

# CONSTRUIR ENTORNOS QUE FAVOREZCAN LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA



**La Estrategia NAOS en el ámbito local  
SALAMANCA 12 de Noviembre de 2010  
Francisco Gómez Pérez de Mendiola**



# CONSTRUIR ENTORNOS QUE FAVOREZCAN LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

- LA SALUD Y EL MODELO DE CIUDAD
- PLANIFICACIÓN URBANA E INFRAESTRUCTURAS QUE FAVORECEN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA
- PROGRESANDO EN FAVORECER LA ACTIVIDAD FISICA
- LA EVALUACIÓN DE IMPACTO EN SALUD COMO HERRAMIENTA PARA FAVORECER LA ACTIVIDAD FISICA

# LA SALUD Y EL MODELO DE CIUDAD

## Fase V Red Europea de Ciudades Saludables de la Oficina Regional Europea de la OMS (2009-2013)

*“La salud y la equidad en salud en todas las políticas locales”*

### *AREAS DE TRABAJO*

- *Entornos sociales que proporcionan apoyo y cuidados a las personas.*
- *Vivir saludablemente. Estilos de vida saludables.*
- *Diseño y entorno urbano saludable.*

# PRIMERA REFLEXIÓN

- LOS SERVICIOS DE SALUD MUNICIPALES TIENEN EL RETO DE PONER EN EVIDENCIA LA IMPORTANCIA DE LA PLANIFICACIÓN URBANA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EN LA SALUD.



# PLANIFICACIÓN URBANA E INFRAESTRUCTURAS QUE FAVORECEN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

## 1. Edificios e instalaciones donde se practican deportes o actividades físicas reguladas

1. *Equipamientos de proximidad o básicos ( Piscinas, canchas, gimnasios)*
2. *Equipamientos específicos ( Pistas de atletismo, tenis, frontones, Salas específicas, Campos de fútbol, Hockey, Golf....)*

*Se propone cuantificar la unidad de equipamiento, m2, población, m2/ n<sup>o</sup> hab, usos año*

# PLANIFICACIÓN URBANA E INFRAESTRUCTURAS QUE FAVORECEN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

2. Equipamientos e instalaciones deportivas en parques y vías públicas donde se practican actividades físicas de forma libre no supervisada
  
3. Diseño Urbanístico y Equipamiento urbano que facilita y fomenta comportamientos activos de los ciudadanos
  - *Zonas peatonales*
  - *Carriles bici, aparcamientos de bicicletas*
  - *Accesibilidad a Servicios*
  - *Accesibilidad a Áreas verdes*

*Red de Observatorios Nutricionales 2009*

# PLANIFICACIÓN URBANA E INFRAESTRUCTURAS QUE FAVORECEN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

## ■ ZONAS PEATONALES.

*Medida de Indicadores utilizados:*

- *Km. Lineales de calles peatonalizadas*
- *Longitud total de calles peatonales / Superficie total de la ciudad*

# PLANIFICACIÓN URBANA E INFRAESTRUCTURAS QUE FAVORECEN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

## ■ CARRILES BICI, APARCAMIENTOS BICICLETAS

*Medida de Indicadores:*

- *Longitud total de las vías reservadas para ciclistas*
- *Longitud total de las vías reservadas para ciclistas / Superficie total de la ciudad*
- *Nº Aparcamientos de bicicletas / 1000 habitantes*
- *Nº Aparcamientos de para bicicletas / Superficie de la zona*

# PLANIFICACIÓN URBANA E INFRAESTRUCTURAS QUE FAVORECEN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

## ■ ACCESIBILIDAD A SERVICIOS

*Medida de Indicadores:*

- *% de la población que vive a una distancia menor o igual a 300 y 500 metros de servicios básicos*

# PLANIFICACIÓN URBANA E INFRAESTRUCTURAS QUE FAVORECEN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

## ■ ACCESIBILIDAD A ÁREAS VERDES

*Medida de Indicadores:*

- *Superficie de Áreas verdes en la ciudad / Superficie total de la ciudad*
- *% de la población que vive a menos de 300 metros de una zona verde mayor de 100 m<sup>2</sup>*

# PLANIFICACIÓN URBANA E INFRAESTRUCTURAS QUE FAVORECEN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

## *Indicadores en Vitoria-Gasteiz*

- Se dispone 97 km de vías ciclistas mas 91 km de itinerarios ciclables y peatonales a través del Anillo verde
- La dotación de vía ciclista por habitante es de 0´41m / habitante
- Existen 457 aparcamientos de bicicletas con 5000 plazas de capacidad.
- Existen 46,12 m2 de zona verde por habitante.
- La ciudad dispone de 33 Km de sendas urbanas que conectan los parques urbanos y el anillo verde.
- Más del 90% de la población encuentra en un radio de 300 m los servicios que requiere habitualmente.

