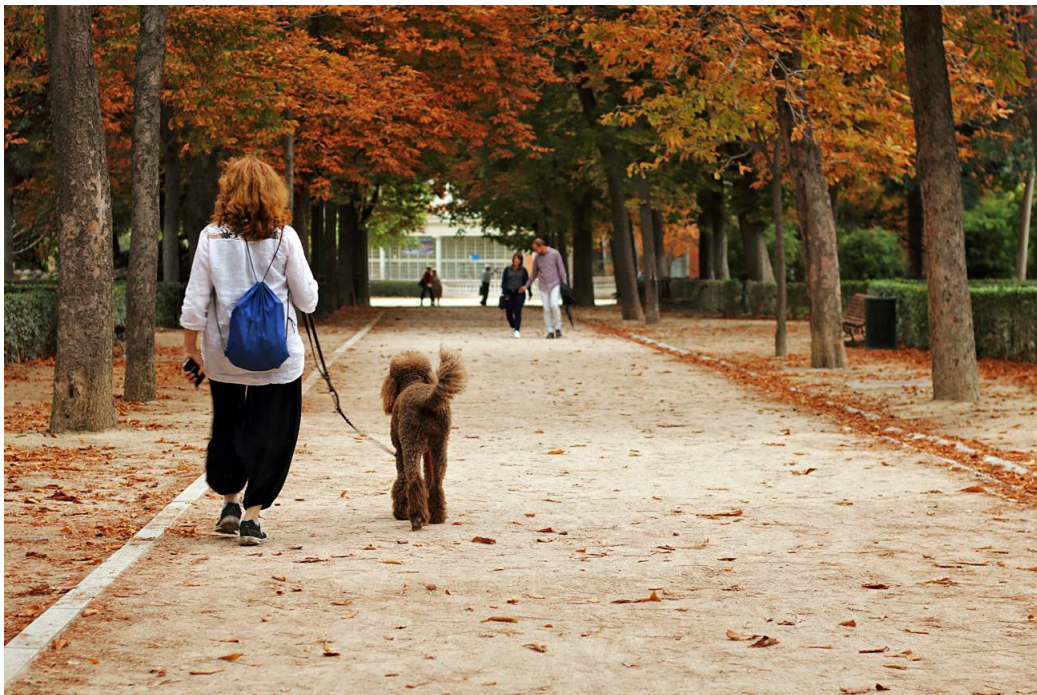


Las personas de barrios más humildes de Madrid realizan menos actividad física en los parques

Un equipo de científicos de la Universidad de Alcalá ha estudiado el uso que se le da a las zonas verdes de la capital en tres barrios con niveles socioeconómicos alto, medio y bajo. El mantenimiento y la seguridad de las instalaciones son determinantes, así como las condiciones de vida y la precariedad laboral de los vecinos.

Eva Rodríguez

18/10/2021 09:23 CEST



Los parques urbanos son un lugar de encuentro para sus residentes y potencialmente útiles para mejorar la salud de la población que realiza en ellos actividad física de mayor o menor intensidad

/ © Adobe Stock

Los parques urbanos son un lugar de encuentro para sus residentes y potencialmente útiles para mejorar la salud de la población que realiza en ellos **actividad física** de mayor o menor intensidad. Un equipo de investigación internacional, liderado por la Universidad de Alcalá (UAH), ha estudiado el uso que se les da a estos lugares verdes dentro de la Madrid según el **nivel socioeconómico** (NSE) del lugar en el que se encuentren.

Para ello, los científicos plantearon un método mixto de estudio. Por un lado, la observación directa del número de personas y su nivel de actividad física en parques de barrios con diferentes NSE. Por otro, se hicieron 29 grupos focales y 37 entrevistas para analizar las percepciones de los vecinos y vecinas sobre los parques como activos urbanos para la actividad física.

“En la cuantitativa, clasificamos los barrios de **Madrid** en función del nivel socioeconómico; escogimos tres barrios clasificados como alto, medio y bajo (Nueva España, El Pilar y San Diego, respectivamente) que reunían las características y en ellos elegimos dos parques por barrio, parecidos entre sí. En las entrevistas y grupos focales se reportaban como lugares a los que la gente iba a hacer actividad física”, explica a SINC **Mario Fontán**, autor principal del estudio y doctorando en Epidemiología y Salud Pública en la UAH.

Ambas partes del trabajo se desarrollaron en paralelo **entre los años 2016 y 2019**, y posteriormente analizaron los datos por separado. Finalmente se pusieron en común para detectar áreas de divergencia o convergencia entre los datos cuantitativos (observación) y cualitativos (discursos).

“Escogimos parques que fueran parecidos entre sí, en cuanto a tamaño y tipo de instalaciones. Por ejemplo, si tenían un **parque infantil** o no, si contaban con algún elemento acuático de adorno tipo fuente. El fin era evitar que diferencias en las características del parque como tal pudieran estar ligadas a las experiencias de uso. Nos interesaba intentar captar aquello más contextual, que es el nivel socioeconómico del barrio”, continúa Fontán.

Cada parque se visitó en cuatro turnos de una hora repartidos a lo largo del día, en dos días diferentes, de diario y en fin de semana

Cada parque se visitó en **cuatro turnos de una hora repartidos a lo largo del día**, en dos días diferentes, de diario y en fin de semana. En tres zonas diferentes del parque en cada turno se registró de toda persona que pasaba su género, edad y nivel de actividad física.

“Nos colocamos en zonas amplias para que hubiera gente diversa caminando, sentada o corriendo. También en las zonas infantiles y en aquellas que incluyeran instalaciones deportivas. Los turnos eran de mañana, de medio día, después de comer y de tarde. Se partían en veinte minutos y con una aplicación registraba todas las personas que pasaban y los datos”, explica el investigador.

Inseguridad y precariedad influyen negativamente

Para las personas participantes en la parte cualitativa, se tuvieron en cuenta variables como edad, sexo, país de origen o situación laboral, para que intentar recoger una mayor riqueza de discursos.

“ *Los residentes apuntaban que horarios laborales muy prolongados o tener dos trabajos o muy físicos les suponía una barrera a la hora de utilizar los parques para realizar actividad física*

Mario Fontán

”

“Creemos que pensar en elementos contextuales te puede indicar las vías que explican las diferencias de uso. Uno de los elementos que salió de esta parte es el de la inseguridad, sobre todo en los barrios de nivel socioeconómico más bajo. La gente de estas zonas percibió el **parque como menos accesible**. Describieron situaciones como perros sueltos o bandas, que no se reportaban en los barrios de mayor nivel socioeconómico”, argumenta.

Otro elemento determinante fueron las condiciones laborales. “Los residentes apuntaban que **horarios laborales muy prolongados o tener dos trabajos o muy físicos** les suponía una barrera a la hora de utilizar los parques para realizar actividad física”, añade el investigador.

El estudio recoge un mayor número de visitantes en los parques de NSE alto: de 10.810 personas observadas, casi la mitad fueron en estas áreas (45,8%).

Asimismo, a mayor NSE del barrio, mayor proporción de personas con nivel alto actividad física.

Las mujeres los utilizan menos para actividad física intensa

Respecto a las diferencias por género, se observó a una mayor proporción de mujeres con bajos niveles de actividad física, y más hombres **que realizaban actividad física elevada** (7,1% mujeres, frente al 10,5% de hombres).

Las mujeres que hacían actividad física suave, sobre todo en los barrios más favorecidos, utilizaban el parque para **hacer labores de cuidados** con su hijo o hija. Las diferencias son más sutiles en los barrios de menor nivel socioeconómico a este respecto.

“ *Los parques son lugares de socialización y tienen impacto en la salud mental de las personas. El diseño de los espacios verdes en las ciudades no puede centrarse únicamente en la actividad física o la mejora de las instalaciones y la seguridad* ”

Además, la diferencia por géneros de la proporción de personas con alta actividad física es mayor en los parques de NSE alto (15,1% hombres; 8,9% mujeres), que en los de NSE bajo (3,6% hombres; 2,8% mujeres).

“Las evidencias que hemos visto están refrendadas en estudios previos, que decían que hay unos niveles diferenciales de actividad física entre sexos, así como un menor uso de los parques en las zonas de menor nivel socioeconómico”, indica Fontán.

En los barrios de NSE medio y bajo también se reportaron **más barreras a la hora de usar los parques**. “La actividad física elevada se puede hacer sola y la inseguridad, por motivos obvios, se puede percibir más por las mujeres que por los hombres. Esto puede frenar a hacer actividad física intensa”, argumenta el autor.

“Los parques son lugares de socialización y tienen también un cierto impacto en la salud mental de las personas. El diseño de los espacios verdes en las ciudades no puede centrarse únicamente en la actividad física o la mejora de las instalaciones y la seguridad. Hay otros factores externos, por lo que es necesario ampliar el marco para entender cómo la población percibe y hace uso de estos espacios. Además de **tener en cuenta distintos grupos sociales y de edad**, que pueden utilizarlos de manera más o menos intensa”, concluye.

Referencia:

Mario Fontán Vela et al. “Active use and perceptions of parks as urban assets for physical activity: A mixed-methods study”. [Health & Place](#).

Derechos: **Creative Commons**.

TAGS | PARQUES | ACTIVIDAD FÍSICA | MADRID |

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)