

## **ESTUDI ZURICH-RACC “PRÀCTICA DE RUNNING A MADRID DES D’UNA PERSPECTIVA DE GÈNERE”**

**El RACC i Zurich Seguros analitzen la percepció de seguretat i les diferències en els hàbits de les dones i els homes quan practiquen running a la capital espanyola**

### **Un 25% de les dones ha patit assetjament mentre practicava running a Madrid, més del doble que els homes**

- Segons els resultats de més de mil enquestes, aquestes situacions violentes (físiques o verbals) es produeixen més als parcs (49% en el cas de les dones i 43%, en el dels homes). La meitat dels episodis d’assetjament cap a les dones corredores han sigut al vespre o a la nit.
- El 28% de les dones afirma que podria abandonar la pràctica del running com a conseqüència de situacions d’assetjament i agressions viscudes, enfront de només el 12% dels homes.
- La pràctica totalitat de les dones (96%) pren mesures de seguretat personal com ara evitar vies mal il·luminades i solitàries, triar franges horàries amb gent i anar acompanyades. El 74% dels homes també segueixen aquestes pràctiques de protecció.
- S’observa que les dones acostumen a córrer més en grup que els homes, sobretot quan es fa fosc: la meitat de les corredores practica aquest esport acompanyada en hores nocturnes, mentre que només ho fa el 36% dels homes.
- Quan es fa fosc, augmenta la percepció d’inseguretat a les 5 ubicacions avaluades. A la nit, Casa de Campo és la pitjor localització segons declara el 83% de les dones i el 63% dels homes, que la consideren molt insegura.
- Un 16% de runners actuals diu que no corria abans de la covid-19 i un de cada quatre ara ho fa més que abans. El 38% dels corredors i corredores enquestats afirma que ara els preocupa més la seva salut que abans de la pandèmia.

**Madrid, 24 de febrer de 2022 – El RACC i Zurich Seguros presenten l’estudi “Pràctica de running a Madrid des d’una perspectiva de gènere”, que analitza la percepció de seguretat personal i els hàbits de les dones i els homes quan practiquen running a la capital espanyola.**

Amb aquest estudi, s’han fet més de 17.000 observacions i s’han realitzat més de 1.000 enquestes a corredors i corredores en tres franges diàries al matí, la tarda i la nit en cinc zones de la ciutat (el Passeig de la Castellana, al carrer Bravo Murillo, Casa de Campo, el Parc del Retiro i Madrid Río).

**Per a més informació:**

RACC Premsa [saladeprensa.racc.cat](mailto:saladeprensa.racc.cat) 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 Premsa](#)

Segueix-nos a:



L'objectiu és analitzar els diferents hàbits a l'hora de practicar running segons el gènere, conèixer qüestions relatives a la seva seguretat personal i viària i entendre com de prioritaris són la salut i el benestar per a aquest col·lectiu. D'acord amb les conclusions de l'informe, les dones pateixen de mitjana més agressions que els homes quan surten a practicar running i alhora, elles prenen més mesures de seguretat que ells, com córrer acompanyades o sortir en franges horàries on hi ha més gent. Alhora, també s'han analitzat aquelles localitzacions de la ciutat que generen més inseguretat a cadascun dels dos sexes.

Córrer és un esport que s'ha popularitzat i ha guanyat adeptes en els darrers anys, gràcies a la voluntat de la gent de seguir una vida més saludable, a més de la llibertat i flexibilitat horària que permet aquesta pràctica. Amb la pandèmia, a més, creix la conscienciació per la salut personal, fet que repercuteix també en l'increment de persones que corren. La pràctica d'esport en la via pública està condicionada pel gènere, però la tendència del running s'ha analitzat poc des d'aquesta perspectiva, malgrat l'existència de diferències notables entre homes i dones quan corren.