# PLANIFICACIÓN URBANA E INFRAESTRUCTURAS QUE FAVORECEN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

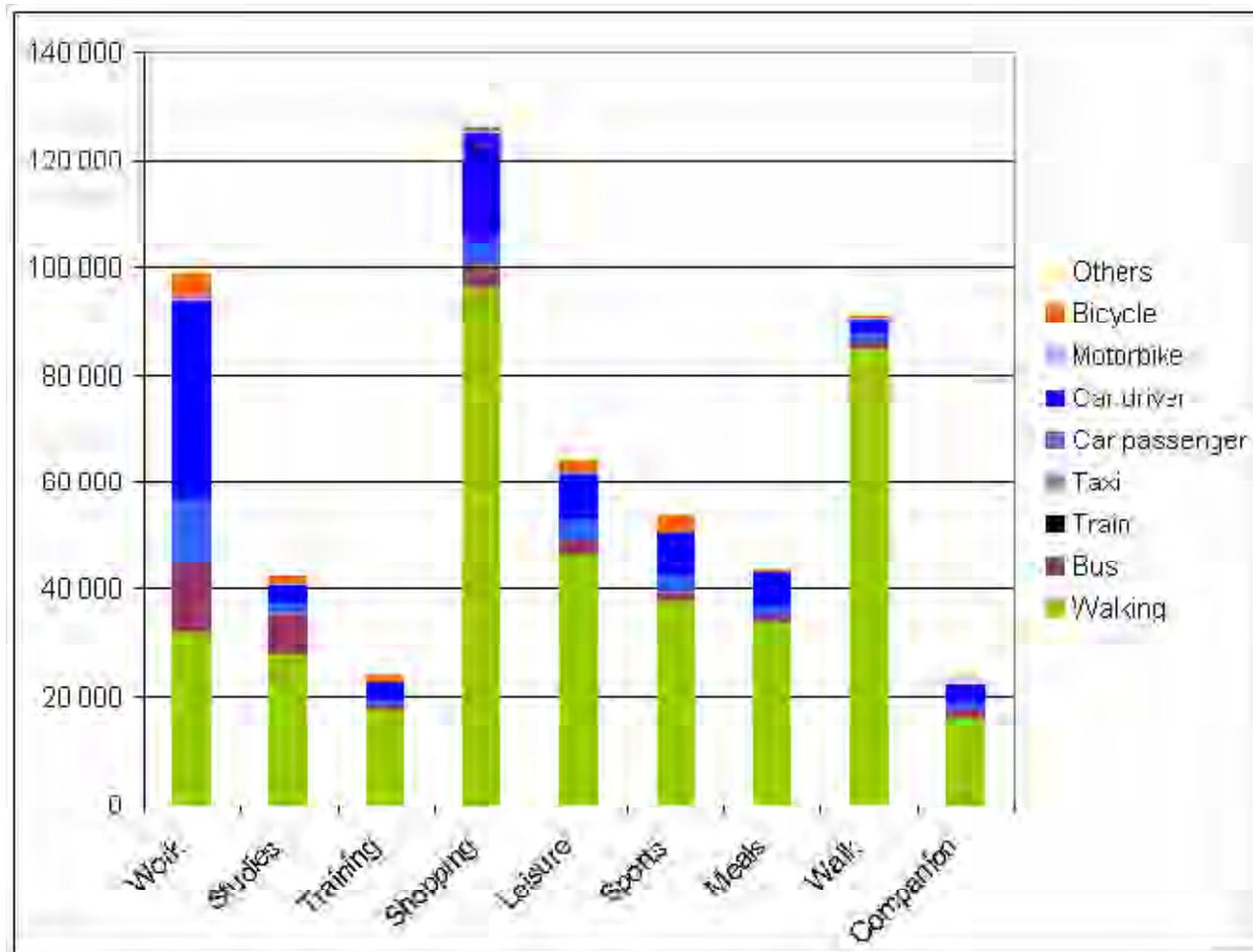
PORCENTAJE DE POBLACIÓN RESIDENTE A MENOS DE 300 Y 500 METROS DE SERVICIOS BÁSICOS Y ZONAS PÚBLICAS ABIERTAS		
	< 300 M (%) AÑO 2006	< 500 M (%) AÑO 2006
Servicios educativos	87,87	95,86
Servicios deportivos	76,76	90,09
Servicios sanitarios	53,24	86,94
Comercios	96,39	98,03
Servicios culturales	65,55	86,01
Transporte colectivo	97,76	98,62
Reciclaje	98,14	98,48
Farmacias	89,65	96,15
Entidades financieras	89,41	96,52

