



Piensa en EL PLANETA usa la Bici

Los Objetivos de Desarrollo Sustentable (ODS) existen para mejorar el mundo donde vivimos y así, nuestra calidad de vida. Utilizar la bicicleta es precisamente una gran forma de contribuir con tu granito de arena, lo cual se verá reflejado en tu entorno, en tu salud y en tu economía. A continuación, te mostramos algunos beneficios de utilizar la bicicleta como medio de transporte.

En tu entorno:

- Disminuyes tu huella de carbono. Esto sucede por no utilizar combustibles fósiles.
- Menos vehículos, más espacio. El exceso de automóviles produce más tráfico en las calles.
- Disminuyes el tiempo de traslado en distancias cortas y medianas.

En tu salud:

- Realizar al menos 30 minutos de ejercicio al día, te ayuda a fortalecer los músculos y prevenir enfermedades cardiovasculares.
- Reduce el estrés, ya que al hacer ejercicio segregas diferentes químicos que ayudan a regular tu estado de ánimo y mantenerte ecuánime.

En tu economía:

- Disminuye tus gastos de traslado como gasolina y pasajes.
- El mantenimiento de la bicicleta es mucho más barato que el de un auto.



Esto solo es por mencionar algunos beneficios del uso de la bicicleta. Recuerda que está en nuestras manos hacer un mundo mucho más agradable para todas y todos en el presente y futuro.

