

Estimado lector,

Uno de los aspectos clave de cualquier Plan de Movilidad Urbana Sostenible (PMUS) es su carácter integrador de las diversas políticas sectoriales y los diversos ámbitos de la actividad municipal. En este segundo e-update de **ENDURANCE** nos centraremos en el ámbito de la salud, un área que presenta numerosas sinergias con el de la movilidad. Destacaremos algunos buenos ejemplos que ilustran los beneficios mutuos que pueden surgir de la colaboración de estos dos sectores, así como ejemplos de cómo las cuestiones de salud pueden integrarse en los PMUS.

Cuida tu salud, se activo



Source: www.eltis.org

Hoy en día nadie duda de los beneficios para la salud de los modos de desplazamiento activo, tales como la bicicleta o el caminar. El sedentarismo contribuye a niveles de mortalidad comparables a los del tabaco (**fuentes: OMS**). Mediante su capacidad de promover la actividad física, los modos de desplazamiento activos pueden reducir la hipertensión, la diabetes tipo 2 y en general el riesgo de mortalidad – ver **informe** reciente al respecto – así como combatir el estrés, la ansiedad y la depresión. Obviamente, allí donde se viaja de manera más activa, los **niveles de obesidad** son menores que en aquellos lugares donde se usa más el coche. Incluso el uso de la bicicleta eléctrica puede ser suficiente para cubrir las recomendaciones de actividad diaria (ver **Simons et al., 2009**).

En el marco del proyecto europeo **TAPAS**, se han realizado estudios en 6 ciudades europeas para evaluar las políticas y condicionantes que favorecen o disuaden los desplazamientos activos, y sus beneficios para la salud asociados. La primavera del año próximo se publicará un resumen completo de estos estudios (permanece atento a la web de TAPAS), pero algunos de sus primeros resultados ya están disponibles. Por ejemplo, en **Barcelona**, se ha estimado que el sistema de bicicleta pública contribuye a salvar 12 muertes anuales y a la reducción anual de las emisiones de CO₂ en 9.000 toneladas. (**Lista completa de publicaciones TAPAS**.)

Mejorando la calidad del aire mediante el transporte activo



Source: [Wing-Chi Poon / CC BY-SA 3.0](#)

El transporte activo también contribuye a tener una mejor calidad del aire. Actualmente, cada residente de la Región Europea de la OMS ve reducida su expectativa de vida en un año debido a su exposición a partículas en suspensión (PM), y un **88% de la población** vive en zonas donde se superan los niveles de PM recomendados por este organismo. El proyecto Interreg NWE **Joaquin (Joint Air Quality Initiative)** está recopilando evidencias sobre contaminación atmosférica y ayudará a las autoridades a decidir acerca de las medidas más eficientes de cara a mejorar la calidad del aire. Pero para la red de ciudades **Polis** la cuestión está ya clara: un giro hacia los modos de desplazamiento activos y el transporte público, combinado con una mejora en los usos del suelo, puede aportar efectos inmediatos en la mejora de la salud mucho mayores que aquellos que se pueden obtener mediante la actuación exclusiva sobre la eficiencia de los combustibles y los vehículos (documento de posicionamiento de Polis: **position paper on securing the health benefits of active travel in Europe**, 2012).

Pedalear y caminar también contribuyen a reducir los niveles de ruido del tráfico, que suponen la pérdida anual de al menos un millón de años de vida saludable en Europa occidental (**Burden of disease from environmental noise**, OMS).

Trabajando por objetivos comunes



Source: www.eltis.org

Los beneficios de la integración de las políticas de transporte, medio ambiente y salud incluyen la promoción de sinergias (beneficios mutuos), la coherencia de las políticas aplicadas desde diferentes sectores y la eliminación de duplicidades a la hora de la toma de decisiones. La planificación de las Olimpiadas de Londres ([London Olympics legacy plan](#)) es un buen ejemplo de cómo los objetivos de varios sectores pueden materializarse mediante la organización de grandes eventos deportivos: dicha planificación preveía impactos permanentes en materia de transportes, salud, calidad de vida, economía, bienestar, educación, deporte, etc.

El Programa Paneuropeo para el Transporte, la Salud y el Medio Ambiente de Naciones Unidas ([PEP – the Transport, Health and Environment Pan-European Programme](#)) reúne a agentes clave de estos sectores en un plano de igualdad. Puede consultar su documento de directrices sobre las condiciones institucionales para la integración de políticas aquí ([institutional conditions for policy integration](#)).

