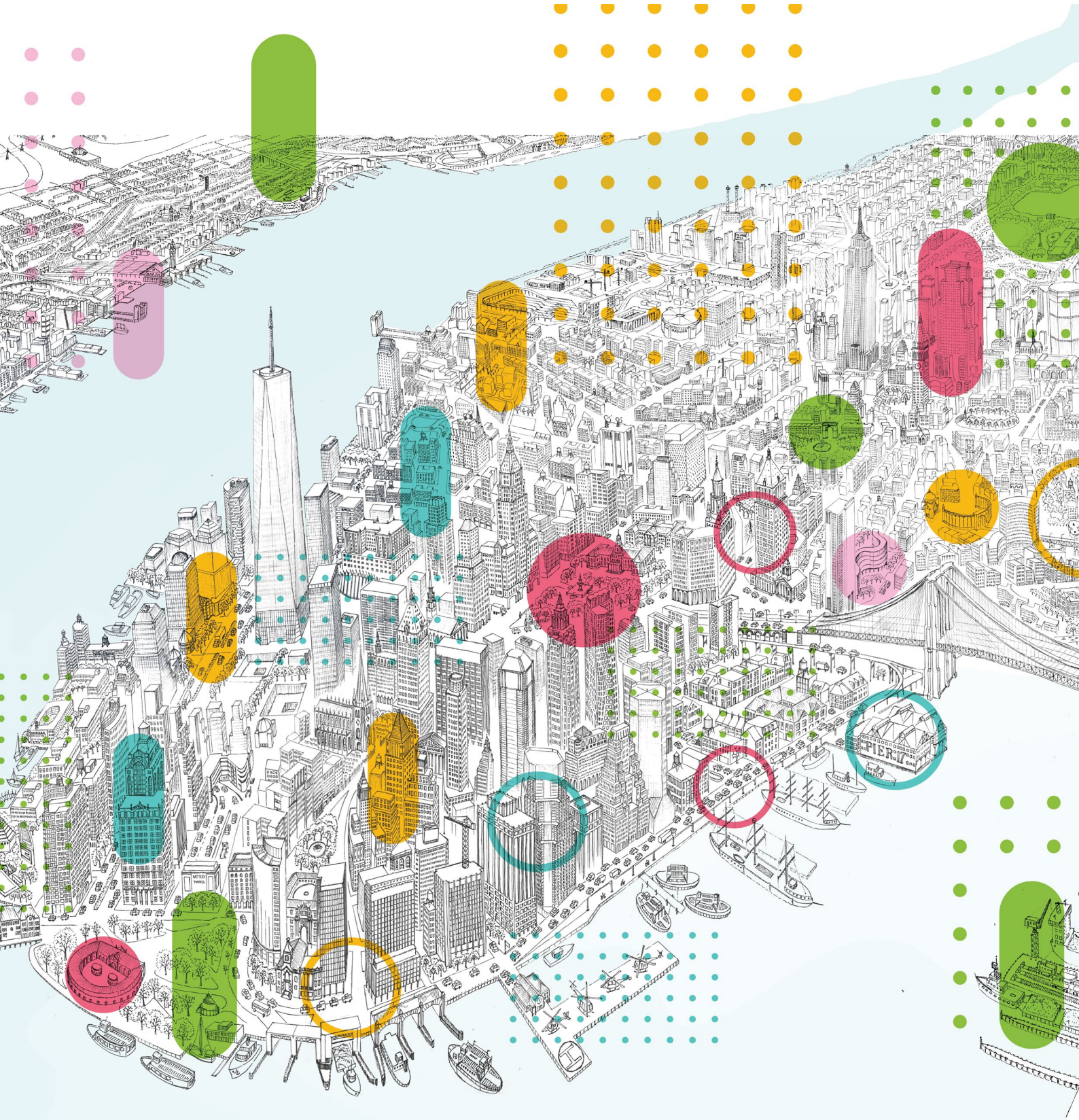
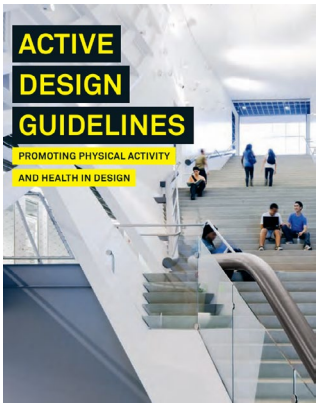


Espacios **VITAMINA**

1. Estado de la cuestión

Desde hace décadas, entidades internacionales como la Organización Mundial de la Salud y UN-Habitat (2020) han promovido la implementación de la salud en todas las políticas y, en especial, en la planificación urbana, en base a la siguiente definición de salud: "*no es solo la ausencia de enfermedad, sino un estado pleno de bienestar físico y mental*" (OMS, 1946).

