

Los entornos urbanos con más vegetación se asocian a mejores comportamientos de salud en la infancia

Un estudio con niños y niñas de seis países europeos observa que se muestran menos sedentarios y van más al colegio a pie o en bicicleta

Barcelona, 13 de julio de 2022.- Las zonas urbanas asociadas a mejores comportamientos de salud en la infancia son aquellas que cuentan con **más espacios verdes y mayor densidad de edificios e instalaciones y, al mismo tiempo**, las que tienen una **menor densidad de población** y no son atravesadas por **ninguna carretera importante**. Esa es la conclusión de un estudio de múltiples cohortes publicado en *Environment International* y liderado por el Instituto de Salud Global de Barcelona (ISGlobal), centro impulsado por la Fundación "la Caixa". En concreto, del trabajo se desprende que los niños y niñas que viven rodeados de más naturaleza realizan **más actividad física**, dedican **menos tiempo a hábitos sedentarios, duermen más** y van más al colegio **caminando o en bicicleta**.

Se trata de un trabajo que da **un paso adelante** respecto al grueso de la evidencia científica disponible hasta el momento, ya que los estudios anteriores se habían centrado sobre todo en el efecto del entorno ambiental urbano en personas adultas y tenían en cuenta la exposición a un único factor, sin relacionarlo con el resto de factores. En cambio, este estudio ha evaluado la asociación entre una amplia gama de características del entorno urbano y los hábitos saludables de **1.581 niños y niñas de 6 a 11 años** de seis cohortes europeas. Responde así al creciente interés por estudiar **cómo contribuye el entorno urbano a los comportamientos poco saludables de la población infantil**, y por conocer si **un cambio en el diseño urbano puede ser beneficioso para promover un estilo de vida más saludable**.

Para llevar a cabo el análisis se estimó la **exposición a 32 aspectos del entorno** de los domicilios particulares y las escuelas de las niñas y niños, como la densidad de tráfico en la carretera más cercana o la presencia de espacios verdes o azules (playas, ríos, lagos...). El equipo investigador recogió, por otro lado, información sobre los **hábitos saludables** de la población infantil estudiada, que incluían la cantidad total de actividad física general de moderada a vigorosa que llevaban a cabo los niños, la actividad física realizada fuera del horario escolar, el transporte activo (caminar, ir en bicicleta...), las conductas sedentarias y las horas de sueño. A partir de estos datos se desarrolló un modelo de exposición múltiple.

El diseño urbano influye en la salud

El estudio encontró que allá donde los niños y niñas disponían de más espacios verdes, también crecía el transporte activo, mientras que las horas de sedentarismo se reducían. Y halló también que la presencia de una carretera principal se asociaba con una menor duración del sueño (4,80 minutos menos de media al día).

“Nuestros resultados tienen implicaciones en las políticas de planificación urbana”, señala **Martine Vrijheid**, jefa del programa de Infancia y medio ambiente de ISGlobal y última autora del estudio. “Las intervenciones de salud pública tienden a centrarse en influir en los comportamientos individuales en lugar de abordar los determinantes más amplios del sistema que impulsan estos comportamientos y amplían las desigualdades en materia de salud. Nuestros datos refuerzan la necesidad de **dar prioridad al diseño urbano para mejorar los comportamientos que promueven la salud de los niños y niñas** y prevenir la mala salud de los adultos.” En este sentido, una de las estrategias debería ser aumentar la vegetación en las calles y los espacios verdes.

Vrijheid añade que “**hay que seguir investigando** e incluir otros indicadores urbanos que puedan ser relevantes para los comportamientos de la población infantil y adolescente, como zonas peatonales e instalaciones deportivas (mesas de tenis, canchas de voleibol...), además de incluir a otros países y áreas menos estudiadas para evaluar mejor cómo un cambio en el entorno urbano tiene un impacto en el estilo de vida”.

Una alta proporción de las niñas y niños incluidos en este estudio (63,6%) no cumplía la **recomendación actual de la Organización Mundial de la Salud (OMS)** de realizar al menos 60 minutos al día de actividad física moderada o vigorosa, y el 58,6% pasaba más de dos horas al día viendo la televisión o jugando al ordenador o a los videojuegos. Además, el transporte activo registrado fue bajo, ya que el tiempo medio diario dedicado a ir de casa al colegio era de 6,9 minutos.

Cohortes estudiadas

El trabajo, enmarcado en el proyecto colaborativo **Human Early-Life Exposome (HELIX)**, se ha basado en seis cohortes de nacimiento europeas:

- Born in Bradford (**BiB**; Reino Unido)
- Étude des Déterminants pré et postnatals précoces du développement et de la santé de l'Enfant (**EDEN**; Francia)
- INfancia y Medio Ambiente (**INMA**; España)
- cohorte de Kaunas (**KANC**; Lituania)
- Norwegian Mother, Father and Child Cohort Study (**MoBa**; Noruega)
- estudio **RHEA** Mother Child Cohort de Creta (Grecia)

Referencia

Sílvia Fernández-Barrés, Oliver Robinson, Serena Fossati, Sandra Márquez, Xavier Basagaña, Jeroen de Bont, Montserrat de Castro, David Donaire-Gonzalez, Léa Maitre, Mark Nieuwenhuijsen, Dora Romaguera, José Urquiza, Leda Chatzi, Minas Iakovides, Marina Vafeiadi, Regina Grazuleviciene, Audrius Dedele, Sandra Andrusaityte, Gunn Marit Aasvang, Jorunn Evandt, Norun Hjertager Krog, Johanna Lepeule, Barbara Heude, John Wright, Rosemary R.C. McEachan, Franco Sassi, Paolo Vineis, Martine Vrijheid, Urban environment and health behaviours in children from six European countries, *Environment International*, Volume 165, 2022, 107319, ISSN 0160-4120, <https://doi.org/10.1016/j.envint.2022.107319>

Sobre ISGlobal

El Instituto de Salud Global de Barcelona (ISGlobal) es el fruto de una innovadora alianza entre la Fundación “la Caixa” e instituciones académicas y gubernamentales para contribuir al esfuerzo de la comunidad internacional con el objetivo de afrontar los retos de la salud en un mundo globalizado. ISGlobal consolida un nodo de excelencia basado en la investigación y la asistencia médica que tiene su origen en los ámbitos hospitalario (Hospital Clínic y Parc de Salut MAR) y académico (Universidad de Barcelona y Universitat Pompeu Fabra). Su modelo de trabajo se basa en la generación de conocimiento científico a través de los Programas y Grupos de investigación, y en su traslación a través de las áreas de Formación y Análisis y Desarrollo Global. ISGlobal está acreditado como “Centro de Excelencia Severo Ochoa” y es miembro del sistema CERCA de la Generalitat de Catalunya.

Prensa ISGlobal

Yvette Moya-Angeler

yvette.moyaangeler@isglobal.org

+34 637 84 39 97

Pau Rubio

pau.rubio@isglobal.org

+34 696 91 28 41

Una iniciativa de:

