

CÓMO ELEGIR UNA BICI

Para elegir tu bici deberás pensar, fundamentalmente, cuál será el uso que le darás y el medio por donde te desplazarás con ella.

Para la ciudad existen bicicletas que son más cómodas, fáciles de subir y que tienen implementos útiles como canasto o porta paquetes. Otras cuentan con la posibilidad de llevar a niños o mercaderías.

Hay modelos que son más resistentes para poder atravesar caminos accidentados.

Existen también bicicletas plegables, que son más cómodas para ser guardadas, prescindiendo de la necesidad de un estacionamiento y que son útiles además, a la hora de combinar la bici con otro modo de transporte.

Los materiales con los que están hechas y la calidad de las piezas y accesorios también son importantes, aunque siempre mejores piezas implican mayores costos. Las cubiertas cuánto más finas son, más liviano es el pedaleo, pero son más sensibles ante irregularidades en la infraestructura.

Los usos más comunes de bicicletas son:

Bicicletas de uso Urbano

De Paseo



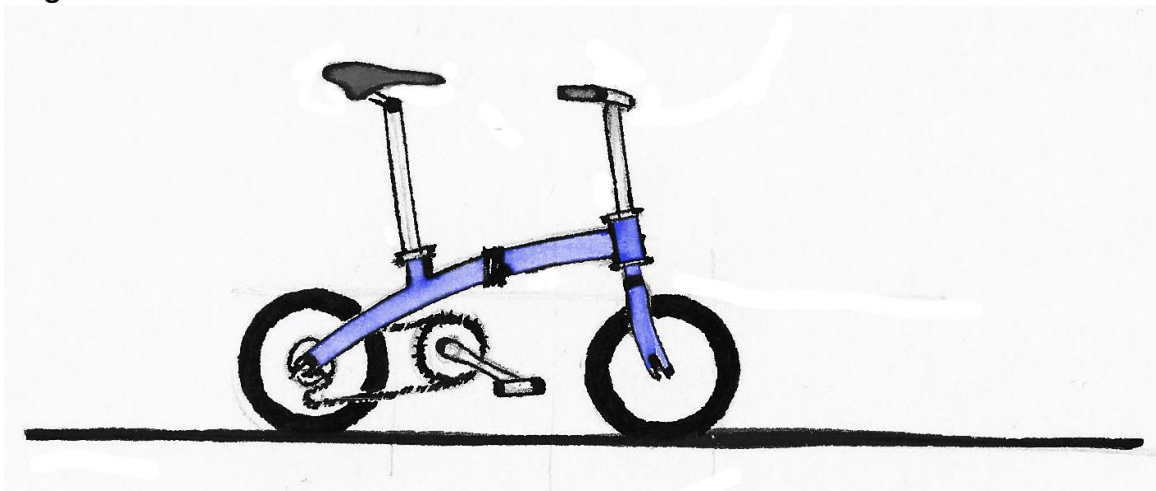
Son bicicletas cómodas y versátiles. Pueden traer accesorios destinados a mejorar la circulación en ambientes urbanos, como ser guardabarros, cubrecadena, parrilla, canasto, porta paquetes, etc.

Algunos modelos que cuenten con la posibilidad de llevar niños o cargas pueden resultar pesados para realizar mucha distancia.

Pueden utilizarse tanto en calzadas pavimentadas como en terrenos no pavimentados.