## SEGUNDA REFLEXIÓN

- ES PRECISO ESTABLECER INDICADORES Y UNIDADES DE MEDIDA QUE PERMITAN COMPARAR LA DISPONIBILIDAD DE INFRAESTRUCTURAS Y LA PLANIFICACIÓN URBANA ENTRE LAS DIFERENTES CIUDADES



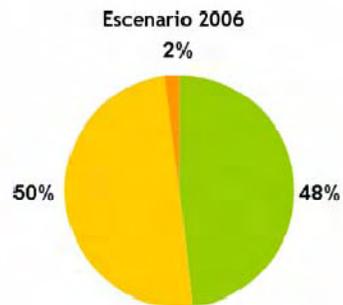
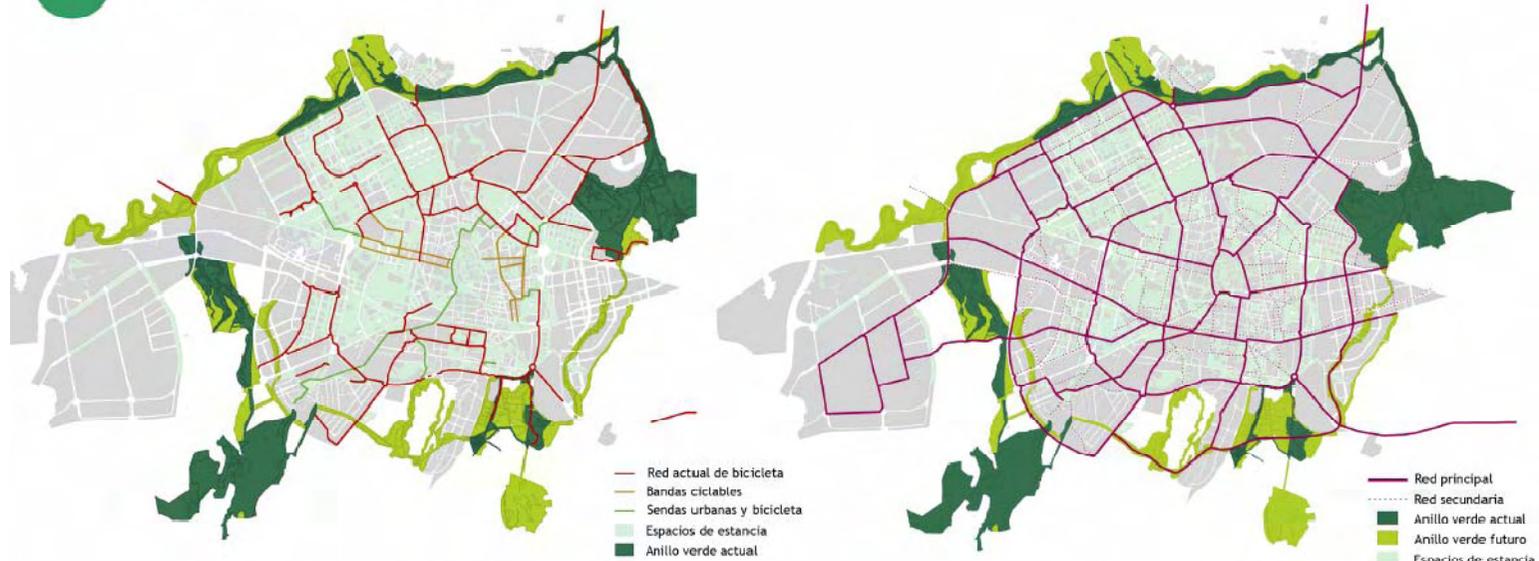
# PROGRESANDO EN FAVORECER LA ACTIVIDAD FISICA



Desplazamientos en Vitoria-Gasteiz

# PROGRESANDO EN FAVORECER LA ACTIVIDAD FÍSICA

## Red de bicicleta



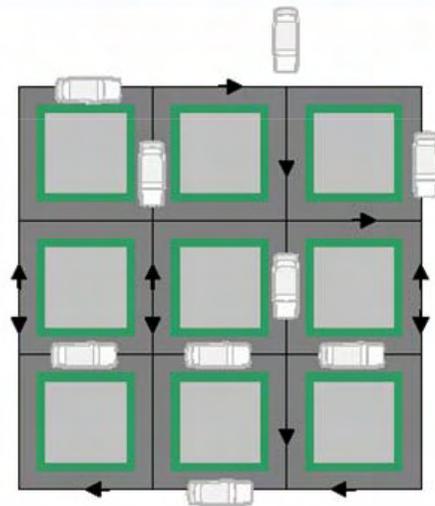
Accesibilidad global  
 (% de población)

- < 10 min.
- 10 - 15 min.
- 15 - 20 min.

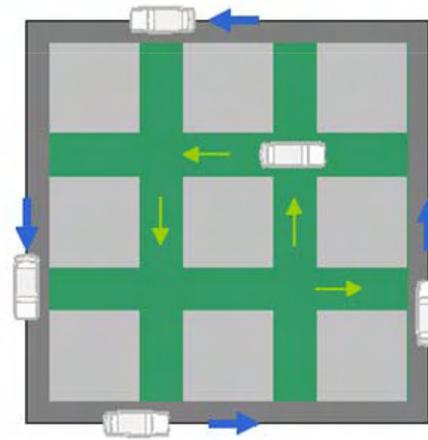


# PROGRESANDO EN FAVORECER LA ACTIVIDAD FÍSICA

Convencional



Con supermanzanas



- Ejes actuales
- Ejes red básica
- Ejes interior de supermanzana
- Coche privado y TP
- Residentes, emergencia, servicios, CyD
- Red básica
- Calles pacificadas

