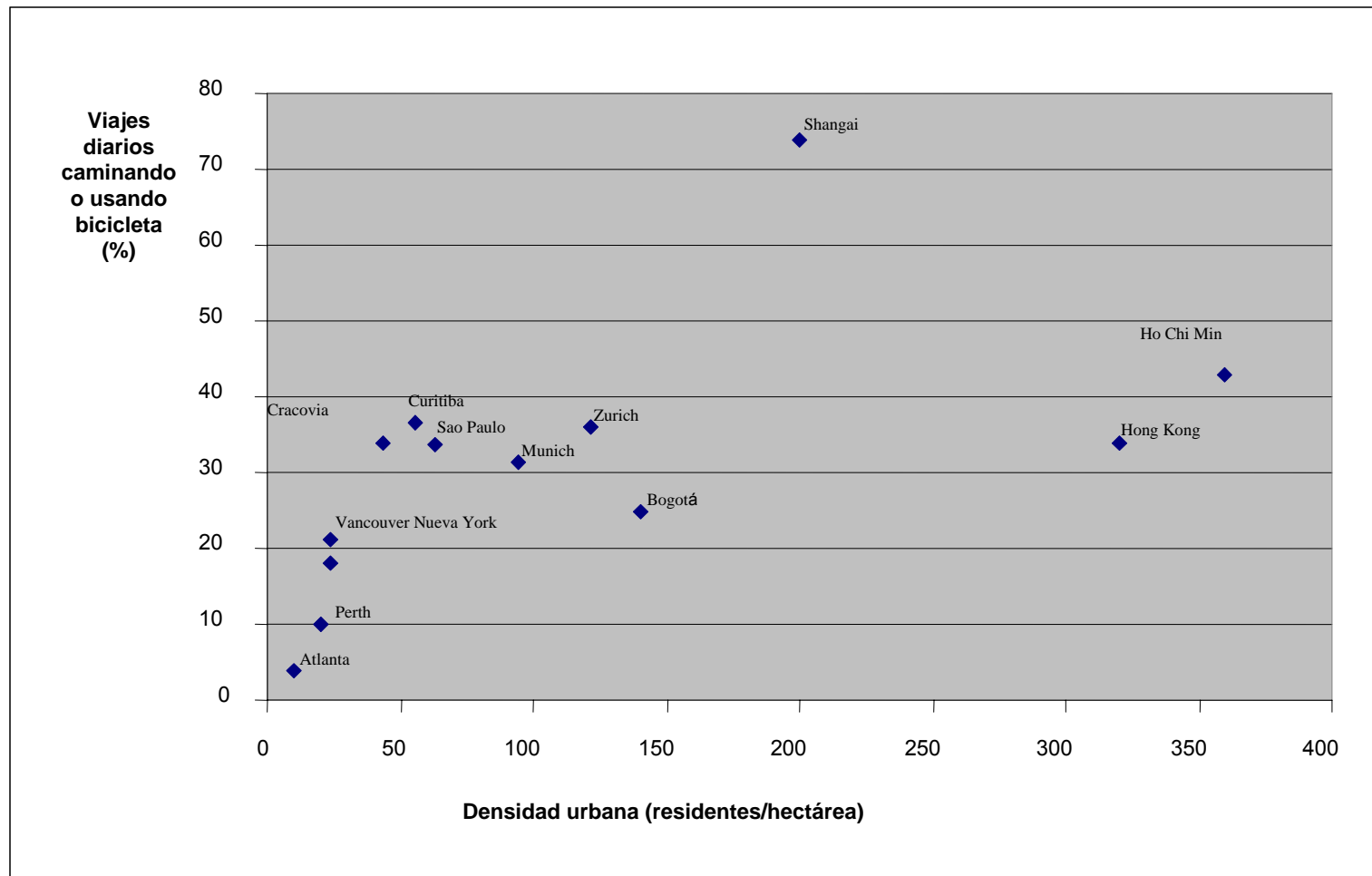
# Transporte público en Bogotá

(Tipologías: transporte público convencional, Transmilenio, alimentadores)



Fotos: Cervero R, 2003

# Densidad urbana y transporte activo (caminar y montar bicicleta) en trece ciudades



Fuente: Adaptado de Kenworthy y Laube, Murdoch University, Australia.  
Reproducido con autorización de los autores y de Worldwatch Institute, Washington DC.

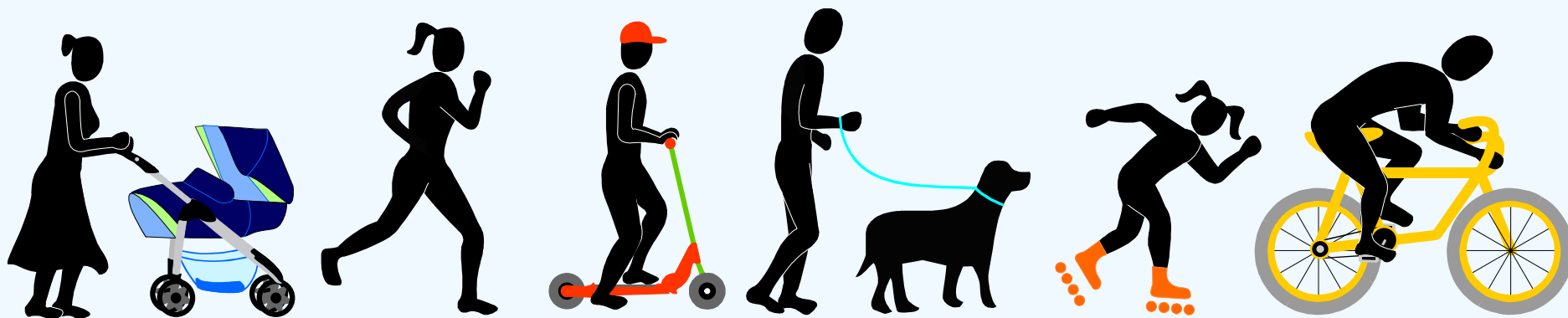


# Ciclorrutas



SIM  
POS  
IO  
COL  
OMB  
IAN  
O  
DE  
AMB  
IENT  
ES

Fotos: Mauricio Ardila



## CICLOVIAS RECREATIVAS DE LAS AMERICAS Y EL CARIBE

### Un Programa de Salud Pública



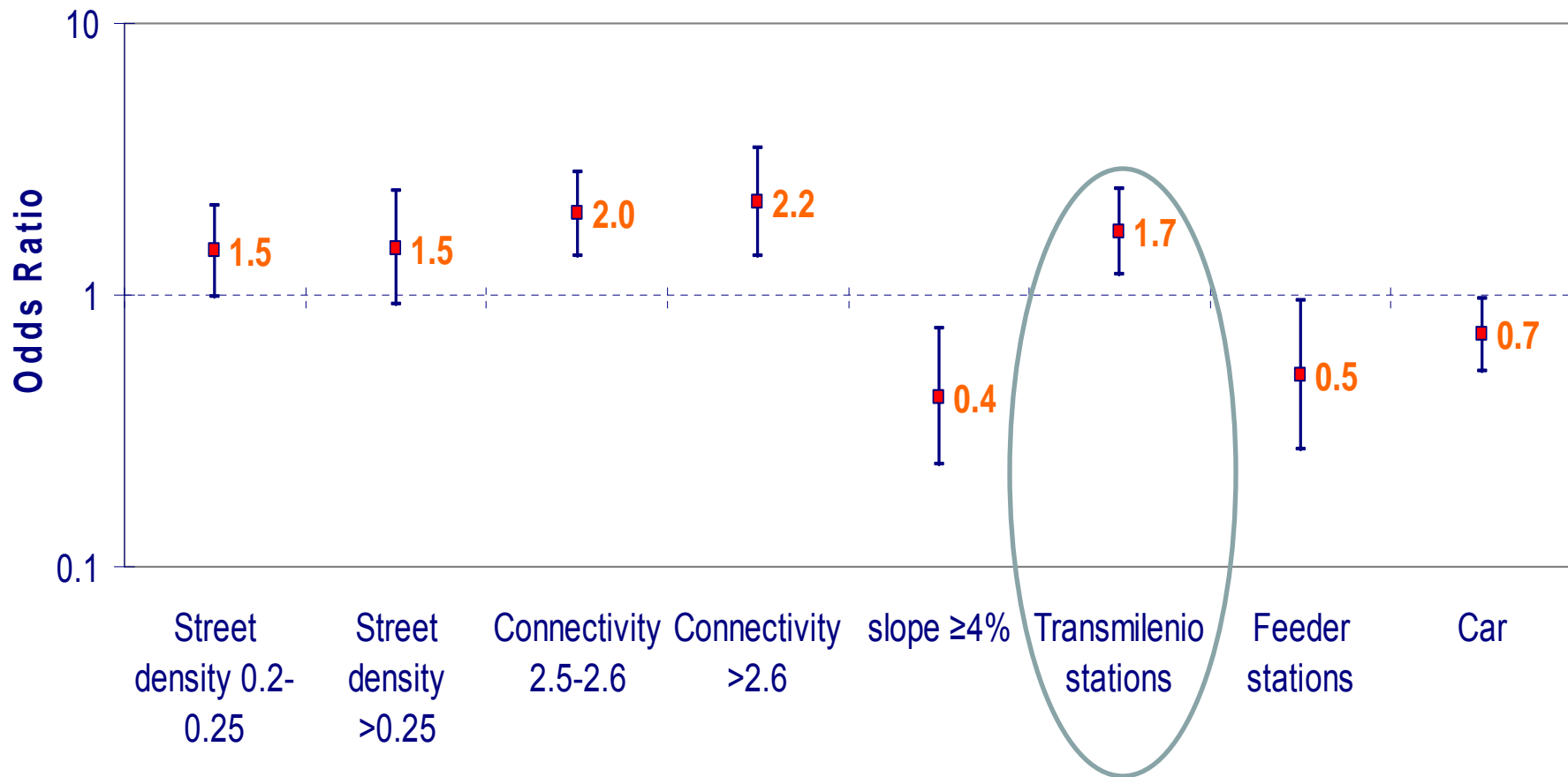
Diapositiva facilitada por Olga Lucia Sarmiento





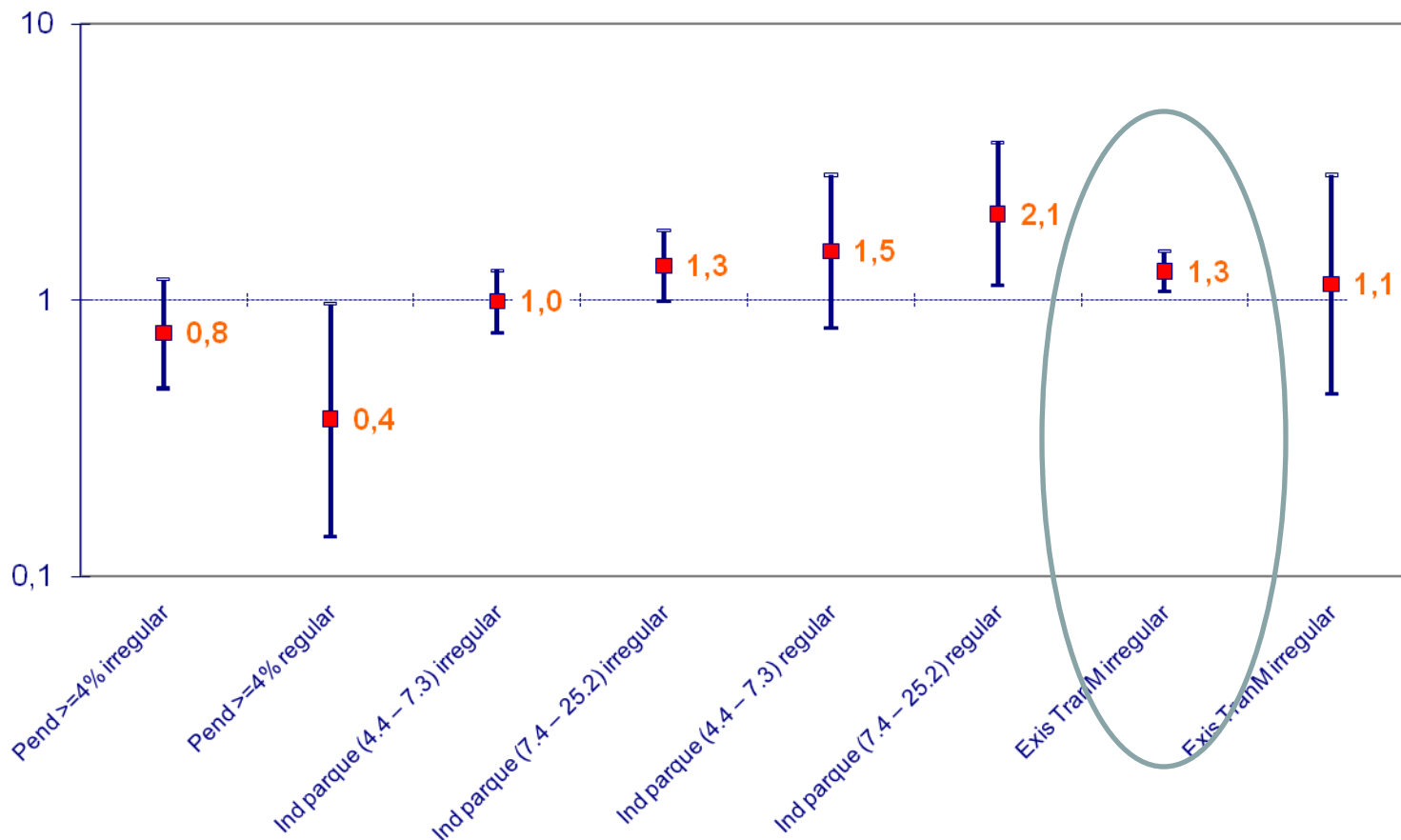
# Ambientes físicos construidos y sus asociaciones con actividad física en Bogotá (18-65 años)

# Factores asociados a haber caminado $\geq 150$ minutos por desplazamiento en la última semana. (18-65 años)



Cervero R, Sarmiento OL, Jacoby E, Gómez LF, Neiman A. 2009.

# Factores asociados a ser irregular y regularmente activo en tiempo libre. (18-65años)



Gomez LF, Sarmiento OL, Parra D, Schmid T, Pratt M, Neiman A, Jacoby E. Built environment and leisure physical activity among adults in Bogota: A Multilevel Study. Submitted in: *JPAH*.

# Vehículo automotor familiar y sobrepeso y obesidad en hombres adultos colombianos

Characteristics	Overweight			Obesity			
	Adjusted OR	CI 95%	p value	Adjusted OR	CI 95%	p-value	
Men <sup>1</sup> n = 18,428	Household car No (Referent)	1		1			
	Yes	1.6	(1.4 – 1.8)	<0.001	1.81	(1.5 – 2.2)	<0.001
	Household motorcycle No (Referent)	1		1			
Yes	1.5	(1.4 – 1.8)	<0.001	1.41	(1.2 – 1.7)	<0.001	
Any motor vehicle No (Referent)	1		1				
Yes	1.6	(1.4 – 1.8)	<0.001	1.66	(1.4 – 1.9)	<0.001	

Parra D, Lobelo F, Gomez LF, Rutt C, Schmid T, Brownson RC, Pratt M. Household Motor-vehicle and weight status among Colombian Adults: Driving Our Way towards Obesity? *Preventive Medicine*. 2009;49:179-183.

## Algunas conclusiones

- Los sistemas de transportes y los ambientes urbanos construidos que los rodean tienen una potencial influencia en la actividad física.
- Los cambios ocurridos provenían de otros sectores distintos al de salud y tuvieron motivaciones diversas.
- Construir puentes entre el sector salud y los demás sectores.

## Algunas conclusiones

- La importancia de las macro agendas, como una oportunidad de la salud pública.
- Necesidad de crear o fortalecer las organizaciones sociales independientes que aboguen por la salud pública.



# Ley 1355 de 2009

## ARTÍCULO 6°.

.....deberán llevar a cabo acciones que garanticen la **integración modal** de formas de **transporte activo** con los sistemas de transporte público, debiendo diseñar estrategias de **seguridad vial** para ciclistas y peatones, buscando, además, incrementar la disponibilidad de **espacios públicos** para la recreación activa: parques, ciclovías y recreovías.