

## 11. SALUT I NATURA

### Document de treball

## DIAGNOSI

---

### Coneixement

Les evidències científiques dels efectes protectors de la natura en la salut integral humana han incrementat molt. El contacte regular amb la natura aporta diferents beneficis saludables, especialment a l'àmbit preventiu i de la salut mental. El 80% dels determinants de la salut es troben fora del sistema sanitari i, per tant, l'entorn natural i els factors ambientals (aire net, alimentació sana, exercici, etc), són fonamentals per a conservar i millorar la salut. Referents: Grup especialista UICN Health and Wellbeing, ISGlobal, PEHSU Garrotxa, Càtedra Oceans i Salut Humana (UdG), concepte 'One Health' (OMS), programes internacionals en parcs: 'Healthy Parks, Healthy People', et.

### Estat i tendències

El 95% de la població de Catalunya viu en medis urbans, en gran part desconnectada de la natura, i la tendència és ascendent. La població catalana com més va més envellida està, i la salut de les persones de més de 65 anys tendeix a empitjorar més que en altres països del nostre entorn. Tot i que els indicadors de salut social de Catalunya són comparativament bons, a escala europea, l'augment de malalties de civilització (mentals i degeneratives) i l'alt consum de fàrmacs és preocupant.

### Polítiques

El Pla Interdepartamental i Intersectorial de Salut Pública (PINSAP) (2017-2020), AUPA, i, més concretament, les que es deriven de la Taula intersectorial Salut i Natura (promoguda per la XCN).

## FITES

---

- Millorar l'estat de salut integral i el benestar de la població mentre reorientem la despesa sanitària (2019: 29% pressupost de la Generalitat). Caldria invertir més en conservar o mantenir la salut per reduir el que es destina a guarir malalties.
- Normalitzar i generalitzar la prescripció social de natura.
- Normalitzar el contacte amb la natura a l'àmbit sanitari i regularitzar les teràpies naturals complementàries seguint els referents europeus (Alemanya, Escòcia, França, etc).

## ACCIONS ESTRATÈGIQUES

---

- Promoure un model de salut integral basat en la prevenció, el manteniment de la salut, l'empoderament de les persones i la salut comunitària.
- Integrar transversalment els criteris de salut en tots els plans territorials, urbanístics i d'infraestructures.
- Desplegar la prescripció (social) de natura, a escala individual i comunitària.
- Conservar i restaurar (quan s'escaigui) els espais agraris i el patrimoni natural dins, a l'entorn i a fora de les ciutats.
- Augmentar i millorar la infraestructura verda i blava urbana i periurbana.
- Promoure i facilitar la implicació ciutadana en l'augment, gestió i gaudi dels espais verds (terrestres) i blaus (marins i lacustres), afavorint l'accés equitatiu a la natura.
- Incrementar la despesa en recerca científica i la difusió de les evidències relatives als beneficis que la natura aporta a la salut.

## REFERÈNCIES

---

- Declaració Salut i Natura – XCT, 2019
- Declaració Sèlvans sobre la teràpia forestal i els boscos terapèutics 2019
- Resultats del taller Escenaris de Futur (juliol 2020) per desplegar la taula intersectorial salut i natura
- Múgica, M. et al (2013) *Salud y áreas protegidas en España. Identificación de los beneficios de las áreas protegidas sobre la salud y el bienestar social*. Europarc-España.
- [Our Natural Health Service](#) – Scotland's Nature Health Agency