

No somos conscientes de la importancia que tiene el hábitat urbano en nuestra salud

Xabier Arruza reivindica en El Correo un hábitat urbano más consciente de la salud

Con motivo del Congreso Ciudades del Futuro organizado por El Correo, nuestro coordinador, Xabier Arruza, en representación de Bilbao Urban & Cities Design, reflexiona sobre el impacto directo que el entorno urbano tiene en el bienestar de la ciudadanía. Durante la entrevista, Arruza advierte que todavía no somos plenamente conscientes de esta conexión y se plantea la necesidad de corregir inercias del pasado, apostando por una regeneración integral que priorice la movilidad activa, el diseño bioclimático frente al calor extremo y modelos de ciudad verdaderamente autosuficientes y circulares.

A continuación, el artículo íntegro:

«No somos conscientes de la importancia que tiene el hábitat urbano en nuestra salud»

Sostenibilidad, movilidad, gestión inteligente, estrategia urbana y renaturalización son algunas de las cuestiones que se abordarán en la quinta edición del congreso Ciudades del Futuro

El próximo 1 de octubre, en el Palacio Euskalduna, una serie de expertos nacionales e internacionales reflexionarán sobre los desafíos que afrontan las urbes y qué casos de éxito pueden servir de ejemplo para otros municipios. Se trata del Congreso Ciudades del Futuro, una iniciativa organizada por EL CORREO que tiene a Bilbao Urban & Cities Design como partner estratégico. El coordinador de esta asociación, Xabier Arruza, moderará la mesa redonda sobre regeneración urbana integral.

¿Por qué es importante una cita de estas características?

Cinco años después de la primera edición, pienso que ya es una cita que se ha consolidado en el calendario y en la que conseguimos juntar a todo el ecosistema de la ciudad. Por eso creemos que, aunque han surgido en el camino más eventos de este tipo, este se ha convertido en el de referencia y, de hecho, muchas personas empiezan a preguntarnos por él cuando se acerca octubre.

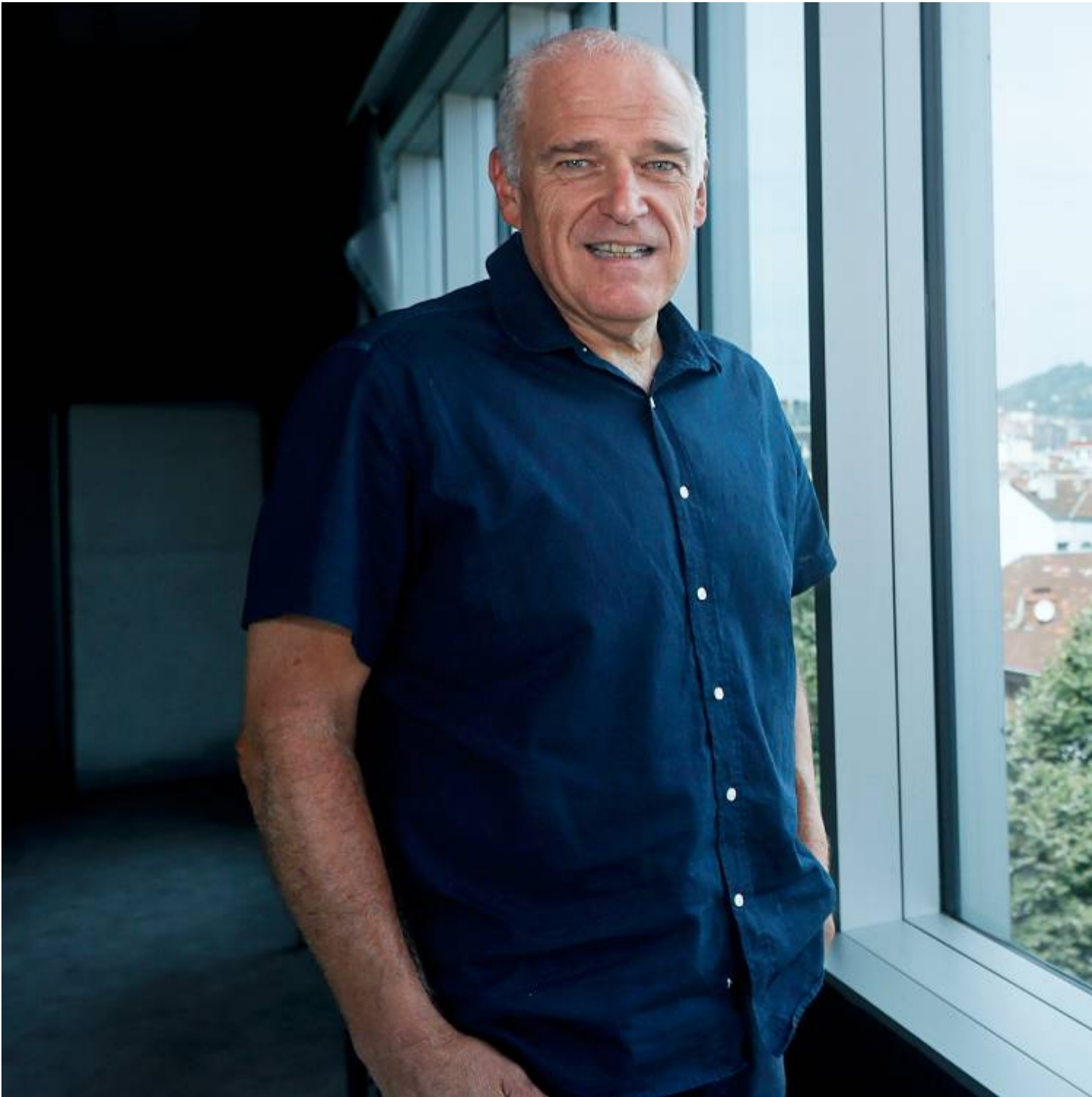
Jueves, 1 de octubre Palacio Euskalduna (Bilbao) Venta de entradas: 20€--

¿Qué feedback han recibido de las personas que han participado en las ediciones anteriores?

Hay gente que quiere más ejemplos internacionales de ciudades, pero hay empresas a las que también les interesa saber qué están haciendo los ayuntamientos cercanos. Por eso intentamos combinar expertos que nos hablen del futuro, otros que lo hagan del presente, y siempre traemos algún ponente internacional que aporte ese sello distinto. Yo creo que, en general, la gente lo valora positivamente.

En el programa de este año se incide especialmente en las ciudades como espacios saludables. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), nuestro estado de salud está condicionado en casi un 25% por el entorno en que vivimos.

Aquí la gran aportación será la de María Neira, quien ha trabajado mucho ese tema en la Organización Mundial de la Salud. No somos conscientes de la importancia que tiene el hábitat urbano que nos rodea en nuestra propia salud. Y no solo hablo de la contaminación del aire que respiramos, motivado por el tráfico, los edificios, los sistemas de climatización... El propio diseño de la ciudad nos invita o no a pasar más tiempo en la calle, a andar. Existe toda una disciplina, salud y ciudad, que ya en los últimos años se está investigando mucho. Creo que los ayuntamientos cada vez son más conscientes de esa conexión y deben corregir errores del pasado. Por eso, el hecho de quitar espacio a los coches y fomentar tanto el uso de la bici como el caminar son cosas que se pueden ir mejorando.



Venimos de un verano con unas muy altas temperaturas de las que es difícil escapar en ciudades como Bilbao. ¿Qué infraestructuras ayudan a mitigar el calor?

Evidentemente el calor ha venido para quedarse, y ni las viviendas ni el espacio público están preparados para ello. ¿Qué se puede hacer para enfriar las ciudades? Se pueden combinar tres medidas: la interceptación solar, es decir, evitar que el sol llegue al suelo y para eso los árboles son la mejor opción; la evapotranspiración gracias a la presencia de láminas superficiales y agua en movimiento para absorber el calor y enfriar el clima, algo que impide la enorme cantidad de cemento que tenemos en la mayoría de las ciudades; y la ventilación natural, porque si yo sé por dónde soplan los vientos puedo intentar orientar calles y edificios con los vientos dominantes y que actúen como canales de ventilación natural. No es casual que el Casco Viejo de Bilbao sea un espacio más fresco que el resto. Sin embargo, construimos edificios con fachadas de cristal que requieren de aire acondicionado, por lo consumen más energía y expulsan el aire caliente al exterior.

Va a moderar la mesa redonda sobre regeneración urbana integral. ¿Estamos aún lejos de la ciudad 100% sostenible?

Pues sí, evidentemente estamos muy lejos. A mí hay un concepto que me gusta mucho, que es el de la autosuficiencia. ¿Cómo de autosuficientes somos? En el sentido de los recursos que nosotros consumimos, ¿somos capaces de generarlos? Y si lo empezamos a pensar punto por punto, estamos lejísimos. Importamos energía y tenemos muy pocos paneles solares en los edificios, o edificios que sean capaces de generar toda la energía que consumen. Por otro lado, el agua procede de repositorios, de embalses ubicados fuera, y no se aprovecha apenas el agua pluvial. Y las ciudades tampoco sacan buena nota en economía circular. Está mejor en movilidad, algo que tiene que ver con la planificación urbana. Es una ventaja que, en ciudades pequeñas y medianas, una gran parte de la población no necesite utilizar el vehículo privado para ir a trabajar o a estudiar.

«Bilbao destaca en movilidad, pero está lejos aún de ser una ciudad autosuficiente»

¿Qué papel juega la tecnología? ¿Hay resultados tangibles en nuestro territorio?

Claro. Dejando a un lado la IA, que parece que nos lo va a solucionar todo, por ejemplo la administración digital facilita la realización de trámites y su propia gestión diaria. Otro ámbito de actuación de la tecnología muy interesante es la sensorica con propósito distribuida por la ciudad, como en el caso de los sensores que se colocan en contenedores para controlar cuándo están llenos, de forma que se optimizan las rutas de recogida. Pero en mi opinión más interesante para los ayuntamientos es el Big Data, es decir, la recopilación y procesamiento de grandes cantidades de datos con el objetivo de anticipar posibles escenarios antes de tomar una decisión. En un escalón superior se situarían los gemelos digitales, que permiten simular cualquier escenario. No obstante, siempre decimos que la tecnología que se escoja tiene que suponer un beneficio real para la ciudad.

Bilbao Urban & Cities Design tiene una clara vocación internacional. ¿Qué ciudades lo están haciendo especialmente bien y qué tipo de conocimiento les aportan desde la asociación?

Personalmente me gusta el ejemplo de París, porque desde una iniciativa de liderazgo público, bajo el mandato de Anne Hidalgo, se apostó por peatonalizar calles y plantar más árboles en sitios donde supuestamente no se podía. Obviamente sabes que vas a tener al lobby del automóvil y a los comercios en contra, pero se hizo. Copenhague siempre es un ejemplo estupendo de economía circular y movilidad. Cuando nieva, lo primero que limpian son los carriles bici porque, si no lo hicieran, se colapsaría la ciudad. Desde Bilbao Urban & Cities Design apostamos por modelos de ciudades compactas y de usos mixtos, donde la proximidad permita generar espacios de encuentro, con mayor presencia de espacios verdes y ganar en calidad de vida. Somos un think tank que pretendemos, por un lado, tomar ejemplo de otras ciudades para intentar aplicarlo en la nuestra, y por otro generar ideas, proyectos y foros de discusión para repensar los modelos urbanos y hacerlos más saludables e inclusivos.

Content Service elaborado por SRB Ediciones

Enlace directo al artículo: https://www.elcorreo.com/content-local/no-somos-conscientes-de-la-importancia-que-tiene-el-habitat-urbano-en-nuestra-salud_amp

[Entrevista xabier](#)

Fecha

2026/09/16