

## **ESTUDIO ZURICH-RACC: “PRÁCTICA DE RUNNING EN BARCELONA DESDE UNA PERSPECTIVA DE GÉNERO”**

**El RACC y Zurich Seguros analizan la percepción de seguridad y las diferencias en los hábitos de mujeres y hombres cuando practican running en la capital catalana**

### **Un 19% de las mujeres ha sufrido acoso mientras practicaba running en Barcelona, más del doble que los hombres**

- Según el resultado de más de mil encuestas, estas situaciones violentas (físicas o verbales) se producen más en las calles mal iluminadas y con poca gente (38% en el caso de las mujeres y 29% en el de los hombres). El 56% de los episodios de acoso hacia las mujeres corredoras han sido al atardecer o por la noche.
- El 19% de las mujeres afirma que podría abandonar la práctica del running como consecuencia de situaciones de acoso y agresiones vividas, frente a solo el 10% de los hombres.
- La práctica totalidad de las mujeres (94%) toma medidas de seguridad personal como evitar vías mal iluminadas y solitarias, elegir franjas horarias con gente e ir acompañadas. El 74% de los hombres siguen también estas prácticas de protección.
- Se observa que las mujeres suelen correr más en grupo que los hombres, sobre todo cuando anochece: el 67% de las corredoras practica este deporte acompañada en horas nocturnas, mientras que solo lo hace el 35% de los hombres.
- Cuando anochece, aumenta la percepción de inseguridad en las 7 ubicaciones evaluadas. Por la noche, el parque de Montjuïc es la peor ubicación, según declara el 78% de las mujeres, que la consideran muy insegura. Collserola es el segundo sitio seleccionado como inseguro entre las mujeres (75%), mientras que para los hombres lo es el Parque de la Ciutadella (59%).
- Uno de cada cuatro runners actuales dice que no corría antes de la Covid-19 y un 22% lo hace ahora más que antes. El 47% de los corredores y corredoras encuestados afirma que ahora les preocupa más su salud que antes de la pandemia.

**Barcelona, 24 de febrero de 2022** – El RACC y Zurich Seguros presentan el estudio “Práctica de running en Barcelona desde una perspectiva de género”, que analiza la percepción de seguridad personal y los hábitos de mujeres y hombres cuando practican running en la capital catalana.

---

**Para más información:**

RACC Prensa [saladeprensa.racc.es](mailto:saladeprensa.racc.es) 93 495 50 29 [raccmedia@racc.es](mailto:raccmedia@racc.es)

Zurich: Sonia Mansilla 93 306 73 00 [prensa@zurich.com](mailto:prensa@zurich.com) [Sala de Prensa](#)

Síguenos en:



Con este estudio, se han hecho más de 10.000 observaciones y se han realizado más de 1.000 encuestas a corredores y corredoras en tres franjas diarias por la mañana, la tarde y la noche, en siete zonas de la ciudad (la avenida Diagonal, la avenida del Paral·lel, la Gran Vía, el Frente Marítimo, el parque de Montjuïc, el de la Ciutadella y Collserola). El objetivo es analizar los diferentes hábitos a la hora de practicar running según el género, conocer cuestiones relativas a su seguridad personal y vial y entender lo prioritarios que son la salud y el bienestar para este colectivo. Según las conclusiones del informe, las mujeres sufren de media más agresiones que los hombres cuando salen a practicar running y, al mismo tiempo, ellas toman más medidas de seguridad que ellos como correr acompañadas o salir en franjas horarias donde hay más gente. Asimismo, también se han analizado aquellas localizaciones de la ciudad que generan mayor inseguridad en cada uno de los dos sexos.

Correr es un deporte que se ha popularizado y ha ganado adeptos en los últimos años gracias a la apuesta de la sociedad por tener una vida más saludable, además de la libertad y flexibilidad horaria que permite esta práctica. Con la pandemia, además, crece la concienciación por la salud personal, lo que repercute también en el incremento de personas que corren. La práctica de deporte en la vía pública está condicionada por el género, pero la tendencia del running se ha analizado poco desde esta perspectiva, a pesar de la existencia de notables diferencias entre hombres y mujeres cuando corren.

El **RACC**, como Club con amplia experiencia en la elaboración de estudios que analizan la movilidad desde diferentes aspectos, y la compañía aseguradora **Zurich**, que trabaja en el cuidado y la protección de las personas, además de fomentar la vida saludable y la práctica deportiva, especialmente entre las mujeres, han elaborado este estudio con la voluntad de que sirva de referencia a las administraciones públicas y que se tenga en cuenta el género en la toma de decisiones a la hora de diseñar el espacio público. En definitiva, para contribuir a conseguir una planificación urbana y práctica deportiva sin prejuicios de género y que resulte segura para toda la población.

## 1. RESULTADOS DE LA ENCUESTA A LOS RUNNERS

### Seguridad personal

- **Un 19% de las mujeres encuestadas afirma haber sufrido acoso mientras practicaba running en Barcelona, más del doble que los hombres (9%).**
  - Los corredores y corredoras encuestados sostienen que donde se producen más estas situaciones violentas es en las calles mal iluminadas y con poca gente: el 38% en el caso de las mujeres y 29%, en el de los hombres.
  - El 56% de los episodios de acoso hacia las mujeres han sido al atardecer o por la noche, cifra que se sitúa en el 40% en el caso de los hombres.

*Para más información:*

RACC Prensa [saladeprensa.racc.es](mailto:saladeprensa.racc.es) 93 495 50 29 [raccmedia@racc.es](mailto:raccmedia@racc.es)

Zurich: Sonia Mansilla 93 306 73 00 [prensa@zurich.com](mailto:prensa@zurich.com) [Sala de Prensa](#)

Síguenos en:



- **La práctica totalidad de las mujeres (94%) asegura tomar medidas de seguridad personal cuando salen a correr. El 74% de los hombres runner también lo hacen.**
  - El 76% de las corredoras declara que evita correr por zonas mal iluminadas y solitarias; el 65% elige franjas horarias con gente y el 41% va acompañada.
  - El 56% de los varones también afirma evitar correr por zonas mal iluminadas y solitarias; el 46% dice elegir franjas horarias con gente, pero solo el 19% declara que sale a correr en compañía.
- **Todas las ubicaciones de las 7 analizadas tienen mayor percepción de seguridad durante el día. La avenida del Paral·lel (29%) y el parque de Montjuïc (28%) son las dos ubicaciones que más inseguridad generan a las mujeres durante el día.**
  - Para los hombres, Montjuïc es la primera localización donde mayor peligro perciben (32%).
- **Cuando anochece, aumenta la percepción de peligro en todas las localizaciones analizadas de Barcelona.**
  - Montjuïc es la ubicación con peor valoración: el 78% de las mujeres y el 67% de los hombres dicen considerarla muy insegura por la noche.
  - Collserola es el segundo lugar seleccionado como inseguro entre las mujeres (75%), mientras que para los hombres lo es el parque de la Ciutadella (59%).
  - El parque de la Ciutadella, el Frente Marítimo y la Av. Paral·lel son zonas donde más del 60% de las mujeres afirman sentirse vulnerables.
  - **El lugar considerado como el más seguro por la noche es la Avenida Diagonal**, aunque un 28% de las mujeres siguen considerándola insegura. Le sigue la Gran Vía, aunque es muy insegura para el 36% de las mujeres.
- **En las 7 localizaciones, las mujeres tienen una mayor sensación de vulnerabilidad que los hombres.**
  - El 78% de las mujeres considera muy inseguro correr en zonas mal iluminadas, frente al 63% de los hombres.
  - El 69% de las mujeres corredoras declaran sentirse muy inseguras si existen zonas con escasa visibilidad o arbustos. El 49% de los varones dice tener la misma sensación.
  - Cruzarse con grupos de gente genera inseguridad en el 48% de las mujeres y en el 41% de los hombres, según la encuesta.

**Para más información:**

RACC Prensa [saladeprensa.racc.es](mailto:saladeprensa.racc.es) 93 495 50 29 [raccmedia@racc.es](mailto:raccmedia@racc.es)

Zurich: Sonia Mansilla 93 306 73 00 [prensa@zurich.com](mailto:prensa@zurich.com) [Sala de Prensa](#)

Síguenos en:



- Los parques, en cambio, son percibidos como zonas seguras, según declaran el 66% de las mujeres y el 78% de los hombres.
- **El 19% de las mujeres afirma que podría abandonar la práctica del running como consecuencia de situaciones de acoso y agresiones vividas, frente a sólo el 10% de los hombres.**
  - A pesar de las situaciones adversas, el 87% de los corredores y corredoras mantienen que no se han planteado dejar de practicar este deporte.
- **Solo 3 de cada 10 runners de Barcelona encuestados conoce plataformas para correr en grupo.**
  - El 33% de las mujeres asegura que conoce este tipo de plataformas frente al 23% de los hombres. Sin embargo, son los hombres quienes más las utilizan (41% de ellos frente al 29% de ellas).
  - Por grupos de edad, el 28% de las personas entre 18 y 44 años declara conocer alguna plataforma. La cifra se sitúa en el 22% en el caso de quienes tienen más de 45 años.

## Integración de los runners en la circulación de la ciudad

- **Solo un 28% de los runners declara utilizar ropa o elementos reflectantes en condiciones de poca luz.**
  - Los hombres utilizan más que las mujeres estos elementos: un 30% de ellos los utilizan frente al 26% de ellas.
- **Los runners, cuando corren en la ciudad, deben circular por los espacios destinados a los peatones y seguir su señalética. Sin embargo, 3 de cada 10 corredores muestran desconocimiento sobre qué normativa de circulación les aplica.**
- **En cuanto a la convivencia con el resto de usuarios de la vía, los VMP son los medios que más inseguridad generan en los corredores: el 35% sienten que les generan riesgo de accidente.**
  - Por el contrario, los peatones son quienes menos sensación de peligro generan entre los corredores y las corredoras, junto con los autobuses.
  - No se aprecian diferencias significativas por géneros, aunque los hombres sienten más inseguridad frente a todos los medios de transporte en general.

## Salud y bienestar

---

**Para más información:**  
RACC Prensa [saladeprensa.racc.es](mailto:saladeprensa.racc.es) 93 495 50 29 [raccmedia@racc.es](mailto:raccmedia@racc.es)  
Zurich: Sonia Mansilla 93 306 73 00 [prensa@zurich.com](mailto:prensa@zurich.com) [Sala de Prensa](#)

Síguenos en:



- **Uno de cada cuatro runners actuales afirma que no corría antes de la Covid-19 y un 22% lo hace ahora más que antes.**
  - El 27% de las mujeres comentan que corren ahora menos que antes de la pandemia, 4 puntos por encima de los hombres (23%).
- **Actualmente, un 47% de los runners sostiene que se preocupa más por su salud que antes de la pandemia, sin diferencias relevantes entre hombres y mujeres.**
- **Las mujeres runners son más exigentes que los hombres en lo que respecta a la contaminación acústica y del aire de Barcelona.**
  - Entre ellas, el 35% declara que los niveles de ruido son aceptables, frente al 39% de los hombres.
  - El 37% de las corredoras aprueba la calidad del aire urbano, frente al 44% de ellos.