El **RACC**, com a Club amb àmplia experiència en l'elaboració d'estudis que analitzen la mobilitat des de diferents aspectes, i la companyia asseguradora **Zurich**, que treballa la cura i la protecció de les persones, a més de fomentar la vida saludable i la pràctica esportiva, especialment entre les dones, han elaborat aquest estudi amb la voluntat que serveixi de referència a les administracions públiques i que es tingui en compte el gènere en la presa de decisions a l'hora de dissenyar l'espai públic. En definitiva, per contribuir a aconseguir una planificació urbana i una pràctica esportiva sense prejudicis de gènere i que resulti segura per a tota la població.

## 1. RESULTATS DE L'ENQUESTA ALS RUNNERS

### Seguretat personal

- **Un 25% de les dones enquestades diu que ha patit assetjament mentre practicava running a Madrid, més del doble que els homes (12%).**
  - Els corredors i corredores enquestats diuen que on més es produeixen aquestes situacions violentes és als parcs: el 49% en el cas de les dones i 43%, en el dels homes.
  - La meitat (48%) dels episodis d'assetjament cap a les dones han sigut al vespre o a la nit, xifra que se situa en el 45% en el cas dels homes.
  
- **La pràctica totalitat de les dones (96%) assegura que pren mesures de seguretat personal quan surten a córrer. El 74% dels homes runners també ho fan.**
  - El 76% de les corredores diu que evita córrer per zones mal il·luminades i solitàries; el 65% tria franges horàries amb gent i el 41% va acompanyada.

*Per a més informació:*

RACC Premsa [saladeprensa.racc.cat](mailto:saladeprensa.racc.cat) 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 Premsa](#)

Segueix-nos a:



- El 48% dels homes també afirma evitar córrer per zones mal il·luminades i solitàries; el 58% diu que tria franges horàries amb gent, però només el 21% declara que surt a córrer en companyia.
- Totes les ubicacions de les 5 analitzades tenen una major percepció de seguretat durant el dia. **Casa de Campo és la ubicació que més inseguretat genera a les dones i als homes durant el dia.**
  - Per contra, on més protegides se senten les dones és al passeig de la Castellana.
- **Quan es fa fosc, augmenta la percepció de perill a totes les localitzacions analitzades de Madrid.**
  - Casa de Campo és la ubicació amb pitjor valoració: el 83% de les dones i el 63% dels homes diuen que la consideren molt insegura a la nit.
  - El Parc del Retiro és el segon lloc seleccionat com a insegur entre les dones (63%), mentre que per als homes ho és el Madrid Río (39%).
  - **El lloc més segur a la nit és el passeig de la Castellana** tant per a dones com per a homes.
- **En totes les 5 localitzacions les dones tenen una sensació de vulnerabilitat major que els homes.**
  - El 80% de les dones considera molt insegur córrer en zones mal il·luminades, davant de la meitat dels homes (51%).
  - El 71% de les dones corredores declaren sentir-se molt insegures si hi ha zones amb escassa visibilitat o arbustos. El 41% dels homes diu tenir la mateixa sensació.
  - Creuar-se amb grups de gent genera inseguretat al 44% de les dones i al 30% dels homes, segons l'enquesta.
  - Practicar esport als parcs provoca sensació de perill al 27% de les dones i al 14% dels homes.
- **El 28% de les dones afirma que podria abandonar la pràctica del running com a conseqüència de situacions d'assetjament i agressions viscudes, enfront de només el 12% dels homes.**
  - Tot i les situacions adverses, el 82% dels corredors i les corredores diuen que no s'han plantejat deixar de practicar aquest esport.
- **Només el 45% dels runners de Madrid enquestats coneix plataformes per córrer en grup.**

*Per a més informació:*

RACC Premsa [saladeprensa.racc.cat](mailto:saladeprensa.racc.cat) 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 Premsa](#)

Segueix-nos a:



- El 47% de les dones assegura que coneix aquest tipus de plataformes, davant del 44% dels homes. Tot i això, són els homes qui més les fan servir (35% d'ells davant del 32% d'elles).
- Per grups d'edat, el 35% de les persones d'entre 25 i 34 anys diu que coneix alguna plataforma. Els qui menys les coneixen són els més grans de 55 anys (només el 8%).

## Integració dels runners a la circulació de la ciutat

- **Només un 47% dels runners declara que fa servir roba o elements reflectants en condicions de poca llum.**
  - Els homes utilitzen més que les dones aquests elements: un 59% d'ells els fan servir davant del 41% d'elles.
- **Els runners quan corren a la ciutat han de circular pels espais destinats als vianants i seguir la seva senyalística. Però un de cada quatre corredors (24%) mostren desconeixement sobre quina normativa de circulació els aplica.**
- **Pel que fa a la convivència amb la resta d'usuaris de la via, els VMP són els mitjans que més inseguretats generen als corredors: el 62% senten que els generen risc d'accident.**
  - Per contra, els vianants són qui menys sensació de perill generen entre els corredors i les corredores.
  - No s'aprecien diferències significatives per gèneres, tot i que els homes senten més inseguretats davant de tots els modes de transport en general.

## Salut i benestar

- **Un 16% de runners actuals diu que no corria abans de la covid-19 i un de cada quatre ara ho fa més que abans.**
  - El 7% de les dones diuen que ara corren menys que abans de la pandèmia, 6 punts per sota dels homes (13%).
- **Actualment, un 38% dels runners diuen que es preocupen més per la seva salut que abans de la pandèmia, especialment en el cas de les dones (41% davant del 37% dels homes).**
- **Els homes runners són més exigents que les dones pel que fa a la contaminació acústica i de l'aire de Madrid.**
  - Entre ells, el 36% declara que els nivells de soroll són acceptables, davant del 46% de les dones.

**Per a més informació:**  
RACC Premsa [saladeprensa.racc.cat](mailto:saladeprensa.racc.cat) 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 Premsa](#)

Segueix-nos a:



- El 41% de les corredores aprova la qualitat de l'aire urbà, enfront del 38% d'ells.

## 2. OBSERVACIONS. EL COMPORTAMENT DELS RUNNERS SEGONS EL GÈNERE

- **En el marc de l'estudi s'han observat 17.224 runners a Madrid. Les dones representen el 34% del total.**
  - El 53% de les dones practica running de nit.
  - Durant el dia, s'observa que el 70% de les dones corren soles. De nit, la xifra es redueix al 49%.
  - Els homes durant el dia corren sols en el 78% dels casos. Aquest percentatge es redueix durant la nit, quan se situa en el 64%. La diferència no és tan acusada com en el cas femení.
- **Les àrees on les dones practiquen running en grup són els parcs més grans:**
  - A Casa de Campo, tant de dia com de nit, les dones prefereixen fer esport en grup.
  - Al Parc del Retiro, a la nit el 61% de les dones observades corre en grup, en comparació amb el 39% que ho fa de dia.
  - A Madrid Río hi ha una clara diferència: de dia no hi ha necessitat de sentir-se acompanyades, però a la nit gairebé la meitat de les dones corre en grup (49%).
- **Pel que fa als homes, el lloc on corren més en grup a la nit és Casa de Campo (64%).**
  - El 38% dels runners del Parc del Retiro corre en grup durant la nit (25% durant el dia).
  - El passeig de la Castellana és l'únic lloc on hi ha més homes que corren sols durant la nit que durant el dia (del 76% al 87%).
  - En tots els punts, els homes solen córrer més sols, sense dependre d'un grup.

## 3. RECOMANACIONS

**Per a l'administració pública:** seria convenient generar un model de ciutat que integri la perspectiva de gènere. Amb aquest enfocament es crearien espais més segurs i entorns més agradables i reconfortants per a les persones.

- **Fomentar la diversitat d'activitats a la ciutat perquè hi hagi més vida a qualsevol franja horària i perquè més persones facin ús de l'espai públic.**

---

*Per a més informació:*

RACC Premsa [saladeprensa.racc.cat](mailto:saladeprensa.racc.cat) 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 Premsa](#)

Segueix-nos a:



- **Crear campanyes d'informació per la seguretat personal i viària dels corredors a la ciutat sobre:**
  - La importància d'elements reflectants.
  - Les bones pràctiques a seguir per córrer a la via pública.
- **Analitzar a fons l'espai públic (carrers, parcs, etc.) per identificar les actuacions necessàries per millorar la seguretat i eliminar els punts negres:**
  - Garantir una correcta il·luminació de l'espai públic (carrers, parcs, túnels) amb una bona distribució estratègica dels elements d'il·luminació.
  - Millorar les zones amb escassa visibilitat (escales, parcs, zones amb arbustos, etc.).
  - Augmentar el nombre de semàfors amb polsador.
  - Intervenir periòdicament a les zones abandonades o d'obres (tancament de solars i neteja).
- **Fomentar la incorporació de dones en la presa de decisions i en la redacció de documents de planificació urbana.**

### Per als runners:

- **No fer servir auriculars quan se surti a córrer de manera individual.** És millor ser conscients del que succeeix a l'entorn.
- **Córrer per zones freqüentades per altres corredors, vianants o vehicles.**
- **Triar una ruta coneguda i amb bona il·luminació.**
- **Informar familiars o amics de l'itinerari i horari de la pràctica de running.**
- **Utilitzar dispositius o apps de rastreig en directe** perquè algú del nostre entorn pugui veure la nostra localització i el progrés de la carrera.
- **Portar roba reflectant** en llocs sense il·luminació o amb molt trànsit de vehicles; és important ser visibles.
- **En l'àmbit urbà, córrer per la vorera, parcs o espais verds. En l'àmbit interurbà o rural, anar pel carril en el sentit que permeti trobar-se els vehicles de cara.**
- **Utilitzar apps per córrer en grup**, sobretot si és en hores nocturnes.

---

### *Per a més informació:*

RACC Premsa [saladeprensa.racc.cat](mailto:saladeprensa.racc.cat) 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 Premsa](#)

Segueix-nos a:



## Sobre el RACC

El RACC és una entitat que ofereix cobertura i serveis d'alta qualitat per atendre les necessitats de més de 10 milions de persones a qualsevol lloc del món. És especialista en la prestació d'assistència personal, familiar, mecànica, sanitària urgent i a la llar i té la xarxa d'autoescoles més gran de l'Estat. Per cobrir les seves necessitats, l'entitat realitza més d'1.000.000 assistències l'any i gestiona prop de 500.000 pòlisses d'assegurances de diferents rams. El RACC promou una nova cultura de la mobilitat més segura i respectuosa amb el medi ambient, i té una gran capacitat de divulgació i influència en aspectes relacionats amb la millora de la seguretat viària, la reducció dels accidents i les infraestructures.

## Sobre Zurich

Zurich Insurance Group (Zurich) és una asseguradora líder multicanal que proporciona serveis als seus clients a nivell mundial i local. A través dels seus prop de 55.000 treballadors, ofereix una àmplia gamma de productes i serveis de línies personals i d'empreses, així com de vida. Entre els clients de Zurich hi ha particulars, petites empreses, companyies mitjanes i grans, així com multinacionals, en més de 215 països i territoris. El Grup té la seva seu principal a Zuric (Suïssa), on es va fundar el 1872. La societat de cartera, Zurich Insurance Group Ltd (ZURN), cotitza a la borsa de Suïssa SIX Swiss Exchange i té un programa de nivell I de American Depositary Receipts (ZURVY), que es negocia en el mercat no organitzat (OTC) a OTCQX. Per a més informació sobre Zurich visita: [www.zurich.es](http://www.zurich.es).

El Grup Zurich a Espanya va obrir la seva primera oficina a Barcelona el 1884 i compta amb més de 130 anys d'història. En l'actualitat té prop de 2.000 treballadors repartits per tot el territori espanyol i 2,4 milions de clients amb 3 milions de pòlisses contractades, la qual cosa la converteix en una de les principals companyies del sector. Zurich Seguros està consolidada en el mercat com una companyia líder que destaca per la seva solidesa i solvència. A més, la companyia compta amb algunes de les certificacions més prestigioses del mercat en l'àmbit de la conciliació, com l'EDGE (Certificació en Igualtat de Gènere), i ha estat reconeguda com Top Employer durant 14 anys consecutius.

### Per a més informació:

RACC Premsa [saladeprensa.racc.cat](http://saladeprensa.racc.cat) 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 Premsa](#)

### Segueix-nos a:

