

LA CIUDAD SANA

El espacio público como
generador de salud y bienestar

HIRI OSASUNTSUA

Espazio publikoa osasunaren
eta ongizatearen sortzaile



SÍNTESIS DE LOS ENCUENTROS DE URBANISMO 2021

El día 25 de Noviembre del 2021 tuvo lugar en Peralta el encuentro “La Ciudad Sana. El espacio público como generador de salud y bienestar”. Este encuentro tenía como objetivo crear un espacio de debate y reflexión en torno a los retos que nos enfrentamos desde el urbanismo en nuestros pueblos y ciudades para mejorar la salud de las personas y poder abordarlos desde una acción conjunta entre los diferentes sectores institucionales, agentes sociales y económicos que apueste por la mejora de la salud de todas las personas.

En este encuentro participaron 3 ponentes dedicados al planeamiento urbano y la salud pública, con campos de estudio diferentes pero complementarios. Sus miradas, empezando por la salud urbana hasta acabar en la parte más local de un plan municipal incorporando la perspectiva de la salud, quedan reflejadas en este resumen de ideas, para que sirva como detonante de reflexiones, debates y diferentes iniciativas.

A continuación de las ponencias, se realizó un debate participativo, donde las personas asistentes pudieron debatir, profundizar y aportar reflexiones en torno a los espacios urbanos saludables. Los aspectos a destacar del debate se agrupan por temáticas concretas como son la participación,

la gran ciudad vs la pequeña ciudad, el caminar o el cambio climático.

Las ciudades y los entornos urbanos tienen una influencia muy importante en la salud y el bienestar de las personas. Aspectos como la planificación urbana, con equipamientos y zonas verdes de proximidad, la forma en que las personas nos movemos en la ciudad, la calidad ambiental y la calidad de espacios de encuentro para ser vividos por distintas edades y para diferentes usos e incluso la disponibilidad de productos saludables o de actividades de ocio, tienen una gran influencia a la hora de generar salud.

A día de hoy conocemos cada vez más cómo operan todos estos elementos sobre aspectos psicosociales **de forma directa, sobre nuestra salud física y mental.**

Para que los entornos urbanos donde habitamos sean generadores de salud y bienestar un cambio de modelo es necesario, y se está produciendo. Este cambio, inevitable, tiene que pasar por entender que estamos ante un nuevo paradigma, que los entornos urbanos no tienen que responder a antiguas necesidades. Es por ello, que hay que caminar hacia ese cambio de modelo, tomando las medidas necesarias para intervenir en los pueblos y ciudades haciéndolos más saludables.

JULIA DÍEZ

Texto: Orekari Estudio

Hoy en día, la mayoría de la población en España vive en las ciudades. En unos años, más del 70% de la población mundial vivirá en entornos urbanos y las ciudades que más crecerán serán las pequeñas y medianas ciudades como lo es Pamplona y su área metropolitana. El impacto de las ciudades en la salud es heterogéneo y diferente y responde a múltiples factores e inequidades sociales. Las diferencias entre grupos y los condicionantes sociales que nos llevan a desigualdades en salud es un aspecto a estudiar. Es necesario estudiar para poder actuar, ya que la ciudad puede afectar positiva o negativamente a la salud de las personas y muchas veces las políticas que creemos no sanitarias son las que más implicaciones tienen en la salud. Es por ello, que resulta de vital importancia trabajar de forma intersectorial y siempre teniendo en cuenta a la ciudadanía.

Artículos de interés citados en la charla:

La incorporación de la salud comunitaria en la planificación y la transformación del entorno urbano.

JOSE FARIÑA

Texto: Orekari Estudio

Desde una visión de que el planeta se está agotando ya que consumimos más recursos de la capacidad de regeneración de este, hay que cambiar el modelo de las ciudades por completo. *La vida urbana* se ha ido poco a poco destruyendo y para recuperarla hay que dejar atrás el modelo de separación de funciones y buscar el carácter de convivencia que siempre han tenido las ciudades. Una ciudad pensada para andar, la ciudad del peatón, una ciudad de proximidad debe ser el modelo al que aspirar en la búsqueda de un espacio urbano más saludable. Para ello, hace falta densidad, complejidad y contigüidad. Igual de importante la creación de espacios de convivencia, la activación del espacio público y la búsqueda de dotaciones verdes de proximidad. Para ello, no sólo es importante que existan políticas urbanas creadas gracias a políticos implicados, si no también voluntad de las instituciones de educar a la ciudadanía para poder entender la ciudad. Hay que cambiar el modo de vivir, el planeamiento y diseño urbano pueden hacerlo posible, pero sólo se puede conseguir con educación e información a la ciudadanía que va habitar esos entornos.

Guías de interés citados en la charla:

Red española de ciudades saludables.

Buenas prácticas sobre experiencias desarrolladas por los Gobiernos Locales para contar con Ciudades más Saludables.

Manual para la evaluación de Impacto en Salud de los instrumentos de planeamiento urbanístico en Andalucía.

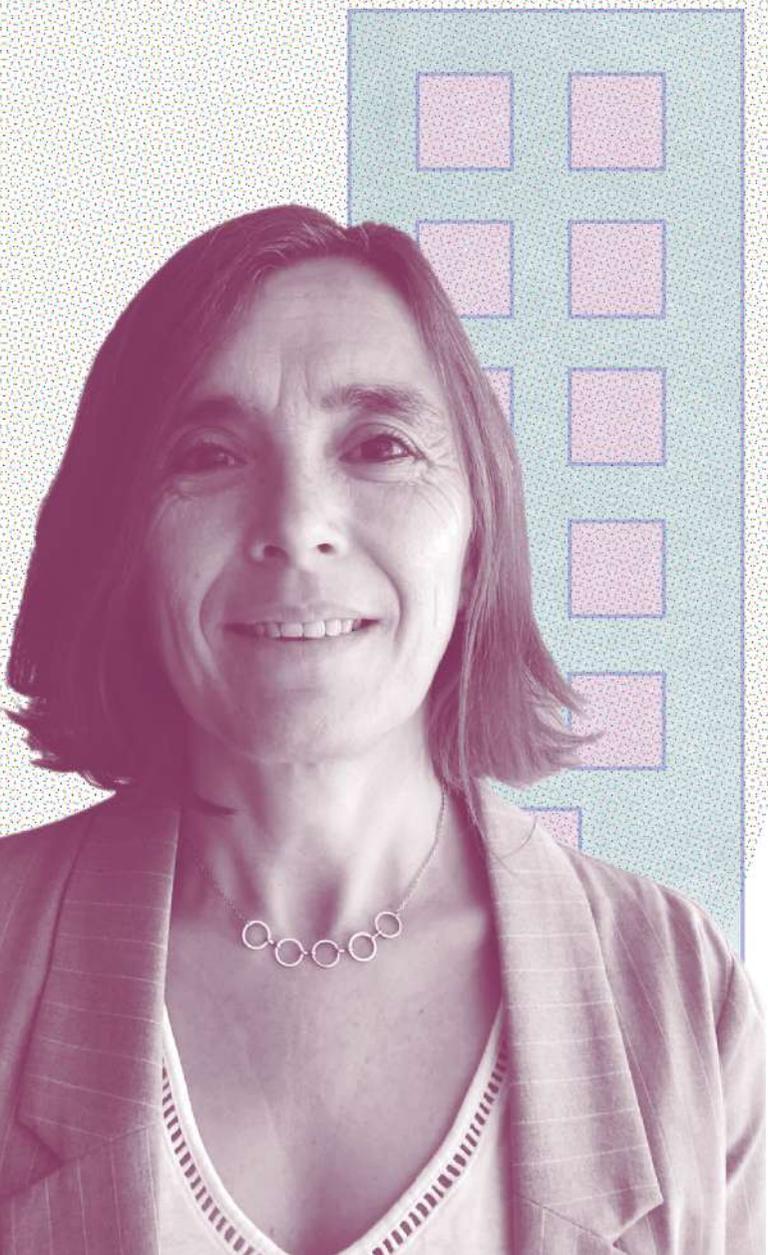
Consenso de Shanghai sobre Ciudades Saludables.

Hacia Rutas Saludables. Guía para el diseño, implementación y evaluación de un Plan de Rutas Saludables.

Participar para ganar Salud. Guía Participación Comunitaria: Mejorando la salud y el bienestar y reduciendo desigualdades en salud.

Ciudad Urbanismo y Salud.

NÚRIA OLIVER



Texto: Orekari Estudio

En 2016, la redacción del POUM de Vic Incorporó el tema de la salud. Se buscaba una ciudad donde se mejorase la calidad de vida de los habitantes y en este aspecto la salud es primordial. La Diputación de Barcelona, a pesar de contar con una guía para el diseño de espacios urbanos saludables, no había realizado nada respecto a la planificación, por lo que le pareció importante su colaboración en el POUM. También se adhirió el Centro de estudios sanitarios y sociales de la universidad de Vic con el fin no sólo de establecer las pautas generales sino ver cómo poder evaluar estas acciones que se realizaban cómo afectaban a los indicadores de salud. Además de todos los temas que trata un planeamiento urbanístico, en Vic se introdujeron 3 ejes transversales: La salud, el paisaje y la participación. En la salud no sólo había que ver cuales eran las actuaciones/acciones y ver si era posible incorporarlas en el POUM si no planificar como se podía evaluar su incidencia en la salud. Para ello, se intentó que la incorporación de la salud estuviese en todos los documentos del POUM, memoria social, diseño saludable de edificios de viviendas, uso y mantenimiento de las viviendas

(temas de gestión...). También se realizó participación ciudadana, situando la salud de los habitantes como uno de los objetivos principales. Para pasar del planeamiento urbanístico a la salud, primero se recogieron los 32 indicadores de ciudades saludables que recoge la OMS. De este modo, se compararon determinantes urbanísticos e indicadores de salud para poder saber qué determinantes tienen más incidencia respecto a cada indicador. Se seleccionaron varias actuaciones que preveía el POUM y se realizó una ficha de cada una de ellas para ver en qué determinantes de la salud tenían incidencia y qué posibles impactos podía tener en la salud física, ambiental y global, incorporando también unas recomendaciones generales para el momento de su ejecución.

Hoy en día Vic está dentro de un proyecto europeo dentro de las ciudades saludables. En él se están elaborando herramientas actualizadas para poder evaluar los indicadores de salud de las actuaciones urbanísticas, con el objetivo de ver cada actuación en qué determinantes de salud impacta más o menos.

Artículos de interés citados en la charla:

PGM de Vic

Guía para evaluar la salud en el espacio público de la Diputación de Barcelona

PARTICIPACIÓN

La participación como herramienta para acercar la ciudad a las personas que habitan ella. No sólo como parte activa a la hora de diseñar y construir las ciudades que queremos si no también intentando formar e informar acerca de todo lo que una ciudad atañe, siempre incorporando la mayor diversidad posible (mayores, mujeres, infancia, personas migrantes...).



“Los colectivos implicados de una manera u otra en un Plan Municipal son los que más participan”.

“La educación previa para una buena participación es indispensable”.

“Cómo pasar del simple interés a una participación real es clave”.

“Cuando incluyes a la ciudadanía desde el principio quizás se más fácil que la gente participe”.

“Cuando hablas de salud, al ser algo que afecta al individuo personal y directamente, a la gente le interesa más participar y se implica más que hablando de urbanismo”.

“La participación en planeamiento es complicada, al ser un tema que la población ve muy lejano porque no se perciben los resultados de forma inmediata.”

DEBATE PARTICIPATIVO

GAMINAR

Una ciudad pensada para caminar, como una de los tres aspectos clave a la hora de intentar cambiar el modelo de ciudad acercándonos a entornos más saludables. Al caminar acompaña el introducir la naturaleza en la ciudad y la búsqueda de estructuras permanentes de encuentro, participación y educación.

“La ciudad del peatón es tener las actividades más habituales cerca y que puedas ir andando”.

“El caminar nos permite tener una vinculación más sensible con el territorio. Como una estrategia de conocimiento, creando alianzas entre las artes, el urbanismo, el medioambiente”.

“Caminando mejoras la salud, física y mental. Es una forma de encontrarse con el resto de la ciudadanía, establece relaciones”.

“Las caminatas colectivas son salud, son relación, son pérdida de la soledad. Las nuevas tecnologías están ayudando a conectar a caminantes para caminar colectivamente”.

“El caminar como un hecho cultural, no sólo como un medio de locomoción”.

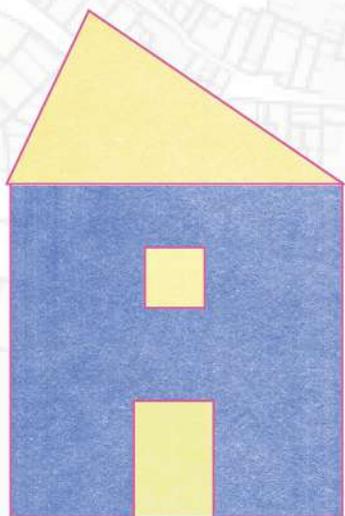
“Los paseos pueden ser una herramienta para la participación”.



DEBATE PARTICIPATIVO

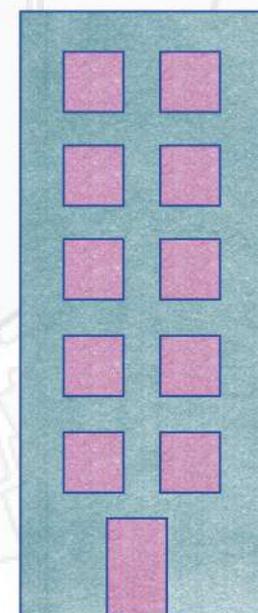
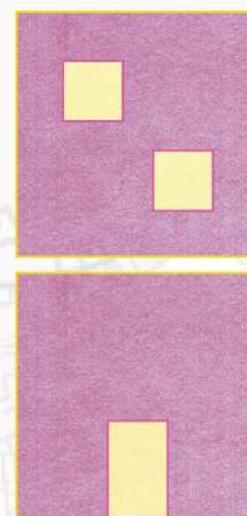
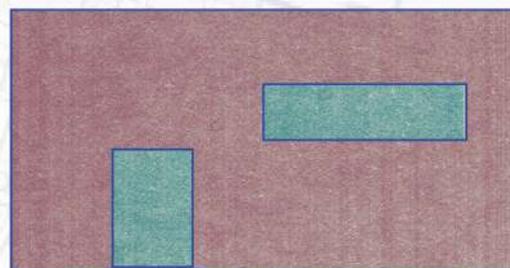
CIUDAD GRANDE VS CIUDAD PEQUEÑA

Cada ciudad, barrio o pueblo requiere su estrategia, y la escala y la densidad de cada una de ellas determinará los pasos a seguir en el camino hacia una ciudad más saludable.



“La densidad es la que hace posible que funcionen equipamientos y comercio local”.

“Habitamos un modelo de ciudad sedentario. Hay que cambiar el modelo, hay que moverse más”.



DEBATE PARTICIPATIVO

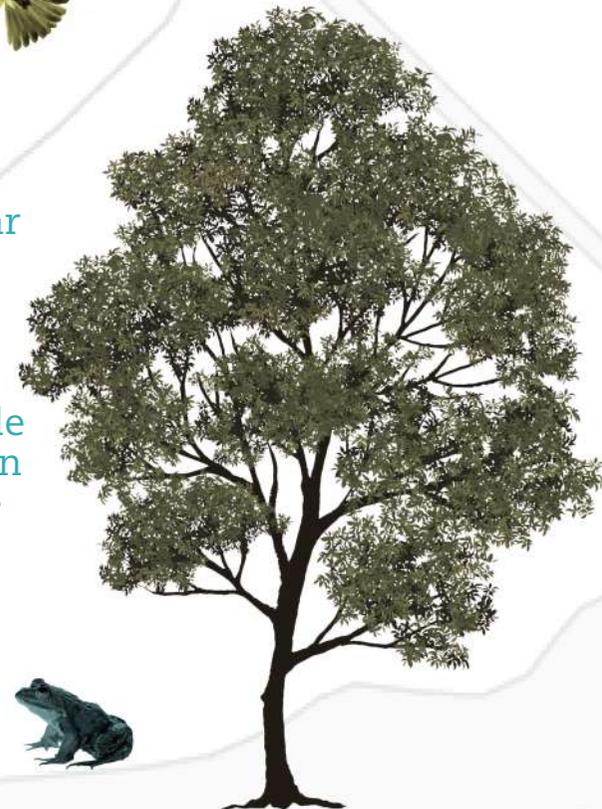
CAMBIO CLIMÁTICO

Hay que concienciar a la población de la importancia de la percepción de un riesgo aunque no vaya ser inmediato, para poder actuar la ciudadanía pueda actuar como motor de cambio en el planeamiento y a largo plazo en el cambio climático.

“En el cambio climático hay que diferenciar medidas de adaptación y medidas de mitigación. Las medidas de adaptación son más fáciles de comprender y asimilar”.

“Es difícil hacerle entender a la gente los riesgos del calentamiento global ya que no se percibe como un riesgo inmediato”.

“Hay que marcar normativas para paliar los efectos del cambio climático”.



DEBATE PARTICIPATIVO

NUEVO MODELO NUEVO PARADIGMA

“El cambio se va a producir. Hay que tener el control del cambio para que sufra el menor número de personas y poder actuar en consecuencia”.

“Es complicado económicamente adecuar y transformar el modelo de ciudad de los 70 con intervenciones urbanísticas de gran calibre”.

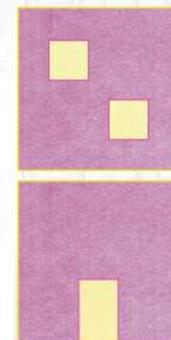
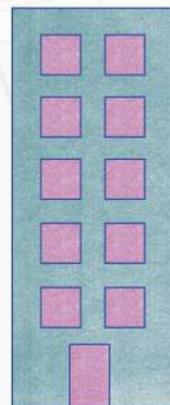
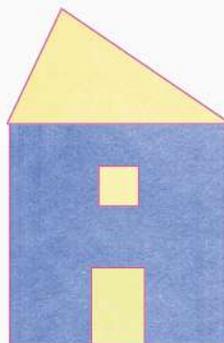
“Hay que cambiar el modelo de vida y de ciudades”.

“Propiciar los espacios de encuentro, haciendo a la ciudadanía corresponsable de su entorno es esencial”.

“Las actuaciones reversibles son muy útiles y con menores costes”.

“Cambiar el paradigma de las ciudades y los entornos urbanos es indispensable para mejorar la salud de las personas y mantener los recursos del planeta”.

“Cambiano el modelo u ordenanzas se pueden conseguir grandes cambios en las ciudades”.



PROMUEVE

Dirección General de Ordenación del Territorio, Gobierno de Navarra.

APOYA

Ayuntamiento de Peralta

COORDINACIÓN TÉCNICA Y CODISEÑO DE LOS ENCUENTROS

Orekari estudio Nasuvinsa

PONENCIAS

Julia Díez.

Doctora en Epidemiología y Salud pública. Universidad de Alcalá.

José Fariña Tojo.

Dr Arquitecto, Licenciado en Derecho, Técnico Urbanista del IEAL y Catedrático de Universidad.

Núria Oliver.

Arquitecta urbanista. Técnica de planeamiento del ayuntamiento de Vic.

PASEO TEATRALIZADO

De improviso

Compañía de improvisación teatral.

DATOS PARTICIPACIÓN

32	29	3
Asistencia presencial	Mujeres	Hombres
		78
Visualización streaming		

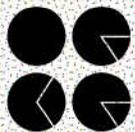
Organizan · Antolatzaileak:



Colabora · Kolaboratzailea:



Coordinación técnica
y codiseño de los encuentros



OREKARI estudio