Caminar y pedalear: es la ley



Source: www.eltis.org

A lo largo de los últimos años ha crecido el reconocimiento de la actividad física como prioridad de actuación en materia de salud pública. El pasado 1 de octubre de 2013 se aprobó en Gales la primera legislación en materia de transporte activo del mundo. La denominada [Active Travel Act](#) reclama que las autoridades locales promuevan los modos de desplazamiento activos, así como que planifiquen redes peatonales y ciclistas completas a nivel municipal. También en el Reino Unido, recientemente se ha lanzado la iniciativa [All-Party Commission on Physical Activity](#) para combatir la ‘epidemia del sedentarismo’, enfocando el problema desde una perspectiva global, en lugar de hacerlo desde la óptica sectorial de la salud, el deporte, los transportes y el urbanismo, o la educación.

En Finlandia, movilidad y transporte van de la mano en diversos campos. Los Ministerios de Educación y de Asuntos Sociales y Sanidad han financiado de manera conjunta proyectos de gestión de la movilidad a través del programa [Fit for Life](#). Otro ejemplo, esta vez en Turku, es el del proyecto de movilidad al trabajo [Liikettä työelämään](#), en el que el departamento de Medio Ambiente del gobierno local coopera con el departamento de Salud y la Oficina de Gestión de la Movilidad, así como con la Oficina del Transporte Público y una compañía de seguros.

Colaboración intersectorial a nivel local



Source: www.eltis.org

En el marco del proyecto [URBACT Active Travel Network \(ATN\)](#), los departamentos de Carreteras y Tráfico, junto con el de Planificación Estratégica y Desarrollo y el de Sanidad del municipio danés de Skanderborg, han trabajado de manera conjunta por primera vez. Juntos, han elaborado una estrategia para la mejora de los modos activos y han comenzado con la puesta en marcha de medidas concretas, con el apoyo activo y participación de políticos destacados de la ciudad ([leer más](#)).

En Gante, Bélgica, las áreas de salud, deporte y movilidad han dedicado fondos y puesto sus estructuras a trabajar para promover la recomendación de [caminar 10.000 pasos al día](#). Después de un año, se ha contabilizado un incremento del 8% en el número de personal que siguen la recomendación de los 10.000 pasos, mientras que en el grupo de control correspondiente no se observaron cambios. La campaña se ha extendido al conjunto de la región de Flandes, manteniendo la colaboración intersectorial como uno de los componentes clave del concepto ([sitio web](#) en neerlandés).

En el proyecto [SEGMENT](#), desarrollado por el municipio de Gdynia (Polonia), el departamento de carreteras cooperó con los centros de salud por primera vez, de cara a involucrar a padres y madres con recién nacidos en la campaña "[New parents campaign](#)", con la que trataban de animarlos a acudir a pie al médico con sus hijos – y a caminar más en general. A través de un poster, se mostraba el caminar como una actividad con estilo y una forma atractiva de permanecer en buena forma y “presumir de ser mamá”.



Photo courtesy of the municipality of Gdynia

En más de 100 municipios de Andalucía, España, los médicos de los centros locales de salud prescriben a sus pacientes el uso regular de los itinerarios peatonales y ciclistas de sus lugares de residencia ([Rutas para una vida sana](#), ES). En estos municipios, las Concejalías de Salud responsables del proyecto son, además, muy activas en el desarrollo de sus respectivos PMUS.

PMUS en Francia enfocados a la salud



© P. Bogner / Cus, www.strasbourg.eu

El vínculo entre modos activos y la salud en los PDU franceses (Plan de déplacements urbains, es la denominación francesa de los PMUS – aquí puede leer más acerca de los **30 años de PDU**) es reciente. Un buen ejemplo a este respecto es el **borrador de PDU de Estrasburgo** (FR). En él, los peatones, las bicicletas y su vínculo con la salud constituyen los tres primeros ejes desarrollados. Varias acciones buscan animar a la población a caminar y pedalear más, tales como señalización indicando los tiempos de recorrido a pie o en bicicleta hasta determinados destinos de la ciudad, o la promoción de la actividad física entre los profesionales de la salud de cara a favorecer la integración entre las políticas de movilidad y de salud. El PDU de **Lille** (FR) combina cuestiones de salud, medio ambiente y seguridad desde la óptica de los impactos en la calidad atmosférica de la movilidad y el ruido proveniente del tráfico, orientando su actuación a la creación de entornos seguros para los desplazamientos.

Diseño urbano saludable



Source: www.eltis.org

Cada vez es mayor la evidencia científica de la conexión entre nuestra salud y bienestar con el diseño y la estructura de nuestros pueblos, ciudades y regiones. Este es el motivo por el que la iniciativa Australiana **Healthy Spaces & Places** reúne los consejos de expertos de las áreas de sanidad, planificación, diseño urbano, seguridad ciudadana y planificación de la movilidad, para la creación lugares que favorezcan la actividad física y una mejor salud mental (**listado de casos de estudio**). También en Australia, el Nuevo Ministro de Sanidad de Nueva Gales del Sur New ha dotado con una financiación de \$1,5 millones a lo largo de 5 años a la iniciativa **Healthy Built Environments Program**, dedicada a revitalizar la relación entre las profesiones del urbanismo y la salud.

Cuando observaron que existían aún pocas investigación sobre la evaluación de los impactos de intervenciones que combinan cambios en el plano físico del entorno y la promoción del caminar, el proyecto británico **Fitter for Walking** comenzó a trabajar en este enfoque dual de mejora en comunidades degradadas.

Beneficioso también para la economía



La **OMS reclama un mayor uso de la evidencia económica** en la toma de decisiones medioambientales y de salud. La recientemente formada **Environmental Health Economics Network** (EHEN) de la OMS hará uso del conocimiento y la experiencia de sus miembros para promover dicha evidencia, de cara a la preparación del la Sexta Conferencia de Ministros sobre Medio Ambiente y Salud de la OMS, prevista en 2016. Aquí se puede consultar el **informe de su primer simposio de expertos**.

La herramienta de la OMS **HEAT tool** (2009, **version online aquí**) – que permite monetarizar los beneficios económicos derivados de una menor mortalidad debida a una mayor presencia de peatones y ciclistas – ha sido ya probada en **Austria**, la República Checa, Francia, Suecia, Nueva Zelanda, Reino Unido y los Estado Unidos de América. HEAT se ha convertido en el método estándar utilizado por los planificadores del transporte en UK. La Federación Europea de Ciclistas ha utilizado esta herramienta para calcular que el uso de la bicicleta en la UE produce un **beneficio económico anual de € 200 billones**, más de la mitad del cual se debe a beneficios sobre la salud.

Noticias de proyectos relacionados: BUMP



El proyecto europeo **BUMP – Boosting Urban Mobility Plans** ofrece a las autoridades locales de municipios con una población entre 40.000 y 350.000 habitantes un completo paquete de medidas gratuitas, que incluye formación, transferencia de conocimiento y apoyo para el diseño de los PMUS. El proyecto co-financiará los gastos derivados de los viajes, subsistencia y alojamiento necesarios para acudir a las actividades del proyecto.


Otras fuentes de información:

- [GAPA](#) - Global Advocacy council for Physical Activity
- WHO – [Transport and Health, Air quality](#)
- The [Amsterdam Declaration](#), UNECE, WHO and associated governments (2009)
- [EU physical activity guidelines. Recommended policy actions in support of health-enhancing physical activity](#), European commission (2008)
- [Directive on the promotion of clean transport vehicles](#), European commission (2009)
- [EU Regulation: Reduction of CO2 emissions from light-duty vehicles](#) (2011)
- [Healthy Built Environments: A review of the literature](#), UNSW (2011)

Próximas citas:

- **5th Transport Research Arena TRA2014**
13-16 April 2014 – Paris, France
<http://tra2014.sciencesconf.org/>
 - In parallel: **The PEP - 4th High-level Meeting Transport, Health and Environment**
14-16 April 2014 – Paris, France
- **ECOMM 2014 Florence**
European Conference on Mobility Management
7-9 May 2014, Florence, Italy
- **mobil.TUM 2014 Conference**
19-20 May 2014 – Munich, Germany
<http://www.mobil-tum.vt.bgu.tum.de>

Para más información sobre eventos, por favor visite el [calendario EPOMM](#).

 Co-funded by the Intelligent Energy Europe Programme of the European Union



 ECOMM 2014
  allinx
  feedback
  subscribe
  unsubscribe
  fullscreen
  news archive