

## **Els entorns urbans amb més vegetació s'associen a millors comportaments de salut en la infància**

*Un estudi amb nens i nenes de sis països europeus observa que es mostren menys sedentaris i van més al col·legi a peu o amb bicicleta*

**Barcelona, 13 de juliol del 2022-** Les zones urbanes associades a millors comportaments de salut en la infància són aquelles que compten amb **més espais verds i major densitat d'edificis i instal·lacions i, alhora**, les que tenen una **menor densitat de població** i no les travessa **cap carretera important**. Aquesta és la conclusió d'un estudi de múltiples cohorts publicat a *Environment International* i liderat per l'Institut de Salut Global de Barcelona (ISGlobal), centre impulsat per la Fundació "la Caixa". En concret, del treball es desprèn que els nens i nenes que viuen envoltats de més natura realitzen **més activitat física**, dediquen **menys temps a hàbits sedentaris**, **dormen més** i van més al col·legi **caminant o amb bicicleta**.

Es tracta d'un treball que fa **un pas endavant** respecte al gruix de l'evidència científica disponible fins al moment, ja que els estudis anteriors s'havien centrat sobretot en l'efecte de l'entorn ambiental urbà en persones adultes i tenien en compte l'exposició a un únic factor, sense relacionar-lo amb la resta de factors. En canvi, aquest estudi ha avaluat l'associació entre una àmplia gamma de característiques de l'entorn urbà i els hàbits saludables de **1.581 nens i nenes de 6 a 11 anys** de sis cohorts europees. Respon així al creixent interès per estudiar **com contribueix l'entorn urbà als comportaments poc saludables de la població infantil**, i per conèixer si **un canvi en el disseny urbà pot ajudar a promoure un estil de vida més saludable**.

Per dur a terme l'anàlisi es va estimar **l'exposició a 32 aspectes de l'entorn** dels domicilis particulars i les escoles de les nenes i nens, com ara la densitat de trànsit en la carretera més pròxima o la presència d'espais verds o blaus (platges, rius, llacs...). L'equip investigador va recollir, d'altra banda, informació sobre els **hàbits saludables** de la població infantil estudiada, que incloïen la quantitat total d'activitat física general de moderada a vigorosa que duïen a terme els nens, l'activitat física realitzada fora de l'horari escolar, el transport actiu (caminar, anar amb bicicleta...), les conductes sedentàries i les hores de son. A partir d'aquestes dades es va desenvolupar un model d'exposició múltiple.

### **El disseny urbà influeix en la salut**

L'estudi va trobar que allà on els nens i nenes disposaven de més espais verds, també creixia el transport actiu, mentre que les hores de sedentarisme es reduïen. I va trobar també que la presència d'una carretera principal s'associava amb una menor durada del son (4,80 minuts menys de mitjana al dia).

“Els nostres resultats tenen implicacions en les polítiques de planificació urbana”, assenyala **Martine Vrijheid**, cap del programa d'Infància i medi ambient d'ISGlobal i última autora de l'estudi. “Les intervencions de salut pública tendeixen a centrar-se en influir en els comportaments individuals en lloc d'abordar els determinants més amplis del sistema que impulsen aquests comportaments i amplien les desigualtats en matèria de salut. Les nostres dades reforcen la necessitat de **donar prioritat al disseny**”

**urbà per millorar els comportaments que promouen la salut dels nens i nenes** i prevenir la mala salut dels adults.” En aquest sentit, una de les estratègies hauria de ser augmentar la vegetació als carrers i els espais verds.

**Vrijheid** afegeix que “**cal continuar investigant** i incloure altres indicadors urbans que puguin ser rellevants per als comportaments de la població infantil i adolescent, com a zones per als vianants i instal·lacions esportives (taules de tennis, pistes de voleibol...), a més d'incloure altres països i àrees menys estudiades per avaluar millor com un canvi en l'entorn urbà té un impacte en l'estil de vida”.

Una alta proporció de les nenes i nens inclosos en aquest estudi (63,6%) no complia la **recomanació actual de l'Organització Mundial de la Salut (OMS)** de dur a terme almenys 60 minuts al dia d'activitat física moderada o vigorosa, i el 58,6% passava més de dues hores al dia veient la televisió o jugant a l'ordinador o als videojocs. A més, el transport actiu registrat va ser baix, ja que el temps mig diari dedicat a anar de casa al col·legi era de 6,9 minuts.

### **Cohorts estudiades**

El treball, emmarcat en el projecte col·laboratiu **Human Early-Life Exposome (HELIX)**, s'ha basat en sis cohorts de naixement europees:

- Born in Bradford (**BiB**; el Regne Unit)
- Étude donis Déterminants pré et postnatals précoces du développement et de la santé de l'Enfant (**EDEN**; França)
- Infància i Medi Ambient (**INMA**; Espanya)
- cohort de Kaunas (**KANC**; Lituània)
- Norwegian Mother, Father and Child Cohort Study (MoBa; Noruega)
- estudi **RHEA** Mother Child Cohort de Creta (Grècia)

### **Referència**

Sílvia Fernández-Barrés, Oliver Robinson, Serena Fossati, Sandra Márquez, Xavier Basagaña, Jeroen de Bont, Montserrat de Castro, David Donaire-Gonzalez, Léa Maitre, Mark Nieuwenhuijsen, Dora Romaguera, José Urquiza, Leda Chatzi, Minas Iakovides, Marina Vafeiadi, Regina Grazuleviciene, Audrius Dedele, Sandra Andrusaityte, Gunn Marit Aasvang, Jorunn Evandt, Norun Hjertager Krog, Johanna Lepeule, Barbara Heude, John Wright, Rosemary R.C. McEachan, Franco Sassi, Paolo Vineis, Martine Vrijheid, [Urban environment and health behaviours in children from six European countries, \*Environment International\*, Volume 165, 2022, 107319, ISSN 0160-4120, <https://doi.org/10.1016/j.envint.2022.107319>](https://doi.org/10.1016/j.envint.2022.107319)

### **Sobre ISGlobal**

L'Institut de Salut Global de Barcelona (ISGlobal) és el fruit d'una aliança innovadora entre la Fundació "la Caixa" i institucions acadèmiques i governamentals per contribuir a l'esforç de la comunitat internacional amb l'objectiu de fer front als reptes de la salut en un món globalitzat. ISGlobal consolida un node d'excel·lència basat en la recerca i l'assistència mèdica que té el seu origen en els àmbits hospitalari (Hospital Clínic i Parc de Salut MAR) i acadèmic (Universitat de Barcelona i Universitat Pompeu Fabra). El seu model de treball es basa en la generació de

coneixement científic a través dels Programes i Grups de recerca, i en la seva translació a través de les àrees de Formació i Anàlisi i Desenvolupament Global. ISGlobal està acreditat com a “Centre d’Excel·lència Severo Ochoa” i és membre del sistema CERCA de la Generalitat de Catalunya.

## **Prensa ISGlobal**

Yvette Moya-Angeler

[yvette.moyaangeler@isglobal.org](mailto:yvette.moyaangeler@isglobal.org)

+34 637 84 39 97

Pau Rubio

[pau.rubio@isglobal.org](mailto:pau.rubio@isglobal.org)

+34 696 91 28 41

## **Prensa Fundació ”la Caixa”**

Andrea Pelayo

[apelayo@fundaciolacaixa.org](mailto:apelayo@fundaciolacaixa.org)

618 126 685

---

Una iniciativa de:

