

CÁTEDRA SANITAS DE
SALUD Y MEDIOAMBIENTE

One health: Influencia del medioambiente urbano en la salud de las personas

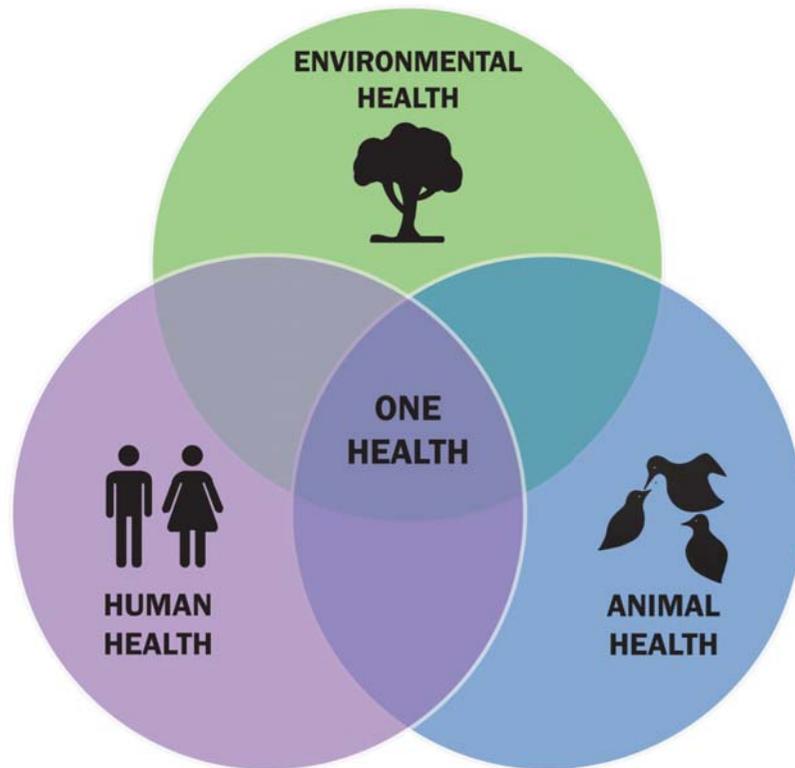
Realizado por:



Ana Sánchez-Ostiz. Dra. Arquitecta.
Catedrática de la Universidad de Navarra



One health



One Health (Una sola salud) o cómo lograr a la vez una salud óptima para las personas, los animales y nuestro planeta

La noción de One Health propone que la salud de los seres humanos está ligada a la salud de los animales y al estado del medioambiente que compartimos. Por lo tanto, cualquier abordaje efectivo a los desafíos de salud debe considerar simultáneamente estos tres elementos.

Los cambios en estas relaciones pueden aumentar el riesgo de que aparezcan y se propaguen nuevas enfermedades humanas y animales

1

Justificación



Universidad
de Navarra



Este informe tiene por **objeto principal analizar la influencia en la salud de la población de los distintos parámetros que componen el medioambiente urbano**. Dicho análisis se enfoca y ajusta a la realidad de España, examinando la “salud” ambiental de sus ciudades, considerándolas también dentro de un contexto internacional.

Como **objetivo secundario**, el análisis llevado a cabo busca encontrar **lagunas de investigación** en el desarrollo científico y analítico en el tema de la relación de los parámetros ambientales urbanos y la salud de las personas, para plantear líneas de investigaciones futuras.

En última instancia, la pretensión de este informe es proporcionar **una comprensión integral de distintos parámetros ambientales, señalando los más importantes y urgentes a considerar por parte de las políticas públicas**, inspirando prácticas sostenibles y contribuyendo al diseño de entornos urbanos más saludables.

3

Impacto del entorno urbano - ciudad



4

Factores urbanos: Contaminación y salud

Mortalidad prematura anual por contaminación:

- 37.000 anuales en España.
- 270.000 en Europa

Principales contaminantes: PM₁₀, PM_{2,5} y NO₂

Fuentes de contaminación

PARÁMETRO	FUENTE DE ORIGEN
Contaminantes gaseosos	
Dióxido de azufre (SO₂)	
Dióxido de nitrógeno (NO₂)	
Ozono troposférico (O₃)	
Monóxido de carbono (CO)	
Partículas en suspensión	
PM_{2,5}	
PM₁₀	
Metales	
Pb, As, Cd, Ni	
Gases orgánicos	
C₆H₆, B(a)P	

Tabla 2. Fuentes mayoritarias de los principales contaminantes atmosféricos

Efectos sobre la salud



Figura 1. Efectos directos e indirectos en la salud de la contaminación del aire.

5

Factores urbanos: Temperaturas extremas y salud

Mortalidad por olas de calor. Verano 2022:

- 11.000 en España
- 61.000 en Europa



Efectos directos e indirectos de las altas temperaturas extremas (Fuente: OMS)



6

Factores urbanos: Zonas verdes y salud

- Falta de espacios verdes genera estrés, ansiedad y obesidad, y se vincula a deterioro en la salud mental y física.
- 30% Incremento cobertura verde urbana = - 2.644 muertes en Europa al año.



Efectos sobre la salud



6

Factores urbanos: Zonas verdes y salud



10 m² /persona

Regla de 3-30-300

- la visión de, al menos, 3 árboles desde casa
- Un 30 % de cobertura vegetal en el vecindario
- Una distancia de 300 metros a un parque

Agenda Urbana Española, 2019

- una zona verde de esparcimiento mayor de 1000 m² a una distancia máxima 300 m
- una zona verde de esparcimiento mayor de 5000 m² a una distancia máxima 500 m
- una zona verde de esparcimiento mayor de 1 hectárea a una distancia máxima de 900 m

- Promover el uso de bicicletas y caminar en las ciudades europeas podría evitar hasta un 11% de las muertes por enfermedades cardiovasculares.
- También disminuye la contaminación, mejoran la calidad del sueño y reducen el ruido.



Efectos sobre la salud



8

Estrategias para mejorar la salud en las ciudades



Mejorar la calidad del aire en España:

- Mediciones de la calidad del aire
- Reducir el tráfico en las ciudades: para reducir las emisiones contaminantes.
- Purificar el aire mediante la ampliación de zonas verdes urbanas



Adaptación a temperaturas altas extremas y olas de calor:

- Mediciones de temperaturas exteriores
- Refugios climáticos
- Ampliación de zonas verdes urbanas
- Sombreamiento móvil
- Concienciación social
- Diseño arquitectónico. Albedo...



Mejorar la movilidad urbana:

- Potenciar la movilidad activa
- Fomentar el transporte público eficiente y sostenible
- Gestión inteligente del tráfico
- Promover vehículos sostenibles
- Concienciación pública

8

Estrategias para mejorar la salud en las ciudades



Aumentar zonas verdes:

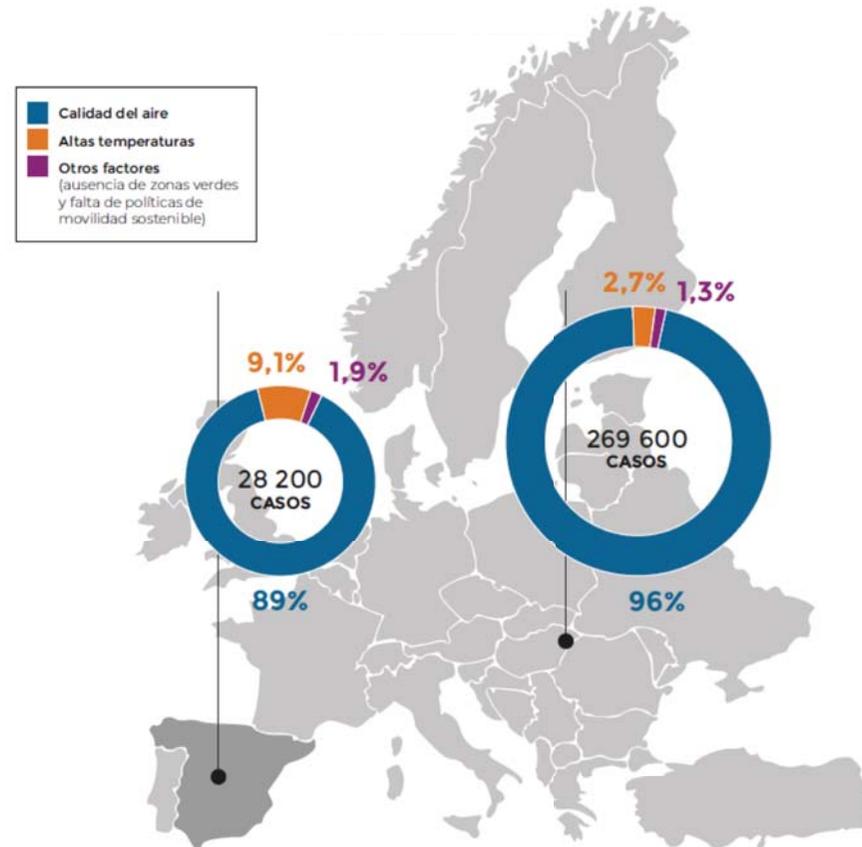
- Re-naturalizar espacios urbanos infrutilizados
- Reducción de carriles rodados
- Cubiertas y fachadas verdes
- Acondicionamiento de zonas fluviales
- Concienciación pública

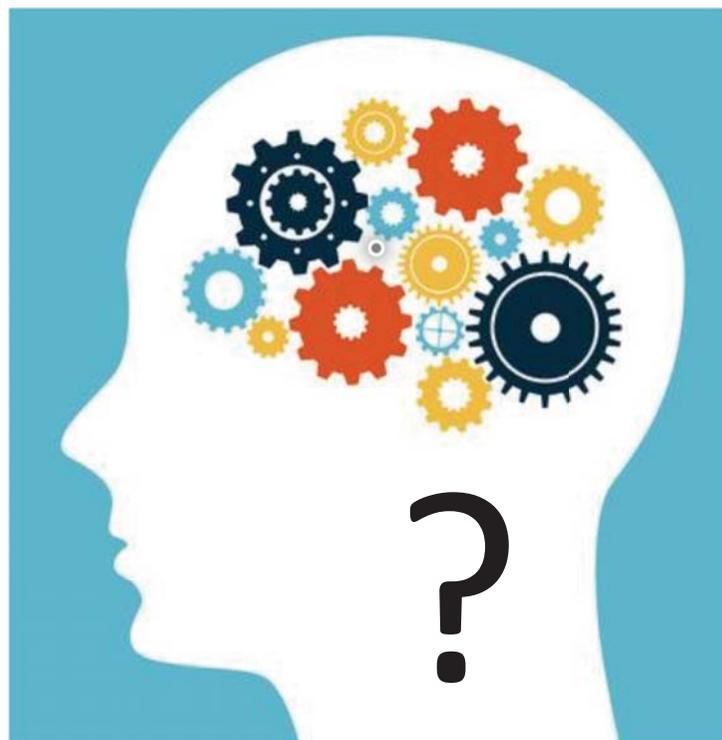


9

¿Cómo medir el impacto combinado de los principales factores urbanos en la salud?

ÍNDICE HARMONY: Morbimortalidad en Europa y España





1. A. Sánchez-Ostiz, A. Monge, A. Arriazu, J.M. Santamaría, M. Bes-Rastrollo, Y. Erburu, C. Cummings Bori, A. Jiménez, L. Carrió, A. Bustos, A. Trivedi, S. Gutiérrez, N. Benito (2025). Influencia del medioambiente urbano en la salud de las personas. Ediciones Universidad de Navarra, S.A. (EUNSA). ISBN: 978-84-313-4396-5.
<https://ebooks.eunsa.es/library/publication/influencia-del-medioambiente-urbano-en-la-salud-de-las-personas>