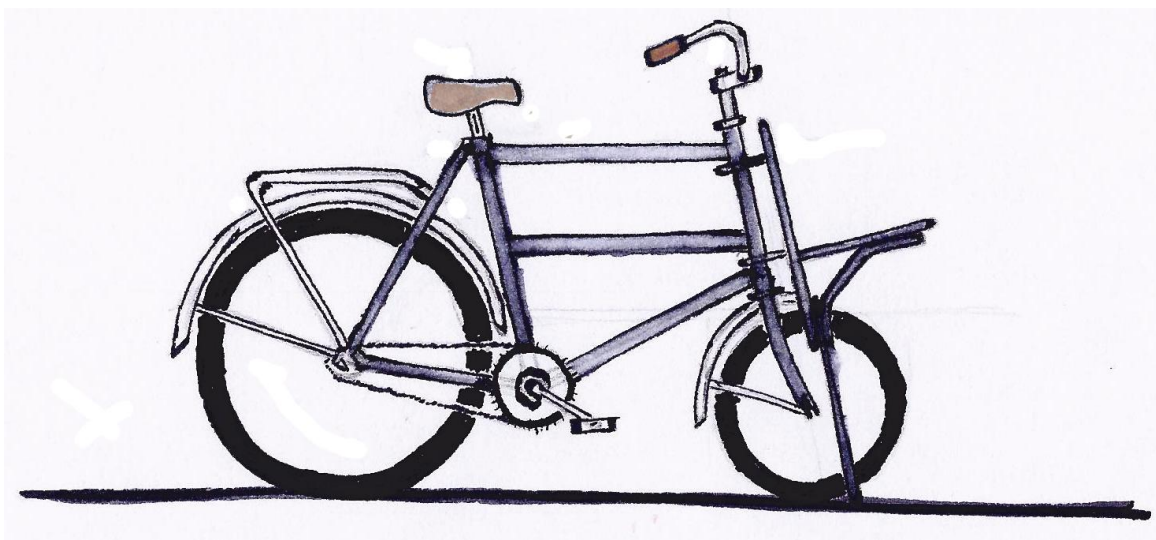
Pueden traer también marchas para hacer más eficiente el pedaleo en distintas circunstancias como ser la circulación en terrenos con pendiente o para llevar carga. La postura es más bien erguida, resultando una conducción confortable.

Plegables



Diseñada para la ciudad y para combinar su uso con otros modos de movilidad. Se dobla fácilmente en un tamaño reducido y es posible meterla en casi cualquier lugar. Son muy resistentes y cómodas, equipadas como una bicicleta urbana. Sus ruedas suelen ser pequeñas, por lo que no son recomendables para distancias largas. La postura de manejo es erguida, resultando un pedaleo confortable.

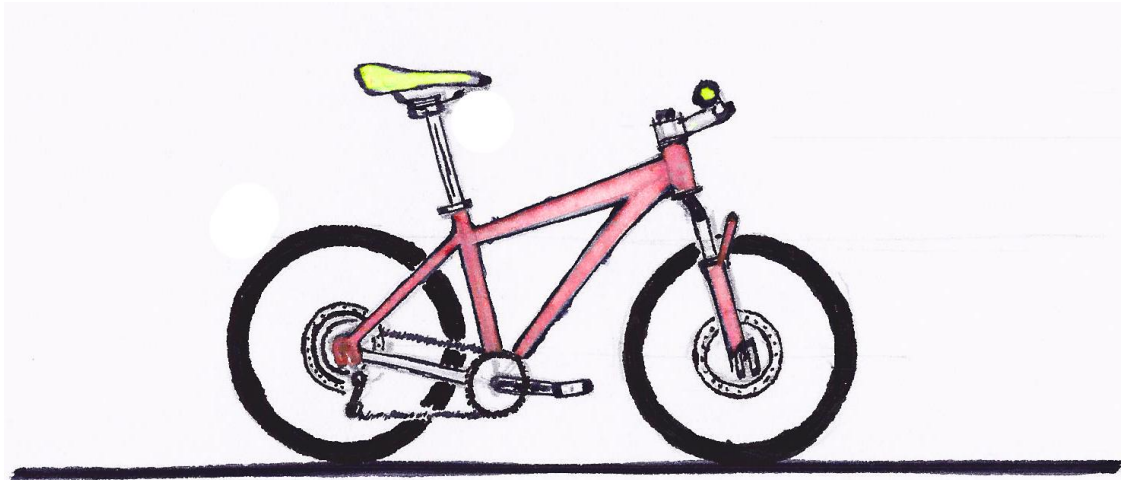
De Repartos



Son bicicletas adaptadas para llevar cargas o bultos grandes. Pueden tener carga trasera, delantera o ambas. Algunas tienen cambios para variar la fuerza de pedaleo. El modelo de tres ruedas suele ser utilizado también por adultos mayores debido a que requieren menos equilibrio y pueden detener la marcha sin apoyar los pies en el suelo.

Bicicletas de uso Recreativo y/o Deportivo

Mountain Bike o todo terreno



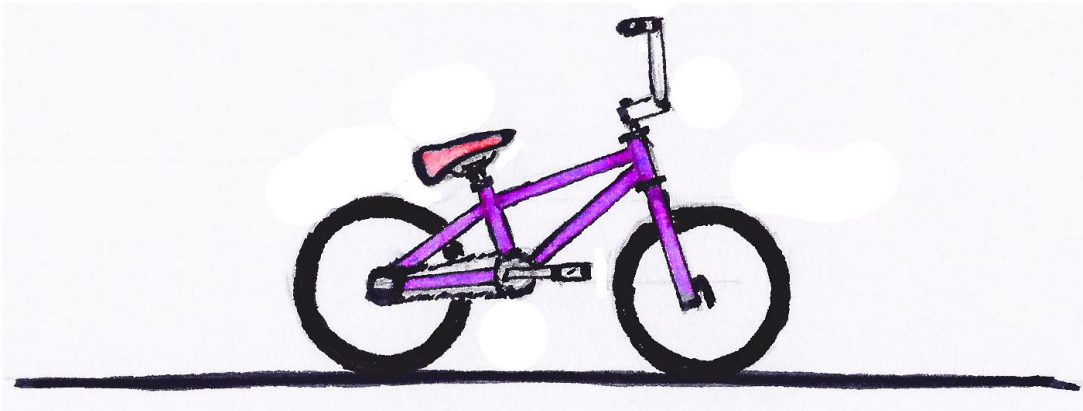
Está especialmente diseñada para circular por cualquier tipo de terreno. Su cuadro es altamente resistente. Posee llantas gruesas y cubiertas con tacos, para aumentar la adherencia en terrenos accidentados y optimizar la circulación por los mismos. Puede tener suspensión delantera y/o trasera, aunque la primera es más frecuente. Las mismas pueden aumentar la comodidad al circular por suelos accidentados, pero disminuyen la eficiencia del pedaleo.

Se recomienda prescindir de la amortiguación, al menos la trasera para uso urbano. Suelen traer incorporado mecanismo de marchas, pudiendo variar la relación plato-piñón.

La postura es inclinada hacia adelante, lo que las hace poco confortables para el uso urbano.

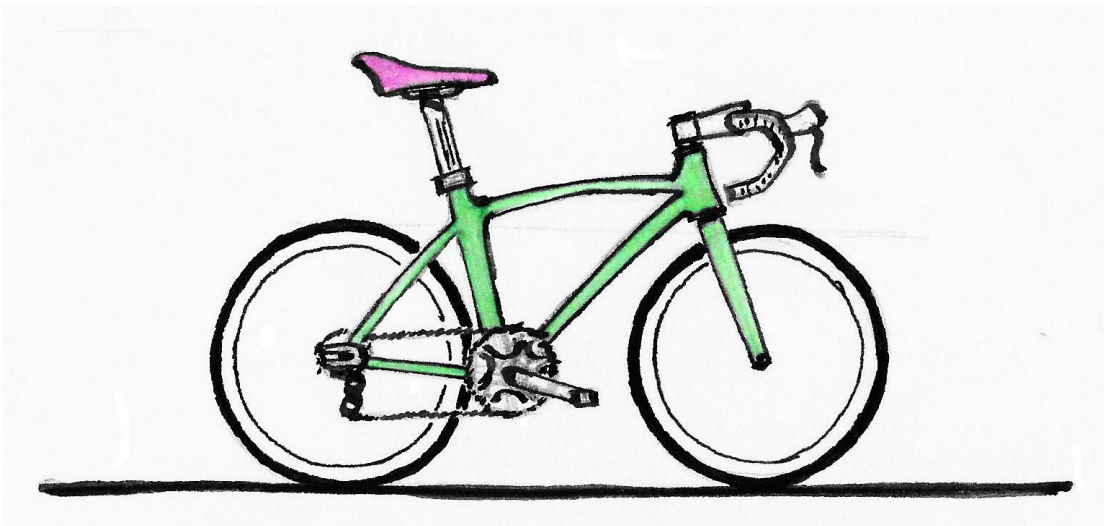
En uso urbano también hay que tener en cuenta que muchos modelos tienen cierre rápido en las ruedas, lo que las hace vulnerables al robo. En ese caso habría que amarrar la bicicleta con al menos 2 cadenas para asegurar ambas ruedas y el cuadro.

Bici Cross (BMX)



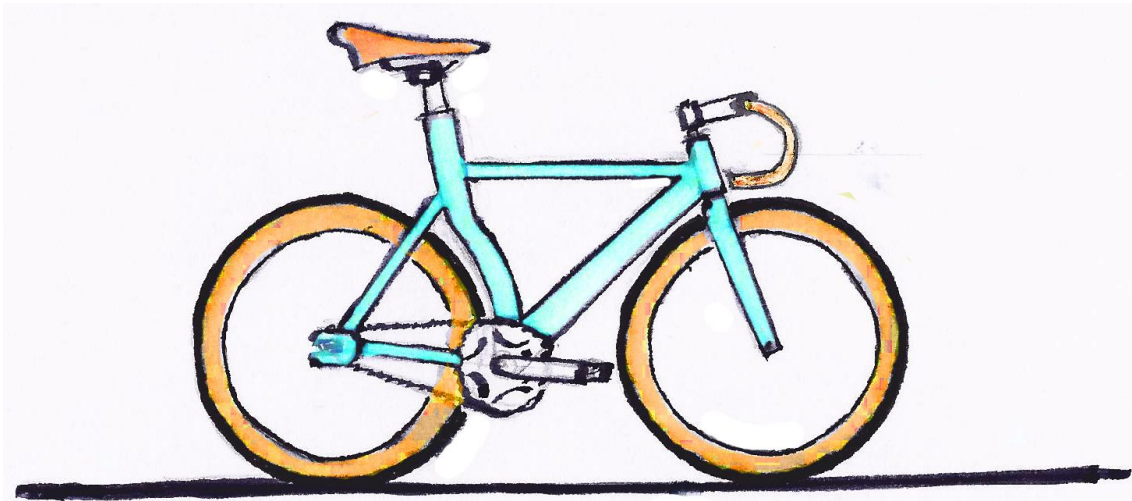
Este modelo es generalmente más elegido por niño o jóvenes. Es ideal para realizar acrobacias debido a su pequeño tamaño, que facilita su control y manipulación. Son muy resistentes. Este tipo de bicicleta se utiliza para competencias de Bicicross, también se usan para competencias de Freestyle (estilo libre), donde el ciclista se encarga de hacer piruetas de diversa índole con su bicicleta, saltar rampas, sortear obstáculos y cualquier ocurrencia que este pueda hacer con su vehículo de dos ruedas. No son muy recomendables para uso urbano. La postura de manejo varía, ya que algunas ni siquiera poseen asiento.

De Ruta



Es la bicicleta utilizada para las competencias de velocidad y distancia. Esta es la bicicleta que podemos apreciar en competencias de la talla del Tour de Francia. Su diseño está concebido para cortar las barreras aerodinámicas y poder generar mayor tracción en pista o en carretera. Son muy ligeras. La postura de manejo es inclinada al frente, aunque la forma del manubrio permite distintos modos de sujeción, variando la postura.

De Piñon fijo (Fixie) o De Pista



Para ciclistas avanzados. Su origen son las pruebas de velocidad. Están hechas con materiales muy ligeros o cuadros de pista de acero reciclados, desprovistas de cualquier accesorio. Su sistema de tracción sin rueda libre requiere de mucha habilidad y fuerza en las piernas, ya que su modo de utilización difiere mucho del de las bicicletas de piñón libre. La posición del ciclista es inclinada al frente.

Su diseño es muy similar a la bicicleta de ruta, se diferencia en que la de pista es de dimensiones un poco más amplias que la de ruta. Esta bicicleta se utiliza exclusivamente para competencias de velocidad en óvalos de carreras o velódromos, que son pistas especialmente diseñadas para producir las máximas velocidades en este vehículo.

El siguiente cuadro resume las prestaciones de cada tipo de bicicleta

Bicicleta	Ligera	Rápida	Distancias grandes	Cómoda	Resistente	Versátil
Urbana			*	*	*	*
Montaña	*	*	*		*	*
Piñón fijo	*	*				
Plegable	*			*	*	*
Ruta	*	*	*			
BMX	*				*	
Pista	*	*				

Otra cuestión importante es el tamaño de la bicicleta, ya que si bien casi todas sus partes se pueden ajustar, el cuadro es, por lo general, de dimensiones fijas. Por esto, la medida del cuadro debe estar relacionada a la estatura y proporciones de la persona

que la valla a utilizar. Esto es debido a que una buena postura en la bicicleta hará que sea confortable y eficiente; y una buena postura depende de que el tamaño de la bici este acorde al del usuario.

Con el siguiente cuadro podrás aproximarte a tu tamaño de bici, aunque siempre tenés que probar una bici antes de comprarla, para asegurarte de que sea lo que buscas.

Estatura (cm.)	Mountain bike (pulgadas)	Bici de ruta (cm.)
1,65	14	47
1,7	16-17	51
1,75	18	53
1,8	18-19	55
1,85	20	57
1,90 o más	20-22	59-61

Fuentes:

Manual del ciclista de ciudad de México y <http://www.btt.com.ar/bicicleta/comprar-bicicleta.shtml>

Dibujos: Nicolás Baudino