

Beneficios de las áreas protegidas para la salud y el bienestar social

Las áreas protegidas proporcionan a la sociedad beneficios para su salud y bienestar a través del cumplimiento de sus objetivos de conservación del patrimonio natural y cultural asociado. Aunque existen numerosas evidencias de que la experiencia de la naturaleza es fuente de salud física y mental, en España aún no se ha profundizado en las oportunidades para potenciar todos los beneficios ofrecidos por las áreas protegidas.

Para proporcionar un entorno favorable hacia las áreas protegidas desde el ámbito político, institucional y socioeconómico, así como fortalecer la comunicación, la educación y la conciencia social, la Fundación Patrimonio Natural de Castilla y León, entidad dependiente de la Consejería de Fomento y Medio Ambiente de la Junta de Castilla y León, ha promovido el proyecto “Identificación de los Beneficios de las Áreas Protegidas sobre la Salud y el Bienestar Social. Aplicación de Casos Prácticos en la Sociedad”, con la colaboración de la Fundación Biodiversidad en su convocatoria de proyectos.

Objetivos

El objetivo general del proyecto desarrollado a lo largo de 2012 y primer cuatrimestre de 2013 era identificar y dar a conocer los beneficios de las áreas protegidas españolas sobre la salud y el bienestar social. Se trata de la primera vez que se aborda este tema específicamente en España con la pretensión a medio plazo de propiciar, entre otras cosas, un acercamiento entre las administraciones sanitarias, de asuntos sociales y ambientales con el fin de aumentar las oportunidades y el apoyo social para la conservación de la naturaleza.

Asimismo, los resultados de este trabajo han permitido aportar unas primeras recomendaciones para incorporar, desde el ámbito de la gestión de las áreas protegidas, los beneficios para la salud y el bienestar humano.

Estructura

El documento resultante de este proyecto ([consulta en archivo PDF](#)) ofrece una síntesis de las evidencias científicas recogidas en la literatura de referencia internacional en relación a la actividad en la naturaleza y los beneficios para la salud. Se analizan además las oportunidades que específicamente ofrecen las áreas protegidas a partir de las experiencias internacionales recientes identificadas fundamentalmente en el ámbito anglosajón.

A partir del trabajo desarrollado por el grupo de trabajo en este proyecto, se analiza la contribución de las áreas protegidas en España, con ejemplos sobre todo de Castilla y León, para la salud física, la salud mental y espiritual, la salud social y la ambiental.

La parte central del documento concreta una serie de recomendaciones u orientaciones de utilidad práctica para los gestores con ejemplos específicos que podrán ampliarse en el futuro para seguir promoviendo de forma activa las sinergias entre la conservación de la naturaleza y los beneficios para la salud y el bienestar humano.

El documento aporta finalmente un catálogo abierto de experiencias a partir de las actividades desarrolladas a lo largo del proyecto en 2012.

Síntesis de resultados

Entre los beneficios más importantes de nuestras áreas protegidas para la salud pueden destacarse:

- Aportan escenarios donde desarrollar actividades deportivas al aire libre que no requieren infraestructuras específicas ni desarrollarse en grupo, con lo que dan autonomía y libertad para el que las realiza. Particular relevancia para desarrollar el ocio en zonas periurbanas.
- Ofrecen escenarios para el desarrollo de actividades recreativas y deportivas no competitivas, con lo que se promueve la salud social (cohesión de grupos sociales y familiares) y otros valores sociales (solidaridad intra e intergeneracional).
- Ofrecen oportunidades diversas para la recuperación de enfermedades, convalecencias y dolencias propias de distintas etapas de la vida, particularmente las relacionadas con los problemas cardiovasculares (hipertensión, obesidad) y óseos (osteoporosis).
- Son territorios desde los que fomentar hábitos de alimentación sana a través del consumo de productos locales (promoción de productos kilómetro cero, marcas de calidad asociadas a los parques y a los productos locales).
- Aportan experiencias personales irrepetibles que promueven la mejora de la autoestima ya que muchas actividades suelen conllevar un plus de dificultad o suponen metas simbólicas.
- Son lugares con grandes oportunidades de trabajo con niños y adolescentes en la creación de hábitos de vida saludable y promoción del ejercicio físico. También para la población mayor, a la que ofrecer actividades saludables acordes con sus requerimientos.

Proceso y destinatarios

Para la elaboración de este documento se constituyó un grupo de trabajo compuesto por gestores de áreas protegidas de Castilla y León, expertos del campo de la salud de entidades públicas y privadas.

Como resultado del proyecto se han identificado los múltiples beneficios que ofrecen las áreas protegidas para la salud de distintos colectivos. Se ha puesto de manifiesto un enorme potencial aún por desarrollar más activa y explícitamente para promover desde los espacios la salud física, mental y social y, por tanto, el bienestar de la sociedad.

Por todo ello, los principales destinatarios del documento resultante son no sólo los planificadores, gestores y responsables de áreas protegidas, sino todos aquellos profesionales cuyo trabajo tenga relación con los espacios naturales saludables (espacios periurbanos incluidos), profesionales que trabajen con colectivos sociales cuya relación directa con dichos espacios suponga una mejora en su calidad de vida. Gracias a este proyecto se abren nuevas oportunidades para establecer sinergias y alianzas muy positivas.