La definición de ciudad saludable se apoya directamente en la evidencia científica que demuestra que el diseño de las ciudades y de los entornos construidos son determinantes en la salud y calidad de vida de las personas (UN-Habitat & WHO, 2020). En el documento *Delivering Healthier Communities in London* se recoge un listado de **temas prioritarios de salud pública junto con la evidencia científica que los relaciona con los aspectos de planificación urbana y diseño de la ciudad**. Los cinco temas identificados son la salud mental, la obesidad y las enfermedades cardiovasculares, las enfermedades respiratorias, la mortalidad asociada a las temperaturas extremas en invierno y verano, y los accidentes (HUDU, 2007).



City of New York (2010). *Active Design Guidelines. Promoting physical activity and health in design.*



City of New York (2013). *Active Design. Shaping the sidewalk experience.*



City of New York (2025). *Healthy NYC.*

En este contexto, **Nueva York constituye un caso paradigmático para analizar la integración de la salud en el diseño y la planificación urbana** debido a su alta densidad (más de 8,5 millones de habitantes), su diversidad socioeconómica y la existencia de importantes desigualdades territoriales en salud. La ciudad presenta en la actualidad importantes retos: más de la mitad de los adultos tienen sobrepeso u obesidad (alcanzando cerca del 60 % incluyendo ambas categorías), mientras que uno de cada cuatro adultos experimenta algún trastorno de salud mental cada año.

Estos indicadores, unidos a la desigualdad existente entre barrios, ha impulsado un enfoque innovador similar al previamente mencionado en Londres, vinculando el diseño del entorno urbano con la promoción de la salud pública. Iniciativas como el "***Active Design***" por parte del Departamento de Diseño y Construcción, que promueve la caminabilidad, el acceso a espacios verdes y el uso del transporte activo, o la estrategia "***HealthyNYC 2030***", que aborda determinantes estructurales como la vivienda, la alimentación o el acceso a servicios, reflejan cómo la ciudad utiliza el urbanismo como una herramienta preventiva frente a enfermedades crónicas y problemas de salud mental y promueve el bienestar y la calidad de vida de la población.

Así, Nueva York se posiciona como un laboratorio urbano de referencia a nivel internacional donde observar cómo las **distintas políticas de diseño urbano pueden influir directamente en los hábitos, el bienestar y la equidad en salud de la población.** Estos aprendizajes resultan de gran interés para su traslado al contexto español. Si bien existen diferencias morfológicas entre las ciudades estadounidenses y españolas, ambas comparten desafíos crecientes como el envejecimiento poblacional, el aumento del sedentarismo, la prevalencia de sobrepeso y obesidad, y el incremento de problemas de salud mental, lo que hace que muchas de las soluciones sean conceptualmente adaptables.

Además Nueva York ha desarrollado herramientas de **gobernanza intersectorial** -integrando salud pública, transporte, vivienda y espacio público- que son especialmente relevantes para el contexto español, donde la fragmentación administrativa, así como la falta de integración de datos urbanos y de salud, suelen dificultar este tipo de enfoques transversales.

2. Antecedentes

La presente propuesta tiene como punto de partida la línea de investigación iniciada en las siguientes publicaciones:

- Tesis "*La ciudad para personas con demencia. Metodología para integrar el diseño y la calidad de vida en las ciudades europeas*" (2023, Premio Extraordinario de Tesis UPM y Premio Margarita Salas del Ayuntamiento de Madrid)[1];

- "*Guía para planificar ciudades saludables*" publicada por el Ministerio de Sanidad y la Federación Española de Municipios y Provincias (2022)[2];

- Guía "*Entornos de mayores. Lugares de encuentro y bienestar para personas mayores. Manual de diseño urbano alrededor de los Centros Municipales de Mayores y Centros de Día del Ayuntamiento de Madrid*" (2025, pendiente de publicar por el Ayuntamiento de Madrid)[3];

