Ricerca sui soci Fiab del Veneto. Perchè vanno in bici?

Ricerca sui soci Fiab del Veneto. Perchè vanno in bici?

“Indagine conoscitiva sui fattori stimolanti l'uso della bicicletta negli associati FIAB Veneto per la pianificazione di un progetto di comunità.”

Sono Alberto, ragazzo neo laureato, più precisamente un Assistente Sanitario (professionista della prevenzione, promozione ed educazione alla salute) e ciò che vi presento è una breve descrizione della mia tesi di laurea.

Ho deciso di prediligere il tema dell’utilizzo della bicicletta poiché, in primo luogo, è una delle mie passioni più grandi. In secondo luogo, ho notato che, all’interno dell’ambito della promozione all’attività fisica, gli studi effettuati il più delle volte sviluppano progetti e temi riguardanti “Gruppi cammino” e il “camminare”. Parimenti le iniziative preventive presenti sul territorio nazionale privilegiano lo sviluppo di progetti a sostegno dello “spostarsi a piedi” sia negli adulti e anziani (gruppi di cammino), sia nei bambini (pedibus); minore diffusione hanno le progettualità volte all’incremento dell’uso della bicicletta.

Ricerca sui soci Fiab del Veneto. Perchè vanno in bici?“Indagine conoscitiva sui fattori stimolanti l'uso della bicicletta negli associati FIAB Veneto per la pianificazione di un progetto di comunità.”

Sono Alberto, ragazzo neo-laureato, più precisamente un Assistente Sanitario (professionista della prevenzione, promozione ed educazione alla salute) e ciò che vi presento è una breve descrizione della mia tesi di laurea.

Ho deciso di prediligere il tema dell’utilizzo della bicicletta poiché, in primo luogo, è una delle mie passioni più grandi. In secondo luogo, ho notato che, all’interno dell’ambito della promozione all’attività fisica, gli studi effettuati il più delle volte sviluppano progetti e temi riguardanti “Gruppi cammino” e il “camminare”. Parimenti le iniziative preventive presenti sul territorio nazionale privilegiano lo sviluppo di progetti a sostegno dello “spostarsi a piedi” sia negli adulti e anziani (gruppi di cammino), sia nei bambini (pedibus); minore diffusione hanno le progettualità volte all’incremento dell’uso della bicicletta.

La mia domanda è questa: qual è la relazione tra i fattori psicosociali che influenzano l’uso della bicicletta? Quali sono le possibili strategie dirette a implementare e favorire l’uso della bicicletta?

L’indagine ha voluto evidenziare le motivazioni, fattori stimolanti e fattori abilitanti che spingono i ciclisti veneti associati alla FIAB ad utilizzare tale mezzi, al fine di diffondere questa buona pratica tra tutti i cittadini, in linea con gli obiettivi che l’Organizzazione Mondiale della Sanità ha definito in rapporto alle principali problematiche di salute.

L’analisi è stata possibile grazie alla somministrazione di un questionario online, recapitato tramite e-mail a tutti gli associati iscritti in una delle sedi venete; anche tu hai ricevuto il mio questionario nel mese di giugno?

Gli associati FIAB analizzati sono inclini all’utilizzo della bicicletta senza limiti di anni: il 53% ha un’età compresa tra i 50 e i 64 anni e il 12,5% ha un’età compresa tra i 65 e gli 80 anni. Paradossalmente, i giovani-adulti utilizzano meno la bicicletta rispetto ai propri nonni e genitori ed è parso opportuno intervenire su questa tematica. All’interno di questo campione troviamo più uomini rispetto alle donne; inoltre, il 95% non fuma e la bicicletta viene utilizzata principalmente per mantenere lo stato di salute, ridurre lo stress e contrastare la sedentarietà.

La bicicletta si dimostra essere un ottimo mezzo, concreto e quotidiano, per combattere la sedentarietà ed è un’attività adatta a persone di ogni età, dai bambini, nei quali favorisce lo sviluppo armonico, fino agli anziani, dei quali salvaguarda l’autonomia funzionale aiutando a prevenire le malattie dell’invecchiamento.

L’indagine ha permesso di individuare alcuni ambiti in cui agire per stimolare l’empowerment di comunità, quali le associazioni ciclistiche, le amministrazioni comunali e portatori di interesse territoriali.

Mi auguro che politiche e metodologie per la promozione dell’utilizzo della bicicletta possano essere diffuse e che la trasformazione da idea ad azione e da progetto a processo avvenga presto.

Concludo riportando la risposta di un appassionato ciclista alla richiesta di elencare i possibili ostacoli all’utilizzo delle due ruote:

“Gli unici ostacoli all’utilizzo della bicicletta sono quelli mentali.”

Alberto Lovat

TESI DI LAUREA (PDF)