

Elementos a Considerar en la Salud Ambiental de Espacios Recreativos

Martha Orozco-Medina*;
Javier García Velasco*
Arturo Figueroa Montaña**
mgeorozco@gmail.com, (*)

Universidad de Guadalajara, Centro Universitario de Ciencias Biológicas y Agropecuarias, CUCBA, U de G., Instituto de Medio Ambiente y Comunidades Humanas. **CUCEI. U de G. Carretera Guadalajara–Nogales Kilómetro 15.5, Predio las Agujas, Zapopan, Jalisco, México, C.P. 45110 Teléfono y Fax (52) 33 37 77 11 50 ext. 33028

Palabras Clave: Salud Ambiental, Recreación, Espacios Recreativos

Resumen

La recreación en años recientes, está siendo cuestionada por las diferentes acepciones que representa, y por las múltiples facetas que puede significar para los que en algún momento la practicamos, hay quienes se mantienen en el concepto tradicional de la recreación ligada a la práctica de cualquier actividad que sea elegida durante el tiempo libre y que se disfrute, para otros el concepto tiene que evolucionar e incluir necesariamente un beneficio.

Los beneficios derivados de la recreación se pueden traducir en calidad de vida, salud y bienestar; acercarse a conocer las condiciones de salud ambiental en los espacios recreativos, puede suponer la caracterización de las condiciones de contaminación ambiental y el riesgo que pueden significar para la población.

La caracterización de los espacios recreativos incluye calidad fisicoquímica del aire y del agua, niveles de ruido y radiaciones, así como percepción de problemas ambientales y de salud de la población expuesta.

La aplicación de la metodología debe integrar criterios técnicos, científicos y normativos, así como recomendaciones de guías internacionales para la caracterización de las condiciones ambientales. Se puede permitir el diseño y aplicación de cuestionarios y sondeos para valorar la percepción de la calidad ambiental en los espacios recreativos y posibles molestias, quejas o síntomas de daño que percibe la población.

De manera integral es importante considerar que la salud ambiental puede proporcionar un marco amplio de actuación desde la caracterización hasta la gestión y puesta en marcha de medidas de atención, conviene incluirla como parte de las políticas públicas en torno al análisis de los espacios recreativos y la construcción de sitios y comunidades más saludables.

1. Marco Teórico.

Conceptos.

Partir del concepto de salud, calidad ambiental y recreación, permite identificar elementos del ambiente que pueden representar condiciones que favorecen el uso del tiempo libre o lo pueden limitar, a continuación se presentan algunos conceptos relacionados con este abordaje.

Salud ambiental, se refiere a aquellos aspectos de la salud humana y de los sistemas biológicos, incluida la calidad de vida, que son determinados por factores ambientales físicos, químicos, biológicos, sociales, psicosociales y económicos. Incluye, la teoría y práctica de evaluación, corrección, control y prevención de los factores ambientales que pueden afectar de forma adversa la salud de la presente y futuras generaciones (OMS, 2012).

El ambiente y el estilo de vida, tanto como la situación política, social y económica son determinantes de la situación sanitaria y la sensación de bienestar de cada persona; un ambiente sano en cada hogar, en cada comunidad y en cada espacio laboral o recreativo es una necesidad básica inherente a la dignidad humana.

Es importante identificar los elementos presentes en los ambientes en los que se desarrollan las actividades recreativas, conociendo los factores químicos, físicos, biológicos y sociales.

La calidad de vida y del ambiente, están íntimamente relacionadas y representan un complejo espectro de interacciones, su estudio es sujeto de diversas disciplinas que se integran para lograr un mejor entendimiento de los problemas y efectos tanto en el ambiente como en la salud (OPS, 2007).

Diversos aspectos de bienestar en la población están influidos por el ambiente y algunos riesgos a la salud son iniciados, preservados o exacerbados por factores ambientales. Por esta razón, conocerlos y controlarlos constituye un importante componente de la salud pública, que implica también el acercamiento a la caracterización de los espacios recreativos y las actividades que en éstos se realizan (Secretaría de Salud, 2002).

Para el contexto que nos ocupa, vale la pena hacer mención que recreación se entiende como una forma de actividad humana, basada en acciones voluntarias durante su tiempo libre, usualmente placenteras y que incluyen necesidades como socialización, relajación, disminución del estrés, desarrollo personal, salud mental, física y emocional, reappropriación, responsabilidad, creatividad, práctica de procesos y liberación (Kraus, R. y Curtis J., 2000).