- Edición del libro "*Urban Design and Planning for Age-Friendly Environments Across Europe: North and South. Developing Healthy and Therapeutic Living Spaces for Local Contexts*" (2022)[4], con participación de equipos de investigación y casos de estudio de 8 países europeos;

así como en los trabajos previos:

- "*Estudio sobre la actualización y revisión de evidencias para orientar la gestión y mejora de los espacios urbanos y del entorno construido en el ámbito de la salud mental, desde la arquitectura y en el marco de la Agenda Urbana Española*" para la Secretaría General de Agenda Urbana, Vivienda y Arquitectura. Ministerio de Vivienda y Agenda Urbana (2025);

- Coordinadora del Observatorio 2030 del Consejo Superior de los Colegios de Arquitectos de España, desarrollando la iniciativa y el congreso nacional "Construir en Clave Sostenible" (2025);

- "*Diseño urbano saludable en Euskadi*" para el Gobierno Vasco (2022-2023);

- "*Plan de Acción Urbana Integral en Salud para los Barrios Vulnerables de Euskadi*" para el Gobierno Vasco (2021-2022);

- "*Proyectos de ejecución y dirección facultativa de proyectos de adaptación climática mediante renaturalización de centros educativos en la provincia de Segovia (REACT-UE)*" para la Fundación Patrimonio Natural de Castilla y León (2022-2024);

- "*Análisis y propuesta de 46 entornos escolares de 11 distritos para la ciudad de Madrid*" para el Ayuntamiento de Madrid (2022).

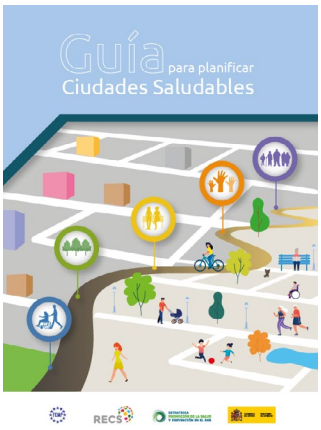
Estos trabajos previos han abordado en distintos contextos y entornos la intersección entre salud, arquitectura y urbanismo, a partir de indicadores de evaluación del entorno construido y metodologías cualitativas participativas. En continuidad con las líneas de investigación, las preguntas que se plantean en el actual proyecto son:

1. ¿Qué estrategia y metodologías son empleadas para la promoción y prevención de la salud a nivel urbano en Nueva York?

2. ¿Cuál es el ecosistema de agentes, organigrama, base de datos urbanos e indicadores para llevar a cabo de forma exitosa una estrategia de salud pública basada en el diseño urbano?

3. ¿Qué aprendizajes y oportunidades se han identificado desde el inicio de las estrategias *Active Design* y *HealthyNYC* para promover el diseño como herramienta facilitadora del cambio de comportamiento y nuevos hábitos saludables?

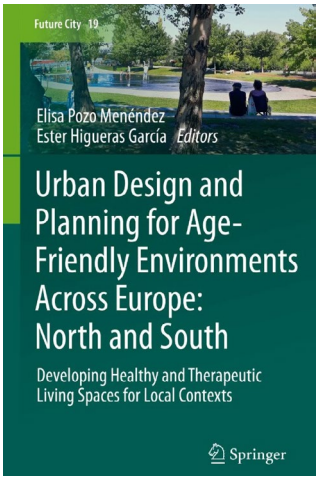
1. Pozo Menéndez (2023). "*La ciudad para personas con demencia. Metodología para integrar el diseño y la calidad de vida en las ciudades europeas*". Tesis doctoral. Universidad Politécnica de Madrid.



2. Fariña, Higueras, Román y Pozo (2022). "*Guía para planificar ciudades saludables*". Ministerio de Sanidad y FEMP.



3. Pozo Menéndez, Santos y Bacho (2025). *Entornos de mayores. Lugares de encuentro y bienestar para personas mayores*. Ayuntamiento de Madrid.



4. Pozo Menéndez, Higueras García (eds.) (2022) "*Urban Design and Planning for Age-Friendly Environments Across Europe: North and South*". *Future City*. Springer.

3. Proyecto: EspaciosVITAMINA

El proyecto **Espacios VITAMINA** tiene por **objetivo principal investigar y divulgar una selección de soluciones innovadoras en diseño arquitectónico y planeamiento urbano** que se han desarrollado en Nueva York como estrategia de promoción de la salud pública. La ciudad constituye un caso de estudio especialmente relevante por su trayectoria en la integración de políticas urbanas y de salud -a través de enfoques como el *Active Design* o estrategias como *HealthyNYC 2030*- así como por la disponibilidad de experiencias evaluadas que permiten extraer aprendizajes transferibles a otros contextos.

El resultado esperado será la **identificación de los criterios que conforman los llamados "Espacios VITAMINA", entendidos como entornos urbanos que potencian estímulos positivos asociados a hábitos de vida saludables, tales como la actividad física, la alimentación saludable, el bienestar emocional, el acceso a la cultura o la interacción social.** Este concepto se plantea como una hipótesis de trabajo que será contrastada a través del análisis de los casos de estudio, permitiendo definir un conjunto de variables espaciales, sociales y funcionales que caractericen este tipo de espacios.

El proyecto se inscribe en el marco teórico de la disciplina de la salud urbana y las corrientes contemporáneas que promueven la integración de la salud en el diseño urbano, abordando los determinantes sociales y ambientales de la salud desde una perspectiva interdisciplinar. En este sentido, la investigación no se limita a la dimensión física del espacio, sino que incorpora variables relacionadas con la equidad, la accesibilidad y la diversidad de usos y usuarios.

Para ello, se propone una metodología mixta que combina métodos cualitativos y cuantitativos, incorporando entrevistas en profundidad a una selección diversa de agentes, estudios de caso y análisis de buenas prácticas dentro de la ciudad. Esta aproximación permitirá obtener una visión global de las estrategias vigentes y de los mecanismos mediante los cuales el diseño urbano puede influir en la salud de la población.

La investigación se estructura en **tres fases**:

I. Aprender // II. Extraer // III. Compartir

3.1. Fase I. Aprender

La primera fase tiene por objetivo analizar la experiencia de Nueva York a través de la visita y documentación de proyectos urbanos y arquitectónicos vinculados a la promoción de la salud. Se plantea un estudio descriptivo de casos que permita caracterizar en profundidad las intervenciones seleccionadas.

Para alcanzar este objetivo, se empleará una aproximación metodológica mixta. Como método cualitativo, se desarrollará un análisis temático basado en entrevistas semiestructuradas a una selección de agentes clave: representantes institucionales, arquitectos/as, urbanistas, técnicos municipales, agentes económicos y sociales, así como ciudadanía diversa (incluyendo infancia, personas mayores, personas con discapacidad, migrantes y otros colectivos). Se prevé la realización de entre 25 y 30 entrevistas en profundidad, garantizando la diversidad territorial y social.

En paralelo, se llevará a cabo un trabajo de carácter etnográfico que incluirá documentación fotográfica, elaboración de cartografías, análisis in situ y registro de observaciones, con el fin de identificar relaciones entre las características del entorno construido y los indicadores de salud utilizados en la ciudad.

3.2. Fase II. Extraer

A partir de la información recopilada, se realizará un proceso de análisis y sistematización orientado a identificar patrones, relaciones y elementos replicables. Los resultados se clasificarán en función de diferentes categorías (espaciales, sociales, funcionales y de gobernanza), permitiendo estructurar el conocimiento generado.

Se emplearán herramientas de análisis cualitativo como *ATLAS.ti* para la codificación y organización de los materiales, facilitando la identificación de temas recurrentes y la construcción de un marco interpretativo sólido. Este proceso permitirá definir los criterios que caracterizan los "Espacios VITAMINA", así como los agentes y procesos implicados en su desarrollo.

3.3. Fase III. Compartir

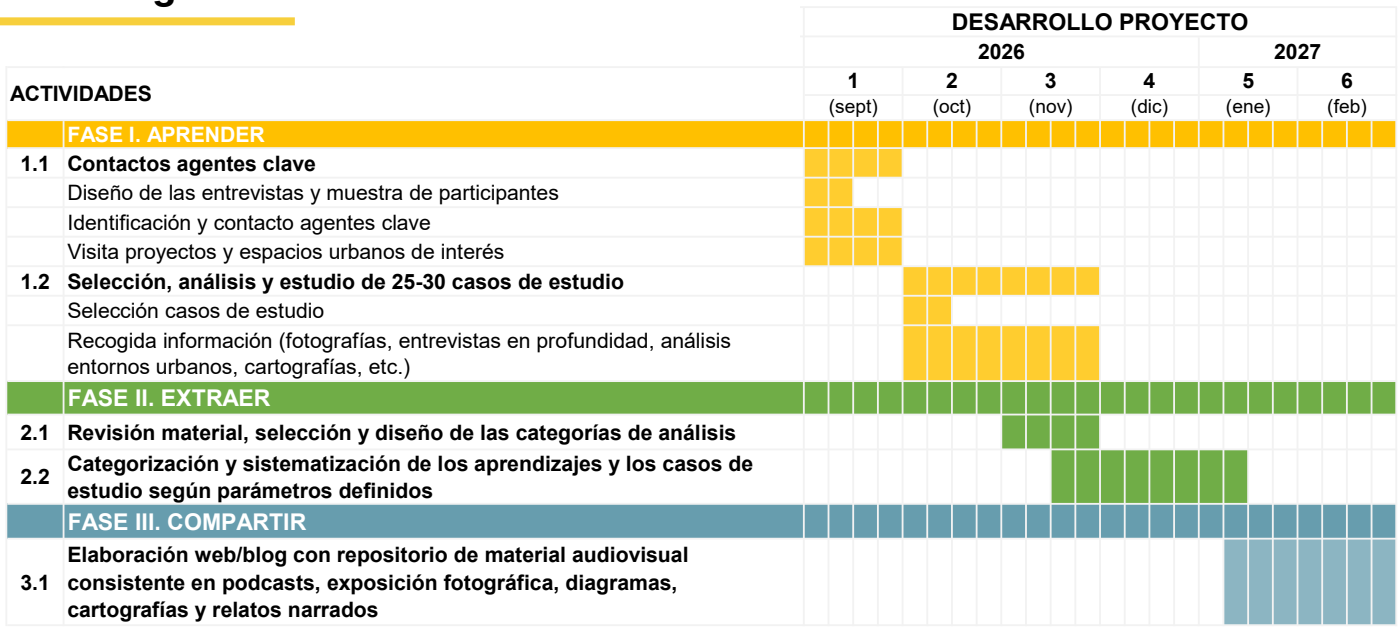
Los **resultados** serán difundidos a través de una **exposición digital** en formato blog o página web, que integrará contenido audiovisual como podcasts, fotografía, diagramas, cartografías y relatos asociados a los agentes entrevistados. Este formato busca no solo documentar la investigación, sino también hacerla accesible a un público amplio, incluyendo profesionales del ámbito de la arquitectura y el urbanismo, administraciones públicas y ciudadanía.

La **dimensión divulgativa del proyecto** se concibe como un mecanismo clave para amplificar su impacto, facilitando la transferencia de conocimiento y promoviendo el debate en torno al papel del diseño urbano en la salud colectiva.

▼ Propuesta de estructura de análisis de los diferentes casos de estudio y entrevistas a agentes principales adaptada a partir de la metodología desarrollada en la iniciativa "Le printemps de l'hiver" de la Maison de l'Architecture en Île-de-France.



4. Cronograma



5. Resultados esperados e impacto

El proyecto "Espacios VITAMINA" permitirá generar un conocimiento aplicado sobre la relación entre diseño urbano y salud, materializado en los siguientes resultados:

- La definición de un marco conceptual y operativo de los “Espacios VITAMINA”, basado en evidencias empíricas y criterios evaluables.
- La identificación y documentación de una selección de casos de estudio relevantes en Nueva York, analizados desde una perspectiva multidimensional.
- La sistematización de estrategias, herramientas y procesos replicables que permitan integrar la salud en el diseño arquitectónico y urbano.
- La elaboración de un conjunto de recomendaciones transferibles al contexto español, adaptadas a las particularidades de la ciudad compacta mediterránea.

La creación de una plataforma digital de difusión que actúe como repositorio abierto de conocimiento y herramienta de consulta para profesionales, investigadores y adminitraciones públicas.

En definitiva, el proyecto aspira a contribuir a la incorporación de la salud como un criterio central en la práctica arquitectónica y urbanística, reforzando el papel del diseño como herramienta activa en la mejora del bienestar y la calidad de vida de la población.

EspaciosVITAMINA

XII Edición Beca de Investigación en Nueva York

CANDIDATURA

ELISA POZO MENÉNDEZ