

MEDIO AMBIENTE

Zonas verdes en las ciudades protegen de mortalidad prematura

El Ciudadano · 25 de noviembre de 2019



Investigadores del Institut de Salut Global de Barcelona analizaron datos de más de ocho millones de personas de siete países distintos

Un poco más de verdor en las zonas urbanas puede proteger a la población, incluso de muertes prematuras.

Así lo reveló una investigación que desarrollaron especialistas del Institut de Salut Global de Barcelona (ISGlobal) en colaboración con la Universidad de Colorado (EE. UU.) y la Organización Mundial de la Salud (OMS).

De acuerdo con el estudio publicado en *The Lancet Planetary Health*, verdor urbano puede ser césped, un árbol, un huerto urbano, un parque o una pared vertical con plantas. «No sabemos qué tipo de verde tiene más efecto a la hora de reducir la mortalidad, pero sí hemos visto que el factor importante es el incremento del verde, sea del tipo que sea», explicó David Rojas, investigador de ISGlobal y de la Universidad de Colorado y primer autor del trabajo.



Foto: HispanTV.

Para el análisis, los investigadores evaluaron los datos de más de ocho millones de personas de Canadá, Estados Unidos, España, Italia, Suiza, Australia y China, a quienes siguieron siete años de media, reseñó *La Vanguardia*.

“Aumentar la exposición a la vegetación urbana es bueno para la salud y puede reducir la mortalidad de la población”, indicó Rojas.

Por su parte, Mireia Gascón, también investigadora de ISGlobal y coautora del estudio, detalló que «uno de los mecanismos por los que los espacios verdes son buenos es porque fomentan la práctica de la actividad física, lo que se asocia con una mejor salud, reduce el riesgo de enfermedad metabólica y cardiovascular. También reducen el estrés y mejoran la salud mental, porque mirar naturaleza tiene un efecto relajante y, además, ayudan a reducir la contaminación del aire y del ruido».

Fuentes: *La Vanguardia*, HispanTV.



La consecuencia negativa de consumir de manera regular fármacos para el dolor y el sueño

OMS: brotes de dengue han crecido drásticamente y la mitad de la población mundial está en riesgo

Fuente: El Ciudadano