

# Promoción de entornos saludables

Tiempo estimado de lectura: 3 min 30 seg

Autor: **Xanela Aberta á Familia**



La Xunta de Galicia acordó iniciar la tramitación de la nueva **Ley de salud pública de Galicia** con el objetivo de "mejorar la respuesta ante los riesgos sanitarios ya existentes y los emergentes, establecer protocolos de actuación y reducir la incidencia de enfermedades" además de regular de forma específica la **promoción de estilos de vida saludables**.

La norma modernizará la gobernanza de la salud pública en Galicia mediante la participación ciudadana y comunitaria, fomentando una mayor participación de las comunidades locales, permitiendo que las personas tengan un papel activo en la definición de las políticas públicas que afectan a su salud. Se garantizará, además, la equidad territorial y la coordinación con los ayuntamientos, con el Sistema Nacional de Salud y con los organismos nacionales competentes.

Se pretende, por tanto, fomentar la **acción local en salud**, mediante la colaboración y el trabajo en red entre administraciones públicas, entidades comunitarias, centros educativos, asociaciones y otros agentes relevantes, con el objetivo de promover la salud y reducir desigualdades.

Dentro del marco del **Plan Obesidade Zero**, se incluirá la vigilancia de los entornos obesogénicos comprendiendo el análisis de factores ambientales, sociales y educativos que puedan favorecer el desarrollo de sobrepeso y obesidad en la población, especialmente en la infancia, con indicadores públicos y actualizados periódicamente.

El impulso de políticas activas en promoción de la salud implica la creación de entornos saludables en centros educativos, laborales y comunitarios. Los ejes centrales son por lo tanto las organizaciones que crean **Redes de Promoción de la Salud** como son:

- La Red Escuelas<sup>(1)</sup> y Universidades promotoras de la Salud (REUPS)<sup>(2)</sup> de la que forman parte las tres universidades gallegas: la USC, la UDC y la UVigo

- La Red Internacional de Hospitales promotores de la Salud <sup>(3)</sup> (HPH) <sup>(4)</sup>

- La Red Española de Empresas Saludables (REES)<sup>(5)</sup>

- La Red Española de Ciudades Saludables (RECS)<sup>(6)</sup> de la que forman parte muchos municipios gallegos

La salud no sólo depende la biología humana (genética) y la atención sanitaria, sino también de los entornos donde vivimos (en un 19%) y convivimos y los hábitos de vida (43%)<sup>(7)</sup>, por lo que la promoción de la salud debe tener una visión amplia.

Los **entornos físicos** influyen directamente en la salud: los espacios verdes y seguros favorecen hábitos saludables, mientras que la contaminación y las viviendas en malas condiciones de habitabilidad pueden causar enfermedades y estrés.

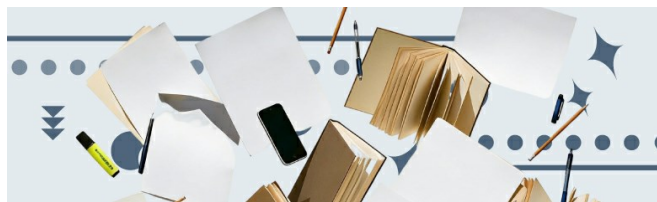
Los **entornos sociales** son importantes para el bienestar emocional, ya que el apoyo y la inclusión previenen problemas mentales, mientras que la discriminación y el aislamiento los agravan.

El **entorno educativo** ayuda a formar hábitos saludables y valores desde la infancia, además de favorecer el desarrollo personal y social del alumnado.

El **entorno laboral** afecta a la salud física y mental: tener buenas condiciones laborales mejora el bienestar emocional, mientras que el estrés y la precariedad lo perjudican

El **entorno digital** ofrece ventajas para la comunicación y el acceso a información, pero su uso excesivo puede provocar sedentarismo y problemas sociales.

En conclusión, los entornos tienen una gran influencia en la salud y es necesario crear condiciones que permitan una vida saludable y de calidad. La promoción de la salud requiere la colaboración de toda la sociedad para crear entornos más saludables, sostenibles e igualitarios.



1. <https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevenccion/entornosSaludables/escuela/escuelasPromotorasdeSalud/hor>

2. <https://unisaludables.com/>

3. <https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevenccion/entornosSaludables/docs/PromoSaludHospitales.pdf>

4. <https://www.hphnet.org/>

5. <https://www.insst.es/materias/transversales/promocion-de-la-salud/red-espanola-de-empresas-saludables>

6. <https://recs.es/>

7. <https://educacionparalasalud.org/recursos/informe-lalonde/>