

## Posibles beneficios

Esta iniciativa mundial sin precedentes, que abarca no menos de mil ciudades, propiciará diversos beneficios en materia de salud física, mental y ambiental y ofrecerá importantes oportunidades de negocios para el pequeño comercio, al tiempo que supondrá un estímulo general para el bienestar de las ciudades participantes y sus habitantes.

Numerosas ciudades de distintas partes del mundo han llevado a cabo iniciativas similares e incluso siguen celebrándolas cada fin de semana. A continuación, se describen algunos de los beneficios que se han podido comprobar<sup>1</sup>:

- Algunas ciudades colombianas como Bogotá, Cali y Soacha posiblemente ya estén asegurando entre su población, a través de programas de este tipo, un 20% de la actividad física semanal recomendada.
- El 96% de los vendedores ambulantes de una de las ciudades participantes pertenecían al estrato socioeconómico más bajo, y para una tercera parte de ellos esta actividad constituía la única fuente de empleo.
- Los programas de esta índole promueven la participación de la comunidad a través del voluntariado, ofreciendo así a los estudiantes que están completando el servicio nacional o a los ciudadanos jubilados la oportunidad de devolver a la comunidad parte de lo que ésta les ha dado.

Las videograbaciones de la serie Mil vidas nos permiten conocer otras experiencias que nos inspiran a idear modos de colaborar, como ciudadanos, los unos con los otros y propiciar así una serie de cambios.

El Día Mundial de la Salud es una oportunidad única para captar la atención e impulsar a los gobiernos, la sociedad civil y las personas a pasar a la acción. Se trata de una jornada que nos permite avanzar juntos hacia un objetivo mundial relacionado con la salud y participar de un modo significativo en un evento de carácter universal. **Dar voz a nuestro deseo común de lograr unas ciudades más sanas.**

<sup>1</sup> Fuente: *Ciclovías Recreativas de las Américas. Ficha informativa, 2008.* Preparada por Olga Sarmiento, Andrea Torres, Enrique Jacoby, Michael Pratt, Thomas Schmid, Gonzalo Stierling, Diana Fernández, James Merrell y Jaime Parra.

## Cómo participar en esta iniciativa

**Ciudades:** Inscríbase y comprométase a abrir los espacios públicos a la salud durante un día entero a lo largo de la semana del 7 al 11 de abril de 2010. Regístrese en la página <http://www.who.int/whd2010> e indíquenos qué actividades tiene previsto organizar.

**Ciudadanos:** Trabaje con su ciudad para que esta se comprometa a abrir los espacios públicos para el Día Mundial de la Salud 2010. Haga campaña en favor de un «promotor de la salud urbana», es decir una persona que se esfuerza por lograr mejoras en esta esfera. Mande un video de no más de cuatro minutos al sitio YouTube de la OMS, <http://www.youtube.com/whd2010>.

Centro OMS para el Desarrollo Sanitario  
(Centro OMS de Kobe)  
I.H.D. Centre Building 9F,  
1-5-1 Wakinohama-Kaigandori,  
Chuo-ku, Kobe 651-0073 Japan  
+81 78 230 3100  
[whd2010@wkc.who.int](mailto:whd2010@wkc.who.int)

<http://www.who.or.jp>

  
**1000 CIUDADES  
1000 VIDAS**

LA SALUD URBANA  
ES IMPORTANTE



## Objetivo mundial para 2010 1000 ciudades 1000 vidas

### Forme parte de un movimiento mundial en pro de unas ciudades más sanas

El Día Mundial de la Salud 2010 se centrará en la urbanización y la salud. En el marco de la campaña «1000 ciudades, 1000 vidas», se organizarán eventos por todo el mundo:

- **1000 ciudades:** Las ciudades del mundo entero están invitadas a abrir sus espacios públicos a la salud durante un día entero a lo largo de la semana del 7 al 10 de abril de 2010 – ya sea para realizar actividades en los parques, reuniones ciudadanas, campañas de limpieza, o para cerrar al tránsito de vehículos motorizados una parte de sus calles.
- **1000 vidas:** Se pide a los ciudadanos que presenten relatos sobre personas que destaquen por su labor en materia de promoción de la salud urbana y que hayan influido de forma destacada en ella.

### La urbanización representa uno de los mayores desafíos sanitarios del siglo XXI.

La urbanización es una tendencia que no tiene visos de detenerse. En el 2007 se alcanzó por primera vez en la historia un punto en el que más de la mitad de la población mundial vive en ciudades. Al final de 2030, el 60% de la población vivirá en zonas urbanas.

#### Actuemos ahora para promover la salud en el presente y también para las generaciones futuras.

La urbanización suele estar asociada a numerosos problemas sanitarios relacionados con el agua, el medio ambiente, la violencia y los traumatismos, las enfermedades no transmisibles (enfermedades cardiovasculares, diferentes tipos de cáncer, diabetes y enfermedades respiratorias crónicas), una alimentación poco saludable acompañada de falta de actividad física, el consumo nocivo de alcohol y los riesgos inherentes a los brotes epidémicos.

Aunque las amenazas que pesan sobre la salud urbana son ciertamente importantes, el panorama general dista mucho de ser sombrío. La apuesta por abrazar el lado positivo de la salud urbana trasciende las funciones y responsabilidades de los gobiernos y debe comprender las contribuciones que puedan aportar la sociedad civil, los grupos comunitarios, los arquitectos, los ingenieros y las empresas responsables.

### Cómo contribuir a esta iniciativa

La campaña Mil ciudades, mil vidas ofrece a las comunidades una plataforma idónea para que las autoridades municipales, los grupos de acción cívica y las personas que las integran puedan avanzar conjuntamente hacia un objetivo común centrado en la salud. Al mismo tiempo, es también una excelente ocasión para disfrutar del ejercicio, de la música o de un rato agradable al aire libre con amigos y vecinos. Los comercios del lugar pueden verse beneficiados por un aumento de las ventas, y todos gozarán del sentimiento de comunidad que propiciará esta jornada.

#### Abra los espacios públicos a la salud.

Las actividades del Día Mundial de la Salud quedan a criterio de la creatividad, los deseos y las prioridades de cada ciudad. Poner las calles a disposición para pasearse libremente y sin peligro en bicicleta puede ser divertido, pero quizás haya otras alternativas más adecuadas al contexto de su propia ciudad, como por ejemplo sesiones de tai chi, conciertos de música clásica o tradicional o caminatas de 10 kilómetros en las que participen el alcalde, estrellas del deporte u otras celebridades.

#### Designe a un «promotor de la salud urbana».

En el medio urbano las personas representan una fuerza poderosa para la promoción de cambios capaces de reportarnos a todos enormes beneficios sanitarios. ¿Conoce usted a alguien que destaque en este terreno?

- Ohishi es un muchacho japonés con asma que ha luchado durante dos años por reducir los niveles de exposición al humo ajeno en su ciudad, Shizuoka.
- Un grupo de habitantes de un asentamiento irregular en la India se ofreció para recoger la basura en su barriada, con la sola condición de que el ayuntamiento les facilitara un camión.

Las videograbaciones de la serie Mil vidas, nos dan una idea de lo que se está haciendo y de lo que podemos hacer en esta esfera.

Para más información sobre los tipos de actividades que pueden promover las ciudades, véase el sitio web <http://www.who.int/whd2010>. Los relatos recogidos dentro de la campaña Mil vidas pueden consultarse en YouTube, en el sitio <http://www.youtube.com/whd2010>.

