

Hacia una política pública local para promover la salud mental en América Latina mediante la prescripción social basada en la naturaleza.

RECETAS es un proyecto de investigación transdisciplinario que reúne a 13 socios en 6 ciudades piloto de todo el mundo (programa europeo Horizonte 2020). Evalúa e implementa la **prescripción social basada en la naturaleza (NBSP)** para reducir la soledad y mejorar la calidad de vida de los residentes urbanos. La soledad, una de las principales crisis de salud pública, se aborda mediante la NBSP, que combina naturaleza y conexión social en un enfoque inclusivo y adaptable, adecuado para todas las comunidades.

En Cuenca, un equipo que trabaja con adultos mayores implementó intervenciones "Amigos en la Naturaleza".

Sesiones grupales en entornos naturales urbanos (parques, ríos, sitios patrimoniales y culturales) que beneficiaron a aproximadamente 100 participantes. Los resultados: una reducción significativa en las puntuaciones de soledad (de 6,59 a 4,02 en seis meses), una mejora en la calidad de vida relacionada con la salud (de 0,88 a 0,91) y una disminución en el riesgo de aislamiento social (del 40% al 26%). Descubre recomendaciones basadas en evidencia para comunidades urbanas más saludables y conectadas, fundamentadas en el proyecto RECETAS y alineadas con un enfoque intersectorial que vincula sistemas de salud, organizaciones comunitarias y naturaleza urbana.

Incorporar la soledad y la prescripción social basada en la naturaleza en la agenda pública local

- #1 Institucionalizar la Prescripción Social Basada en la Naturaleza (NBSP) como respuesta estructural dentro de la agenda pública local.** Esto incluye: Realizar un mapeo exhaustivo de servicios y activos de salud mediante un enfoque participativo. Difundir un mapa dinámico de activos para facilitar las derivaciones sociales. Elaborar informes situacionales periódicos que integren evidencia cuantitativa y cualitativa para orientar la toma de decisiones y la asignación de recursos.
- #2 Evaluar y dimensionar el alcance de la soledad en el cantón de Cuenca.** Crear un Observatorio de la Soledad en colaboración con universidades, organizaciones sociales, ONGs y el Consejo de Protección de Derechos, para: Realizar estudios periódicos. Evaluar estrategias de atención. Difundir datos. Orientar intervenciones futuras que articulen perspectivas territoriales con los determinantes sociales de la salud.
- #3 Implementar un proceso de fortalecimiento de capacidades para profesionales de la salud y el cuidado social en la aplicación de la NBSP.** Establecer un centro de formación interinstitucional vinculado a la oferta municipal de salud y bienestar, garantizando: Formación continua. Estandarización de competencias. Sostenibilidad a largo plazo del modelo a nivel local.
- #4 Consolidar una red de servicios de atención para reducir la soledad y otros desafíos de salud mental.** Implementar progresivamente un modelo integral de atención a la soledad (promoción, prevención, atención y rehabilitación) dentro de un servicio municipal guiado por profesionales de la salud, que incluya: Un sistema de registro y seguimiento para personas vinculadas a la NBSP. Una asignación presupuestaria específica para garantizar la sostenibilidad financiera.

Diseñar entornos urbanos que reconecten a las personas con la naturaleza

- #5 Fomentar el diseño, gestión y protección de entornos urbanos que integren la naturaleza como componente estructural del bienestar físico, mental y social.** Garantizar que la planificación urbana incluya espacios públicos no excluyentes, con mobiliario ergonómico, infraestructuras accesibles — asientos, zonas sombreadas, pasarelas seguras — y talleres de codiseño participativo como requisito obligatorio en los procesos de planificación, para eliminar barreras para personas mayores, con discapacidad y cuidadoras.
- #6 Priorizar la creación y el fortalecimiento de espacios verdes en las proximidades de centros de atención y puntos de encuentro para grupos vulnerables.** Esto incluye: Diseñar microclimas saludables mediante árboles nativos y protección de la vida silvestre. Promover circuitos bioculturales que integren sitios culturales y patrimoniales con entornos naturales. Transformar los espacios públicos en entornos terapéuticos que fomenten experiencias restauradoras y el bienestar psicosocial.

- #7 Promover un marco regulatorio municipal que reconozca formalmente los entornos naturales como espacios legítimos para la intervención social y cultural**, formalizando su papel en el bienestar ciudadano e integrando la naturaleza urbana en las políticas locales de salud y sociales como un determinante de la salud, y no como un servicio opcional.

Integración de la Naturaleza en las Agendas de Políticas Sociales y Culturales

- #8 Incorporar transversalmente la naturaleza como un activo estratégico social, cultural y de salud pública en el cantón de Cuenca.** Implementar programas de formación para el personal municipal y los promotores comunitarios que trabajan con grupos prioritarios —personas mayores, personas con discapacidad y personas en situaciones de vulnerabilidad—, especializándolos en prescripción social basada en la naturaleza (NBSP) y en la facilitación basada en entornos naturales.

- #9 Fomentar la adaptación de los programas culturales y sociales existentes a entornos naturales mediante una planificación participativa y la alineación entre los distintos departamentos municipales.** Promover acciones intersectoriales e interdepartamentales conjuntas en espacios naturales para la protección del bienestar, la salud y la mitigación de la soledad en la población.

Construcción de una Gobernanza Sostenible para la Implementación Efectiva de la Prescripción Social Basada en la Naturaleza

- #10 Establecer un Comité de Política Local como espacio formal de toma de decisiones intersectoriales**, que reúna a actores públicos, privados y comunitarios para garantizar que la soledad se aborde mediante una estrategia unificada. Las responsabilidades deben distribuirse entre: las entidades municipales, para la implementación operativa, las organizaciones comunitarias, para la facilitación culturalmente relevante, y la academia, para el apoyo científico y la validación metodológica.

- #11 Desarrollar un sistema integrado de seguimiento y evaluación diseñado para rastrear derivaciones**, niveles de participación y resultados en salud mental. Este enfoque basado en datos permite ajustes en tiempo real, garantiza transparencia y proporciona la evidencia necesaria para la inversión continua y la escalabilidad del modelo en diferentes grupos sociales y sectores del cantón.

En conjunto, estas 11 recomendaciones conforman una hoja de ruta coherente y accionable para convertir a Cuenca en pionera en salud pública basada en la naturaleza en América Latina.

Al institucionalizar la NBSP en la gobernanza local, transformar los entornos urbanos en espacios salutogénicos e inclusivos, integrar la naturaleza de manera transversal en las políticas sociales y culturales, y construir una gobernanza sostenible entre sectores, la ciudad cuenta con la evidencia y la red local necesarias para escalar estas intervenciones. Así, se garantiza que la conexión social se convierta en un componente fundamental, equitativo y rentable de una política de salud pública integral.

Más información

- RECETAS in Cuenca:
[recetasproject.eu > Our Cities > Cuenca](https://recetasproject.eu/our-cities/cuenca)



Únete a la Comunidad RECETAS

 www.recetasproject.eu

 [recetasproject](https://www.linkedin.com/company/recetasproject)



This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under grant agreement No 945095.