Recreación

La recreación, en la sociedad actual se ha convertido en una necesidad de gran importancia, ya que en los últimos años los investigadores en el campo socio cultural le han dado el lugar que le corresponde. Estas teorías nacen de la importancia que le han dado al tiempo libre como factor de bienestar social, considerándolo como "aquel período que está a la completa disposición del individuo después de haber terminado su labor y cumplido sus otras obligaciones" (Carta de los Derechos Humanos al Tiempo Libre, 1967, en Guerrero 2006).

Resulta preocupante como se han ido reduciendo espacios naturales y de áreas verdes que facilitan actividades recreativas y de esparcimiento, o que además reúnen condiciones convenientes de calidad ambiental.

La urbanización en la ciudades ha limitado cada vez más los espacios abiertos para la recreación en contacto con la naturaleza, así mismo no se conocen tan a detalle los lugares recreativos que proporcionan factores que mejoran la calidad de vida y que son accesibles a la población. El cine, el comercio en plazas y los lugares cerrados, desplazan frecuentemente a los lugares abiertos (Ruán, T. 2011).

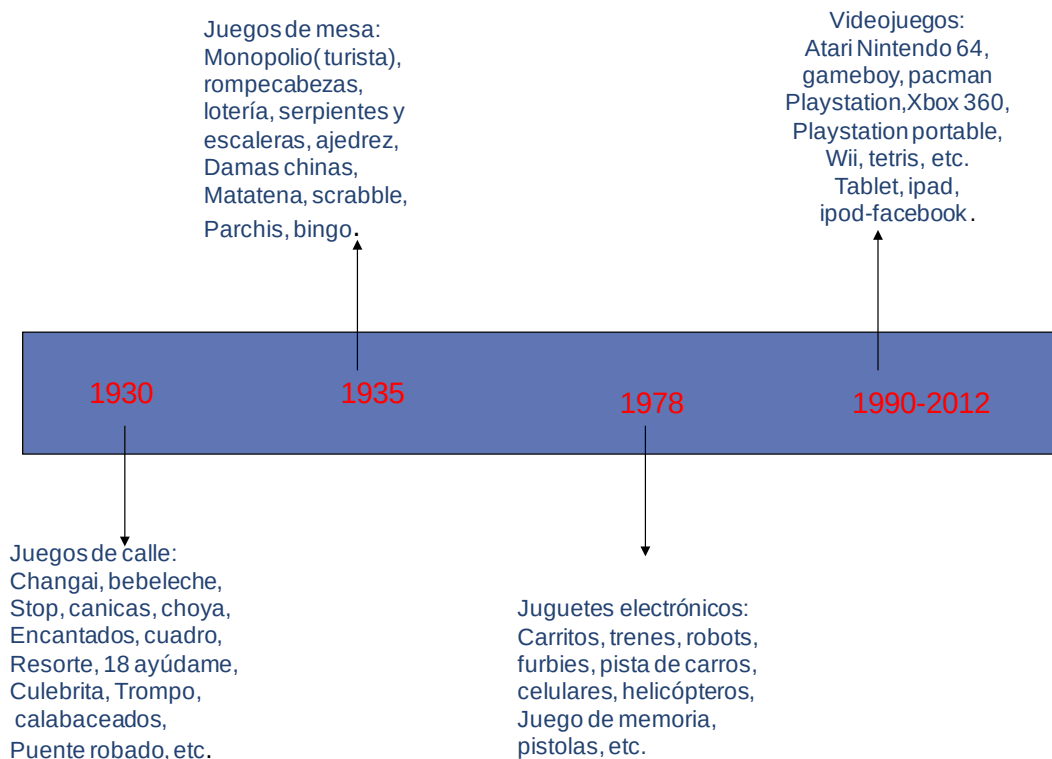
Los deportes y eventos masivos con espectadores siguen ocupando un lugar interesante aunque la forma de recrearse como público, se conoce como pasiva, puesto que el sujeto no interviene directamente con la acción.

La recreación a lo largo del tiempo, ha sufrido diversas transformaciones, en muchas de las ocasiones de la mano de las invenciones de juguetes fue modificándose, el juego con instrumentos u objetos (juguetes) a lo largo de la historia tomó dos direcciones la imitación y la instrucción, los más recientes tipos de juguetes probablemente fueron desarrollados por un instinto de conservación, por que en muchas culturas una de las primeras cosas enseñadas a los jóvenes fue el uso de las armas y otros instrumentos militares de juego. Actualmente las más célebres batallas han sido representadas en juguetes como aquellas armas y máquinas fantásticas que aparecen en libros o películas de ciencia-ficción (The New Encycl. Britannica, 1994).

Dos grandes desarrollos del siglo XX contribuyeron a la masificación de la industria de juguetes y accesorios, la difusión de las películas americanas y la aparición de la televisión y por otro lado la aparición de la tecnología electrónica y la computadora que permitieron a las manufactureras japonesas en particular, producir una amplia variedad de sofisticados juegos electrónicos; bajo esta presión industrial, el folklore de la cultura y las tradiciones están desapareciendo rápidamente, aunque en algunos países se conserven.

A continuación, se puede observar la evolución histórica de los juegos y juguetes, que se relacionaban muy de cerca con la recreación y que en la actualidad de la mano de la tecnología, han encontrado la forma de ir limitando la actividad recreativa en espacios abiertos.

TIPOS DE JUEGOS



Tipos de Juegos, Elaboración propia (2012)

La tecnología a pesar de sus múltiples características y beneficios, presenta serias desventajas, puesto que está limitando la actividad física ligada a la recreación, asunto que aunado a la propia infraestructura urbana, la vialidad y la inseguridad, ha conseguido que la recreación en los niños cambie sustancialmente en los últimos años, las generaciones que nacieron alrededor de los 80's y antes, tenían hábitos más frecuentes de recreación ligados al aire libre, días de campo, parques y deportivos.

Actualmente la recreación de niños y jóvenes, se vincula más a los espacios cerrados, la televisión, internet, los aparatos electrónicos en general, que aunque pueden tener diferentes beneficios, las repercusiones a la salud deben de representar un foco de atención, sobre todo cuando la recreación presenta complicaciones, como el uso excesivo de los videojuegos que genera adicción, violencia, conducta antisocial, aislamiento, agresividad, sedentarismo, trastornos músculo-esqueléticos por malas posturas, cansancio visual y auditivo, obesidad, movimientos involuntarios de las manos, tendinitis y epilepsia, por citar algunos (Tejeiro, S., Pelegrina del R., y Gómez, V., 2009).

Áreas Recreativas y Salud Ambiental

El estudio de las áreas recreativas puede abordarse desde distintos ángulos, para ello es importante partir del tipo de espacio de que se trata y la actividad que se realiza.

La gama de productos que han proliferado asociados a la recreación, han caído particularmente en el consumismo y la comercialización de la diversión, en general, aunque también se están tratando de hacer esfuerzos por recuperar actividades y espacios ligados a la recreación saludable, ejemplo de ello es la Vía Recreativa que en el caso de Guadalajara, se ha posicionado en el gusto de la población y trae beneficios asociados como el empoderamiento de la ciudadanía por las calles, la convivencia familiar, la actividad física, la búsqueda de opciones para liberarse del estrés y de lo cotidiano, tan solo por citar algunos de los placeres que mencionan los usuarios de la vía (Ruán, T. 2011).

Los parques de barrio, según estudios realizados por algunos especialistas, influyen positivamente en el incremento de la actividad física, el deporte, la recreación y la interacción social (Rung, A. L., et. al. 2011).

Como una forma de analizar los espacios destinados a la recreación se pueden describir en función de su ubicación, actividad que desarrolla, el grupo de edad, el estrato socioeconómico y los beneficios.

CLASIFICACION DE ESPACIOS	CARACTERÍSTICAS
POR SU UBICACIÓN	En espacios abiertos o cerrados, en espacios naturales o artificiales. Accesible, céntrico o en los suburbios, jardines, parques, unidades deportivas, clubes, balnearios, casinos, salones de fiestas, centros comerciales, restaurantes, bares, antros, cafés, estadios, ferias, festivales, kermeses.
POR LA ACTIVIDAD QUE DESARROLLA	Deporte, recreación, diversión, cultura, arte, gastronomía, comercios, juegos de azar. Continuos o esporádicos y de temporada. Sociales, religiosos y familiares como bodas, cumpleaños, bautizos, etc.
POR GRUPO DE EDAD	Infantiles, juveniles, adultos, adultos mayores, familiares,
POR ESTRATO SOCIOECONÓMICO	Económicos, medios, costosos por lo tanto inaccesibles para ciertos estratos, selectivos, por membresías, invitaciones o masivos y multitudinarios.
POR SUS BENEFICIOS	Saludables, de diversión, de recreo, de ocio, de descanso, de cultura, educativos, deportivos, espirituales, de cohesión social.