## **2. OBSERVACIONES. EL COMPORTAMIENTO DE LOS RUNNERS SEGÚN EL GÉNERO**

- **En el marco del estudio se han observado 10.185 runners en Barcelona. Las mujeres representan el 43% del total.**
  - El 39% de las mujeres practica running por la noche.
  - Durante el día se observa que el 67% de las mujeres corren solas. De noche, la cifra se reduce al 33%.
  - Los hombres durante el día corren solos en el 79% de los casos. Estos porcentajes se reducen durante la tarde y la noche, cuando se sitúa en el 65%. La diferencia no es tan acusada como en el caso femenino.
- **Las zonas donde las mujeres practican running en grupo son las de montaña y en el parque durante la noche:**
  - Más mujeres deciden correr en grupo por la noche en las calles de Barcelona respecto a las que lo hacen de día, en comparación con las zonas de montaña o el parque.
  - En Montjuïc, tanto de día como de noche, las mujeres prefieren realizar deporte en grupo.
  - En el parque de la Ciutadella, por la noche, el 73% de las mujeres observadas corre en grupo, frente al 25% que lo hace de día. En la av. Paral·lel, la cifra de gente que corre en grupo aumenta del 22% de día al 61% de noche.

**Para más información:**

RACC Prensa [saladeprensa.racc.es](mailto:saladeprensa.racc.es) 93 495 50 29 [raccmedia@racc.es](mailto:raccmedia@racc.es)

Zurich: Sonia Mansilla 93 306 73 00 [prensa@zurich.com](mailto:prensa@zurich.com) [Sala de Prensa](#)

Síguenos en:



- En la Diagonal y en el Paseo Marítimo los porcentajes de mujeres que corren en grupo por la noche son similares (en torno al 60%).
- **En cuanto a los hombres, el lugar donde corren más en grupo por la noche es, sobre todo, en la avenida Diagonal (66%).**
  - El 39% de los runners del parque de la Ciutadella corre en grupo durante la noche (19% en el día).
  - En el paseo Marítimo, la diferencia es mínima en cuanto a los hombres que corren en grupo durante el día y la noche (23% y 25% respectivamente).
  - Montjuïc y la avenida Paral·lel presentan incrementos similares de hombres que corren en grupo durante la noche: del 13% durante el día al 47% por la noche en Montjuïc y del 11% al 36% en el Paral·lel.

### 3. RECOMENDACIONES

**Para la administración pública:** sería conveniente generar un modelo de ciudad que integre la perspectiva de género. Con este enfoque se crearían espacios más seguros y entornos más agradables y reconfortantes para las personas.

- **Fomentar la diversidad de actividades en la ciudad para que haya más vida en cualquier franja horaria y para que más personas hagan uso del espacio público.**
- **Crear campañas de información para la seguridad personal y vial de los corredores en la ciudad sobre:**
  - La importancia de los elementos reflectantes.
  - Las buenas prácticas a seguir para correr en la vía pública.
- **Analizar a fondo el espacio público (calles, parques, etc.) para identificar las actuaciones necesarias para mejorar la seguridad y eliminar los puntos negros:**
  - Garantizar una correcta iluminación del espacio público (calles, parques, túneles) con una buena distribución estratégica de los elementos de alumbrado.
  - Mejorar las zonas con escasa visibilidad (escaleras, parques, zonas con arbustos, etc.).
  - Aumentar el número de semáforos con pulsador.
  - Intervenir periódicamente en las zonas abandonadas o en obras (cierre de solares y limpieza).

**Para más información:**

RACC Prensa [saladeprensa.racc.es](mailto:saladeprensa.racc.es) 93 495 50 29 [raccmedia@racc.es](mailto:raccmedia@racc.es)

Zurich: Sonia Mansilla 93 306 73 00 [prensa@zurich.com](mailto:prensa@zurich.com) [Sala de Prensa](#)

Síguenos en:



- **Fomentar la incorporación de mujeres en la toma de decisiones y en la redacción de documentos de planificación urbana.**