# PROGRESANDO EN FAVORECER LA ACTIVIDAD FÍSICA

Red básica vehículo motorizado

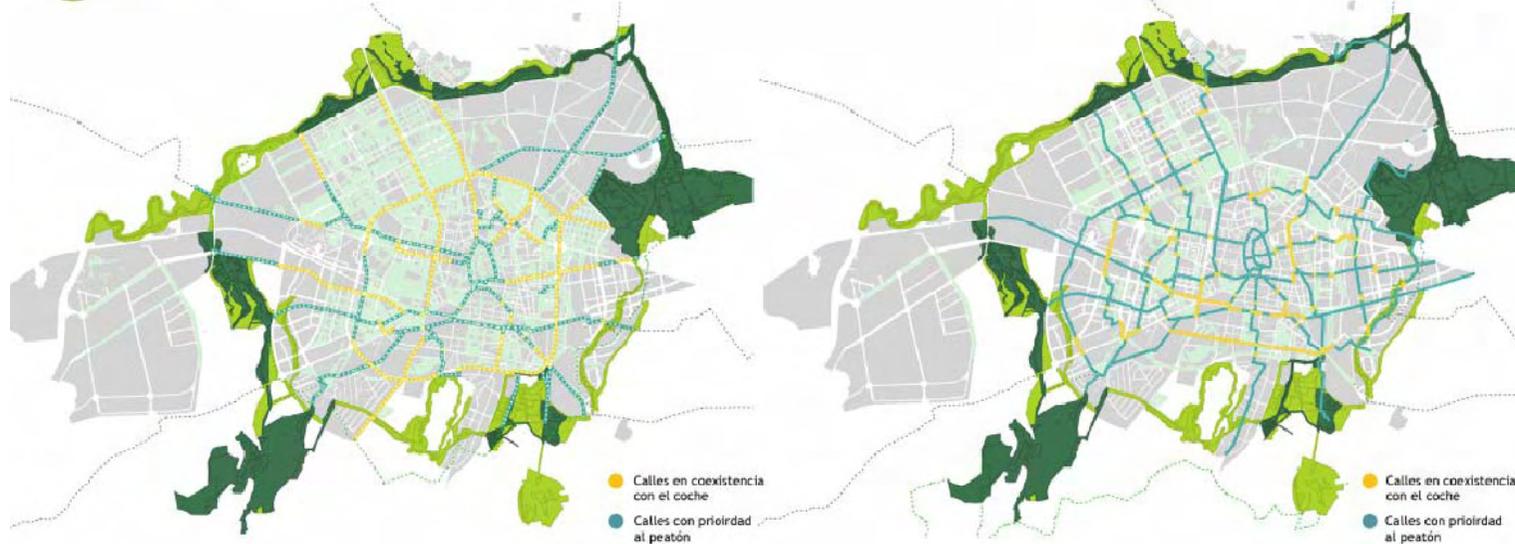


● Red básica tránsito vehicular  
 ● Calles con prioridad al peatón

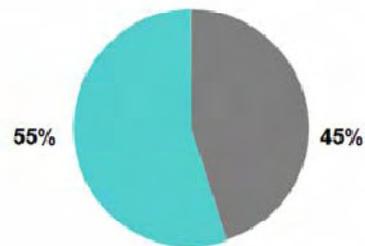


# PROGRESANDO EN FAVORECER LA ACTIVIDAD FÍSICA

## Red de Sendas Urbanas

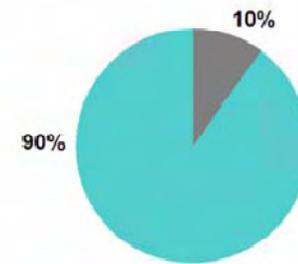


Escenario 2006



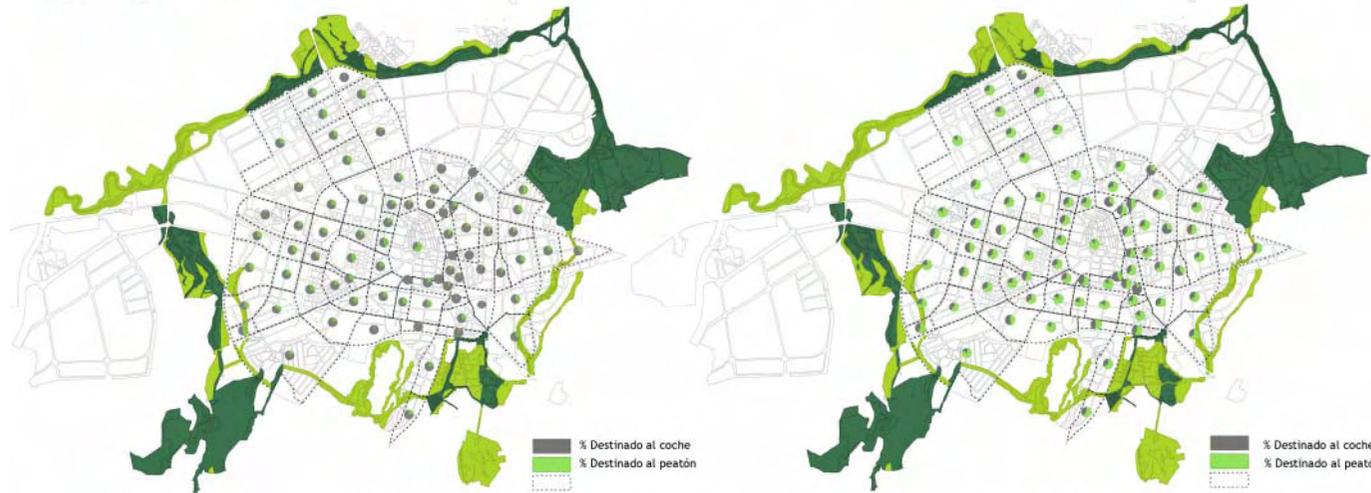
● Sendas en coexistencia con el coche  
● Sendas con prioridad para peatones

Escenario futuro con supermanzanas

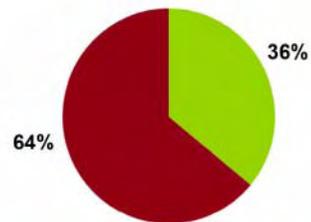


# PROGRESANDO EN FAVORECER LA ACTIVIDAD FÍSICA

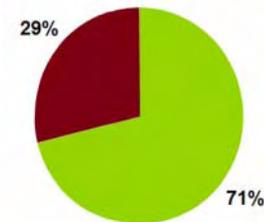
  Reparto del espacio público



Escenario 2006



Escenario futuro con supermanzanas



● Espacio público destinado al coche  
 ● Espacio público destinado al peatón

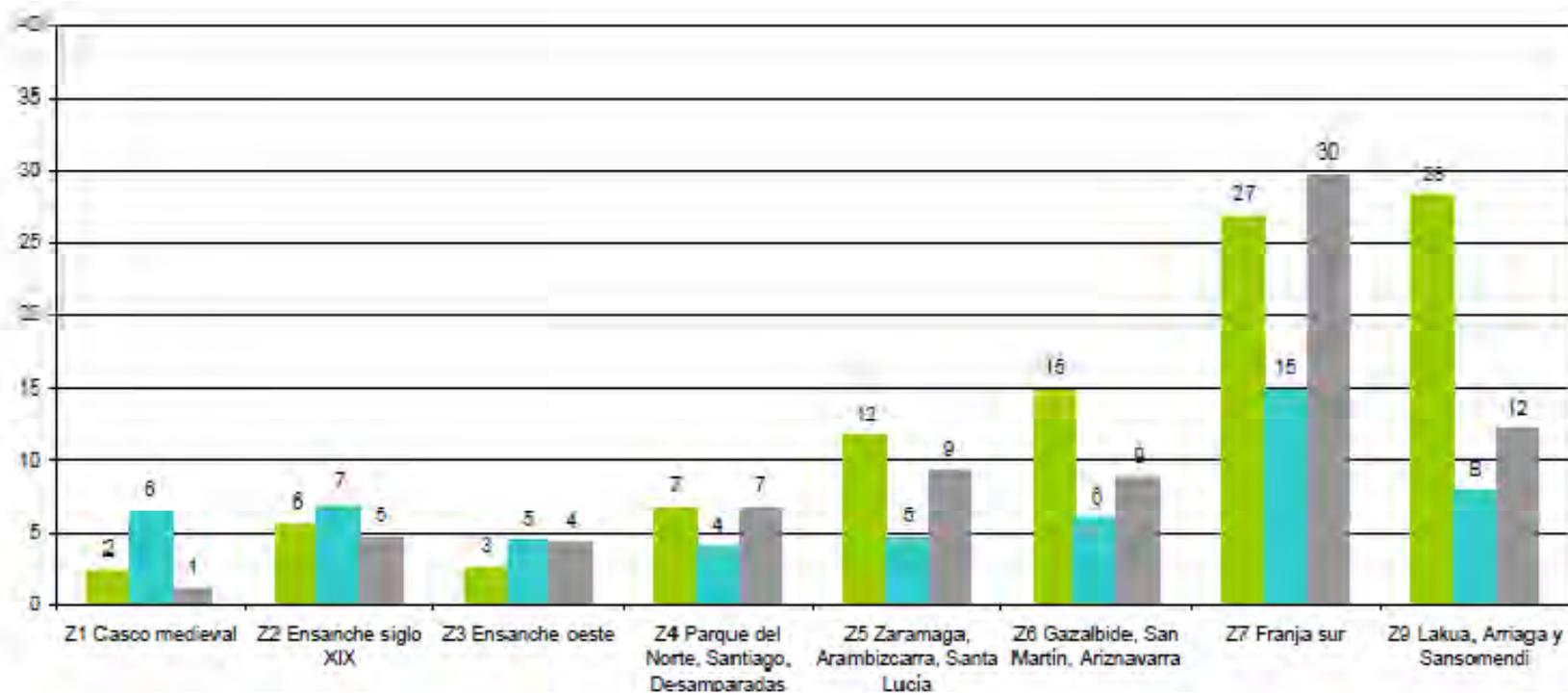
# PROGRESANDO EN FAVORECER LA ACTIVIDAD FÍSICA

## Plan de aparcamientos disuasorios

Para evitar que los flujos de tráfico exterior penetren en la ciudad, se ha dispuesto de 6 aparcamientos disuasorios que cuentan con 5.500 plazas de aparcamiento, conectados con el transporte público de Vitoria-Gasteiz.

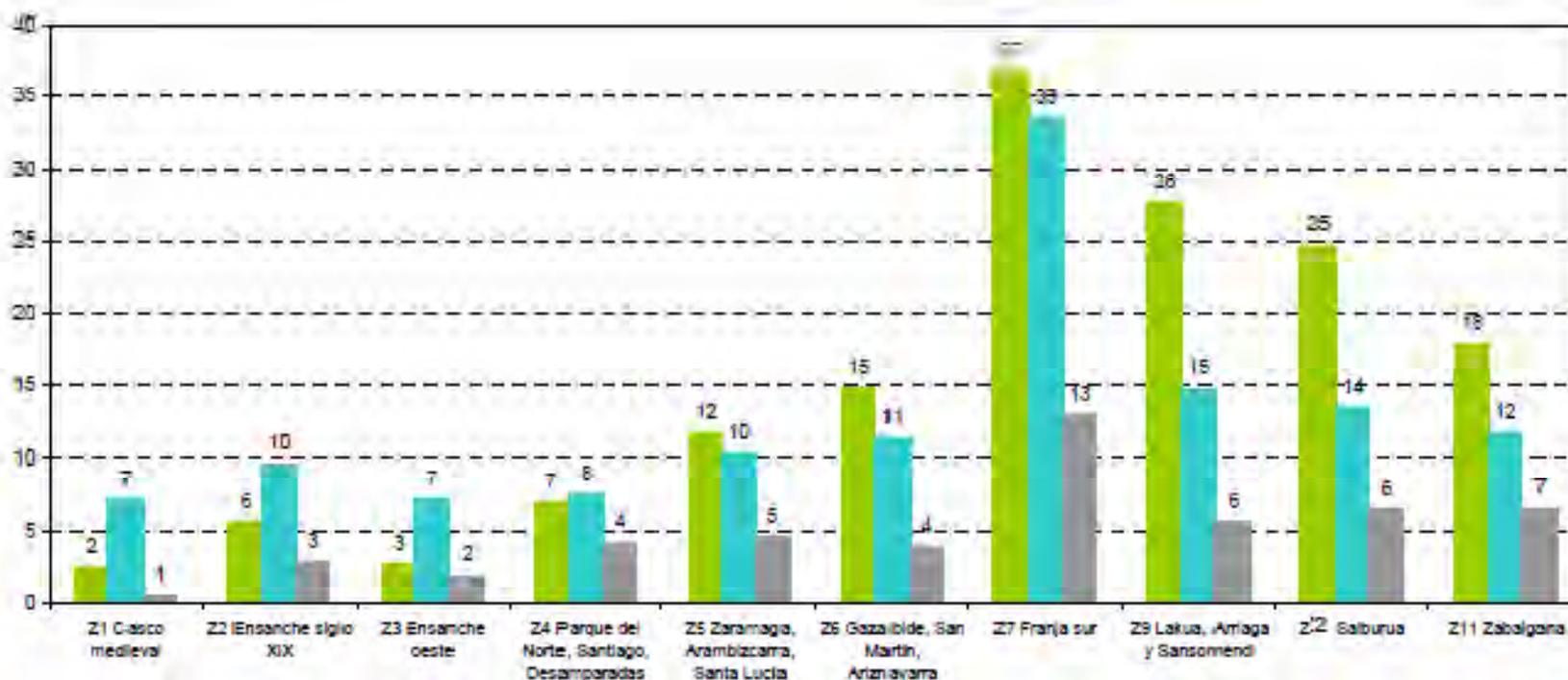


# PROGRESANDO EN FAVORECER LA ACTIVIDAD FÍSICA



*Distribución actual en m2 del espacio público por distrito. Las áreas verdes se muestran en verde, las plazas y aceras en azul y el espacio para el vehículo privado en gris*

# PROGRESANDO EN FAVORECER LA ACTIVIDAD FÍSICA



*Distribución futura en m2 del espacio público por distrito. Las áreas verdes se muestran en verde, las plazas y aceras en azul y el espacio para el vehículo privado en gris*

## TERCERA REFLEXIÓN

- ES PRECISO QUE LAS CIUDADES INCORPOREN EN SUS PRIORIDADES EL FACILITAR EL DESPLAZAMIENTO ACTIVO DE LA CIUDADANÍA.



# LA EVALUACIÓN DE IMPACTO EN SALUD COMO HERRAMIENTA PARA GARANTIZAR LA ACTIVIDAD FÍSICA



# LA EVALUACIÓN DE IMPACTO EN SALUD COMO HERRAMIENTA PARA GARANTIZAR LA ACTIVIDAD FISICA

¿Qué es una Evaluación de Impacto en Salud (EIS)?

“Una combinación de procedimientos, métodos y herramientas mediante los cuales se puede *juzgar* una política, programa o proyecto respecto a su efecto potencial sobre la salud de la población y la distribución de efectos sobre la población”

*WHO Gothenburg Consensus Paper, 1999*

# LA EVALUACIÓN DE IMPACTO EN SALUD COMO HERRAMIENTA PARA GARANTIZAR LA ACTIVIDAD FISICA

- **Marco de referencia sistemático.**
- **Multidisciplinar.**
- **Intersectorial.**
- **Manejo de información cuantitativa y cualitativa.**
- **Orientación hacia las desigualdades de salud.**
- **Participación.**





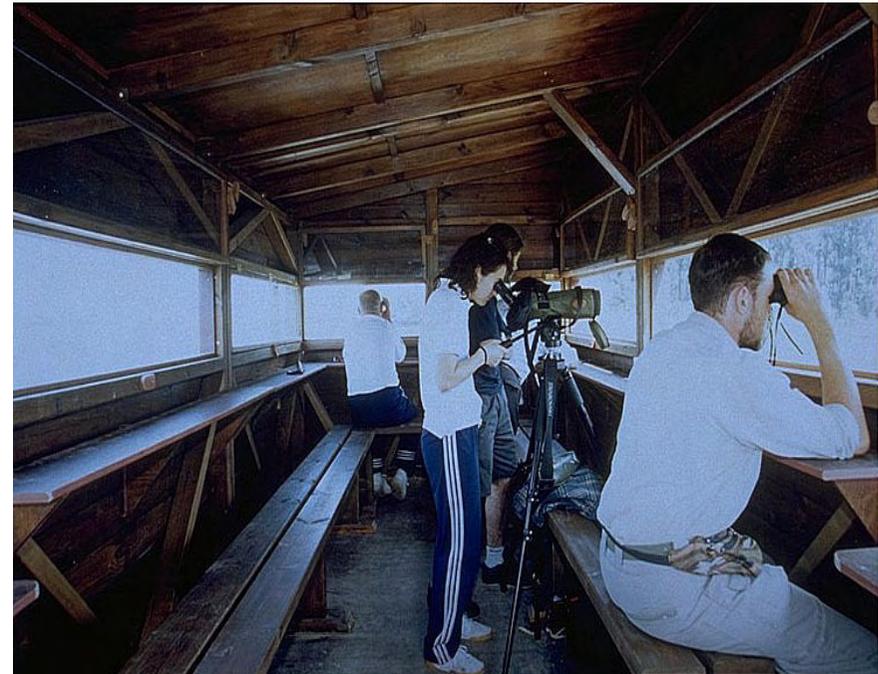


# DETERMINANTES DE LA SALUD CONSIDERADOS EN LA EIS

- **Ejercicio y actividad física**
- Régimen de la vivienda
- Condiciones de la vivienda
- Contacto social
- Relaciones vecinales
- Medidas de seguridad vial
- Cohesión de barrios
- Fragmentación de la comunidad
- Actividad empresarial
- Creación de riqueza
- Inversión exterior
- Autoestima y sentimiento de pertenencia al barrio
- Seguridad personal
- Seguridad pública
- Desarrollo tecnológico
- Otros (drogas legales e ilegales, prostitución,...)
- Accesibilidad a
  - Viviendas
  - Comercios y servicios
  - Instalaciones Comunitarias
  - Transporte público, carriles bici
  - Ocio y tiempo libre
  - Otros equipamientos
- Calidad del aire
- Ruido
- Vibraciones
- Paisaje
- Paisaje urbano
- Peligros
- Uso/Consumo de recursos naturales
- Uso de energía. CO2. Efecto invernadero
- Tráfico
- Infraestructura de transporte público
- Densidad de edificación

## CUARTA REFLEXIÓN

- LA EVALUACIÓN DE IMPACTO EN SALUD ES UNA HERRAMIENTA PARA QUE LA SALUD ESTÉ PRESENTE EN TODAS LAS POLÍTICAS LOCALES Y PARA FAVORECER LA ACTIVIDAD FÍSICA DE LA CIUDADANÍA.



# CONCLUSIONES

- 1. Los servicios de salud municipales tienen el reto de poner en evidencia la importancia de la planificación urbana en la actividad física y en la salud.**
- 2. Es preciso establecer indicadores y unidades de medida que permitan comparar la disponibilidad de infraestructuras y la planificación urbana entre las diferentes ciudades**

## CONCLUSIONES

- 3. Es preciso que las ciudades incorporen en sus prioridades el facilitar el desplazamiento activo de la ciudadanía.**
- 4. La evaluación de impacto en salud es una herramienta para que la salud esté presente en todas las políticas locales y para favorecer la actividad física de la ciudadanía.**



**Muchas gracias por vuestra atención**