Cuadro No.1 Clasificación de espacios por sus características. Elaboración propia (2012).

Cada uno de estos espacios desarrolla actividades diversas, múltiples y complejas que demandan atención, caracterización, diagnóstico, evaluación, análisis e intervención. Cuando el medio ambiente deja de satisfacer las necesidades básicas y al mismo tiempo presenta numerosos riesgos, la calidad de vida y la salud de las personas se ve influida.

Los peligros o amenazas tradicionales y modernos, están presentes tanto en el ambiente en general como en los ambientes recreativos, entre estos, se puede identificar el saneamiento básico, la contaminación por microorganismos patógenos, la calidad del aire y agua, limitaciones en la disposición de residuos sólidos, riesgos de accidentes y catástrofes naturales, hasta aquellos que se relacionan con el riesgo químico, radiaciones, ruido, deforestación, degradación del suelo, cambio climático, humo de tabaco, alcohol y drogas, peligros por vialidad y transporte, peligros ocupacionales, trastornos relacionados con los alimentos y la dieta.

Los peligros ambientales pueden producir un amplio abanico de efectos sobre la salud que varían en tipo, intensidad y magnitud según la clase de peligro, el nivel de exposición y el número de afectados.

Las enfermedades más importantes suelen asociarse a más de un tipo de exposición y para causar las enfermedades, los peligros actúan junto con los factores genéticos, la nutrición, los riesgos del estilo de vida y otros factores (Castro R., Pérez R., 2009.)

En la actualidad muchas actividades recreativas han supuesto peligros y amenazas que cuestionan el beneficio real de la recreación, hasta donde un grupo de jóvenes que participan en un concierto con una exposición a niveles sonoros críticos de más de 90 de decibeles (A) reciben el beneficio de la recreación. ¿Hasta dónde un grupo de niños que se involucran en un juego de video durante más de dos horas con estímulos auditivos, visuales y de carga agresiva extrema les representa un auténtico beneficio?

El compromiso de ligarse a actividades recreativas saludables es una decisión tanto colectiva como individual, pero debe también ser considerada como parte de las políticas públicas el promover la recreación sana y al aire libre, así como también regular los giros que representan peligro para la comunidad, como los establecimientos en los que se comercializan bebidas alcohólicas y drogas, con lamentables consecuencias particularmente para los jóvenes.

2. Alcances y Herramientas en Salud Ambiental.

A partir de un modelo de gestión integral es importante contar con procesos de planeación intersectorial en donde se definan las acciones más efectivas para atender las causas de los problemas de salud ambiental en espacios recreativos.

En cada ámbito: salud, ambiente, contexto social, emocional, cultural, espiritual y seguridad, existen factores que con relación a las actividades y espacios recreativos tienen diferentes connotaciones y acepciones que pueden modificar los beneficios de la recreación y en su caso limitarla o potenciarla.

Salud	Ambiente	Social, emocional, cultural, espiritual	Seguridad
Susceptibilidad-resistencia, peso, talla, agudeza visual, fuerza, potencia, coordinación, nivel de tolerancia, resiliencia, sensación de bienestar, aptitud física, enfermedades	Agua, Aire Recursos Bióticos, microbiológicos Energía, Residuos, Olores, Ruido Radiaciones Ambiente construido; vialidades, red de comunicaciones	Valores, creencias, destrezas, capacidad de interactuar, creatividad, ingenio, talento, trascendencia, paz interior,	Instalaciones, Seguridad, Protección, Advertencias, Plan de emergencia, Accidentes

Cuadro No. 2 Factores ligados a la recreación. Elaboración propia (2012).

Adicciones, accidentes viales, riesgos, patologías relacionadas, insatisfacción, pueden ser aspectos ligados a la recreación y el identificar ciertas actividades en los espacios recreativos va a suponer limitantes.

Acceder a actividades recreativas seguras y que representan un beneficio personal o colectivo, puede ser parte de una gestión integral en materia de salud ambiental para espacios recreativos.

Otro aspecto innovador que se está gestando en las ciudades y que trae a la par otras demandas es la movilidad peatonal, lo que requiere que profesionales y especialistas propongan y consigan que se ligen los corredores peatonales y no motorizados a la presencia de parques y sitios de recreación, incrementando así las ventajas y satisfactores (Evenson, et. al., 2009).

Cada giro, cada espacio, supone una serie de características particulares que limitan la recreación saludable, el grupo más vulnerable en este sector son los jóvenes, y lamentablemente es el grupo de edad que está menos considerado en las políticas públicas, su exposición a diferentes prácticas de riesgo le representan poner en peligro su seguridad y su vida, pero lamentablemente las cifras aumentan y cada vez más padecen las consecuencias de una "recreación" mal entendida.

ESPACIOS	CARACTERISTICAS
Antros, bares, restaurantes	Comercio de sustancias psicotrópicas, accidentes viales, mezcla de bebidas con efectos secundarios, alimentos con alto contenido calórico y bajo porcentaje nutrimental, música a altos niveles.
Balnearios, playas, clubes deportivos	Microorganismos, enfermedades de transmisión hídrica, falta regular las medidas de seguridad
Casinos, cines,	Adicciones, ludopatías, falta de medidas de seguridad, rutas de evacuación, alarmas, ruido
Centros de diversión de juegos electrónicos	Violencia, iluminación, ruido, no hay señales de advertencia.
Parques extremos	Falta de seguridad, vigilancia, riesgos,
Estadios, Auditorios, Palenques, centros comerciales.	Medidas de Seguridad, sobrecupo, rutas de evacuación, personal de seguridad
Salones de Fiestas	Ruido, rutas de evacuación, robos con violencia, inseguridad.

Cuadro No. 3 Espacios recreativos que requieren atención. Elaboración propia (2012)

Los espacios recreativos en las colonias, barrios y comunidades, deben estar presentes y formar parte del entorno. Deportes, cultura, convivencia y juegos, son solo algunas de las actividades que pueden cambiar los roles de grupos de jóvenes sin actividad laboral o escolar definida, está comprobado que el involucrar a jóvenes o niños en una actividad física, les desmotiva y desalienta para la práctica de actividades delincuenciales o al consumo de bebidas alcohólicas y sustancias prohibidas.

Según la OMS, 2011, el consumo de bebidas causa 2.5 millones de muertes al año, en el mundo, cerca de 320 000 jóvenes entre los 15 y 29 años mueren por causa de enfermedades relacionadas con el alcohol.

Otros datos alarmantes pudieran encontrar respuesta en mayor número de programas de ocupación y recreación saludable; la falta de orientación y de oportunidades se refleja en el alto número de adolescentes que mueren cada año en México por accidentes de tránsito, homicidios y suicidios, según datos oficiales, éstas son las tres principales causas de muerte entre los jóvenes de 12 a 17 años de edad en México. En el 2007, morían diariamente tres adolescentes por accidentes de tránsito; cada semana eran asesinados ocho jóvenes y otros cometían suicidio (UNICEF, 2012).

Salud ambiental y sus implicaciones es el resultado de diferentes fases que se señalan a continuación y de la forma en la que se desarrollan, abordan o establecen dependerá el que se mantenga.

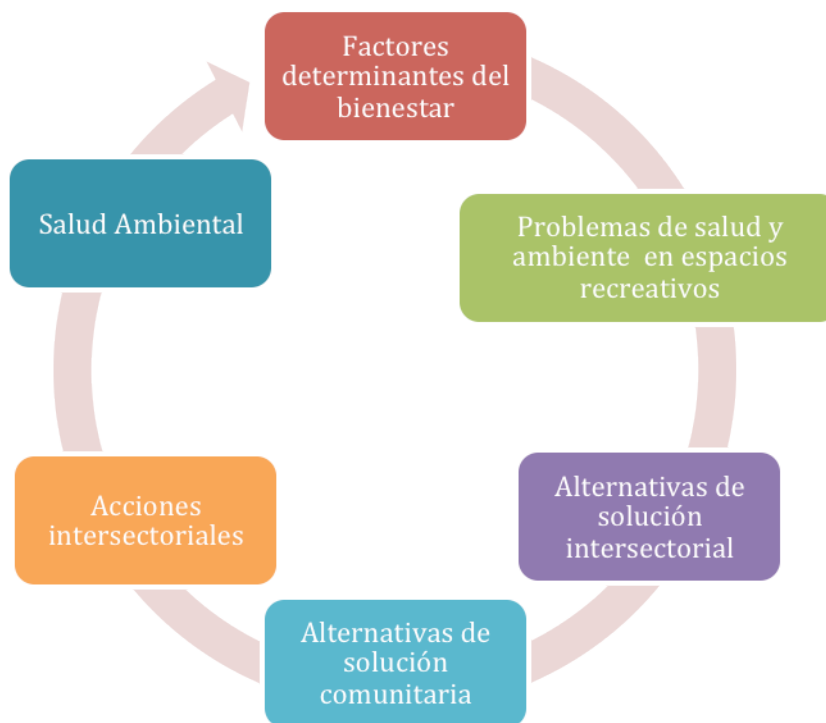


Diagrama No. 1 Ciclo bienestar- recreación- salud ambiental .

Las acciones se pueden orientar desde diferentes ámbitos como los que se describen a continuación:

En la sociedad:

- Invertir tiempo y recursos en actividades recreativas sanas.
- Fomento familiar y personal a actividades recreativas y saludables.

En el sector privado:

- Instalar espacios para la recreación saludable.
- Asumir medidas de prevención, seguridad y control.

En el sector gubernamental:

- Caracterizar espacios recreativos, normar, regular, supervisar y en su caso sancionar.
- Fomentar áreas y actividades recreativas seguras y saludables.

3. Consideraciones Finales.

Orientar acciones para aspirar a la salud ambiental en espacios recreativos es una cuestión dinámica y compleja que se puede potenciar a partir de la intervención y motivación de alternativas.

La salud ambiental, la recreación y la calidad de vida, son escenarios que van de la mano y que optar por que sucedan en los espacios comunitarios no debe ser

exclusivo de un interés individual sino colectivo, familiar, institucional y gubernamental.

Los parques, los deportivos, las unidades, etcétera, son espacios potenciales en los que los jóvenes, adultos y niños están ávidos de encontrar opciones para desarrollar sus talentos, despertar su creatividad, fomentar su actividad física y por ende aspirar a condiciones más óptimas de salud ambiental.

4. Bibliografía.

Castro, R., Pérez, R., (2009). Saneamiento Rural y Salud, Guía de Acciones a nivel local. Organización Panamericana de la Salud. OPS. Guatemala
<http://www.ops.org.bo/textocompleto/isa30732.pdf>

Díaz Soloaga, Paloma (2006). Efectos del uso de videojuegos en niños y adolescentes en España y EEUU. El consumo consciente como factor reductor de efectos nocivos. ICONO. Revista de comunicación y nuevas tecnologías. http://www.icono14.net/revista/num7/articulos/paloma_diaz.pdf

Evenson, K. R., Aytur, S. A., Rodriguez, D. A., & Salvesen, D. (2009). Involvement of park and recreation professionals in pedestrian plans. *Journal of Park & Recreation Administration*, 27(3), 132-142.

Guerrero, G., La recreación alternativa del desarrollo comunitario. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Argentina.
<http://www.efdeportes.com/efd100/recrea.html>.

Kraus, R. y Curtis J. (2000) Creative management in recreation, parks and leisure services. Estados Unidos: Mc Graw – Hill.

OMS, Organización Mundial de la Salud (2011). Alcohol. Nota descriptiva N°349. Ginebra, Suiza
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs349/es/index.html>

OMS, Organización Mundial de la Salud (2012). Salud Ambiental, definición, Ginebra, Suiza. http://www.who.int/topics/environmental_health/es/

OPS, Organización Panamericana de la Salud, (2007). Salud en las Américas. Washington. <http://www.paho.org/hia/home.html>

Ruán, T. (2011) Estudio de Salud Ambiental y Percepción en la Vía Recreativa de Avenida Vallarta en Guadalajara, Jalisco, 2010. Tesis para obtener el grado de Maestro en Ciencias, Centro Universitario de Ciencias Biológicas y Centro Universitario de Ciencias de la Salud. Universidad de Guadalajara. México.

Rung, A. L., Mowen, A. J., Broyles, S. T., & Gustat, J. (2011). The role of park conditions and features on park visitation and physical activity. *Journal of Physical Activity & Health*, , S178-S187.

Secretaría de Salud, (2002). Primer Diagnóstico de Salud Ambiental y laboral. México.

Tejeiro, S., Pelegrina del R., y Gómez, V., (2009). *Comunicación*, Nº 7, Vol.1, año 2009, PP. 235-250. España

The New Encyclopedia Britannica, (1994).U.S.A. Vol. 15, Ed.Macropaedia.
UNICEF, United Nations International Children's Emergency (2012). La adolescencia. México. http://www.unicef.org/mexico/spanish/ninos_6879.html