## Para los runners:

- **No utilizar auriculares cuando se salga a correr de forma individual.** Es mejor ser conscientes de lo que sucede alrededor.
- **Correr por zonas frecuentadas por otros corredores, peatones o vehículos.**
- **Elegir una ruta conocida y con buena iluminación.**
- **Informar a familiares o amigos del itinerario y horario de la práctica de running.**
- **Utilizar dispositivos o apps de rastreo en directo** para que alguien de nuestro entorno pueda ver nuestra localización y el progreso de la carrera.
- **Llevar ropa reflectante** en lugares sin iluminación o con mucho tráfico de vehículos; es importante ser visibles.
- **En el ámbito urbano, correr por la acera, parques o espacios verdes.** En el ámbito interurbano o rural, ir por el carril en el sentido que permita encontrarse los vehículos de cara.
- **Utilizar apps para correr en grupo**, sobre todo si es en horas nocturnas.

### **Sobre el RACC**

El RACC es una entidad que ofrece cobertura y servicios de alta calidad para atender las necesidades de más de 10 millones de personas en cualquier parte del mundo. Es especialista en la prestación de asistencia personal, familiar, mecánica, sanitaria urgente y en el hogar y tiene la mayor red de autoescuelas del Estado. Para cubrir sus necesidades, la entidad realiza más de 1.000.000 asistencias al año y gestiona cerca de 500.000 pólizas de seguros de distintos ramos. El RACC promueve una nueva cultura de la movilidad más segura y respetuosa con el medio ambiente, y tiene una gran capacidad de divulgación e influencia en aspectos relacionados con la mejora de la seguridad vial, la reducción de los accidentes y las infraestructuras.

---

### **Para más información:**

RACC Prensa [saladeprensa.racc.es](mailto:saladeprensa.racc.es) 93 495 50 29 [raccmedia@racc.es](mailto:raccmedia@racc.es)  
Zurich: Sonia Mansilla 93 306 73 00 [prensa@zurich.com](mailto:prensa@zurich.com) [Sala de Prensa](#)

### **Síguenos en:**



## Sobre Zurich

Zurich Insurance Group (Zurich) es una aseguradora líder multicanal que proporciona servicios a sus clientes a nivel mundial y local. A través de sus cerca de 55.000 empleados, ofrece una amplia gama de productos y servicios de líneas personales y de empresas, así como de vida. Entre los clientes de Zurich se cuentan particulares, pequeñas empresas, compañías medianas y grandes, así como multinacionales, en más de 215 países y territorios. El Grupo tiene su sede principal en Zúrich (Suiza), donde fue fundado en 1872. La sociedad de cartera, Zurich Insurance Group Ltd (ZURN), cotiza en la bolsa de Suiza SIX Swiss Exchange y tiene un programa de nivel I de American Depositary Receipts (ZURVY), que se negocia en el mercado extrabursátil (OTC) en OTCQX. Para más información sobre Zurich visita: [www.zurich.es](http://www.zurich.es)

El Grupo Zurich en España abrió su primera oficina en Barcelona en 1884 y cuenta con más de 130 años de historia. En la actualidad tiene cerca de 2.000 empleados repartidos por todo el territorio español y 2,4 millones de clientes con 3 millones de pólizas contratadas, lo que la convierte en una de las principales compañías del sector. Zurich Seguros está consolidada en el mercado como una compañía líder que destaca por su solidez y solvencia. Además, la compañía cuenta con algunas de las certificaciones más reputadas del mercado en el ámbito de la conciliación, como el EDGE (Certificación en Igualdad de Género), y ha sido reconocida como Top Employer durante 14 años consecutivos.

### Para más información:

RACC Prensa [saladeprensa.racc.es](mailto:saladeprensa.racc.es) 93 495 50 29 [raccmedia@racc.es](mailto:raccmedia@racc.es)

Zurich: Sonia Mansilla 93 306 73 00 [prensa@zurich.com](mailto:prensa@zurich.com) [Sala de Prensa](#)

### Síguenos en:

