

BLASCO, José Antonio

Hacia la ciudad activa : estrategias urbanas para hacer las ciudades más vivibles y saludables / José Antonio Blasco, Carlos F. Lahoz, Carlos Martínez-Arrarás ; prólogo de Alfonso Arroyo. -- Madrid : Dykinson, D.L. 2022

265 p. : plan. ; 24 cm.

Bibliografía: p. 261-265

D.L. M. 17987-2022

ISBN 978-84-1122-406-2

1. Amsterdam 2. Barcelona 3. Buenos Aires 4. Copenhague 5. Hamburgo 6. Liverpool 7. Londres 8. Madrid 9. Manchester 10. Medellín 11. Melbourne 12. Nueva York 13. París 14. Seúl 15. Silicon Valley 16. Singapur 17. Vancouver 18. Ciudades 19. Crítica urbanística 20. Espacios urbanos 21. Intervenciones urbanas 22. Movilidad 23. Paisaje urbano 24. Problemas urbanos 25. Siglo XX 26. Siglo XXI 27. Urbanismo I. Arroyo, Alfonso II. Lahoz Palacio, Carlos III. Martínez-Arrarás, Carlos I 2.00 Urbanismo

COAM 23433

COAM DV 23433 Dupl.

José Antonio Blasco
Carlos F. Lahoz
Carlos Martínez-Arrarás

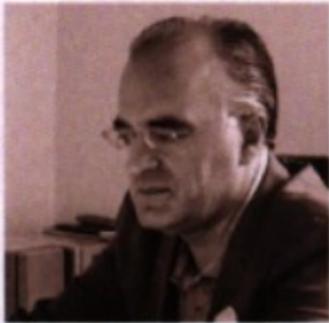
Prólogo de Alfonso Arroyo

HACIA LA CIUDAD ACTIVA

ESTRATEGIAS URBANAS PARA HACER LAS CIUDADES MAS VIVIBLES Y SALUDABLES

Intensificando Vancouver
Diversificando Londres
Distribuyendo Melbourne
Sistematizando Madrid
Aproximando Nueva York
Universalizando Medellín
Experimentando Copenhague
Enlazando Seul
Estimulando Buenos Aires
Priorizando Singapur
Modulando Barcelona
Tonificando Amsterdam
Hibridando Liverpool-Manchester
Aplicando París
Conciliando Silicon Valley
Hamburgo Activa

 *Dykinson, S.L.*



José Antonio Blasco

Barbastro 1962. Es arquitecto urbanista por la ETS de Arquitectura de Navarra, completando su formación en Edificación y Administración y Dirección de Empresas.

Ha compaginado su actividad profesional con tareas docentes durante más de veinticinco años, impartiendo clases en varias universidades y escuelas de negocios. Igualmente desarrolla una labor divulgativa sobre arquitectura y ciudades tanto en prensa y revistas especializadas como en radio, TV o el blog www.urban-networks.blogspot.com



Carlos F. Lahoz

Madrid 1976. Es arquitecto urbanista por la ETS de Arquitectura de Madrid y doctor en arquitectura por la Universidad CEU San Pablo.

En paralelo a su labor profesional, desarrolla su actividad investigadora y docente en el campo del urbanismo y las nuevas tecnologías como profesor de la EPS CEU San Pablo, la Universidad de Salamanca y el Politecnico di Milano.

Carlos Lahoz, en el pasado, ha sido vicedecano del C.O.A.M. y director del Design L.A.A.B. de la Fundación Metrópoli y del MADRID THINK TANK. Carlos Lahoz es, en la actualidad, patronato de la Fundación Arquitectura COAM.



Carlos Martínez-Arrarás

Madrid 1961. Arquitecto urbanista por la ETS de Arquitectura de Madrid, Master en BBAA por la UCM.

Además de su actividad profesional, desarrolla su actividad docente e investigadora como Profesor de Urbanismo en la Universidad CEU San Pablo, también ha impartido clases en la USAL y el Politécnico de Milán. Su actividad investigadora se enfoca hacia el diseño urbano y las herramientas para la construcción simbólica de la ciudad, así como a las relaciones entre Arte y Ciudad.

Los tres autores desarrollan su actividad profesional de manera conjunta, asociados en varias empresas. Taller de Ideas Arquitectos Asociados, dedicada a la arquitectura y al diseño urbano; Urban Networks, a labores de reflexión y a la transformación creativa de ciudades y territorios; y Nextcity Iniciativas Estrategicas, dedicada a la planificación estratégica urbana. Por su actividad profesional han recibido diversos premios de ámbito nacional y europeo.

José Antonio Blasco
Carlos F. Lahoz
Carlos Martínez-Arrarás

Prólogo de Alfonso Arroyo

HACIA LA CIUDAD ACTIVA

ESTRATEGIAS URBANAS PARA HACER LAS CIUDADES MAS VIVIBLES Y SALUDABLES

Intensificando Vancouver
Diversificando Londres
Distribuyendo Melbourne
Sistematizando Madrid
Aproximando Nueva York
Universalizando Medellín
Experimentando Copenhague
Enlazando Seul
Estimulando Buenos Aires
Priorizando Singapur
Modulando Barcelona
Tonificando Amsterdam
Hibridando Liverpool-Manchester
Aplicando Paris
Conciliando Silicon Valley
Hamburgo Activa

*D*ynkinson, S.L.

Todos los derechos reservados. Ni la totalidad ni parte de este libro, incluido el diseño de la cubierta puede reproducirse o transmitirse por ningún procedimiento electrónico o mecánico. Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

1ª Edición: Junio 2022

Madrid

- © José Antonio Blasco Abad
© Carlos F. Lahoz Palacio
© Carlos Martínez-Arrarás Caro

Editorial DYKINSON, S.L.

Meléndez Valdés, 61 - 28015 Madrid

(+34) 91 544 2846 - (+34) 91 544 2869

e-m@il: info@dykinson.com

<https://www.dykinson.com>

<https://www.dykinson.com>

Diseño y Maquetación:

Urban Networks, S.L.

Créditos de las imágenes:

Mapas elaborados por los autores a

partir de datos bajo licencia (ODbL)

extraídos de OpenStreetMap.org

© Colaboradores de [OpenStreetMap](http://OpenStreetMap.org)

<https://www.openstreetmap.org/copyright>

Planos de Oberbillwerder de la Parte IV,
elaborados por los autores a partir de
información extraída del documento

Oberbillwerder Masterplan

www.oberbillwerder-hamburg.de

© IBA Hamburg GmbH

© ADEPT ApS © KARRRES+BRANDS

I.S.B.N.: 978-84-1122-406-2

DL: M-17987-2022

Impresión: Copias Centro

ÍNDICE

PRÓLOGO. "Construyendo Ciudades Activas"	9
<i>Introducción</i>	
HACIA LA CIUDAD ACTIVA	13
<i>Parte I</i>	
PROBLEMATICAS URBANAS	19
El conflictivo legado urbano del siglo XX.....	21
La ciudad ante los desafíos del siglo XXI.....	26
<i>Parte II</i>	
CONCEPTUALIZACION DE LA CIUDAD ACTIVA	41
La salud entra en juego.....	42
La responsabilidad de las ciudades.....	51
<i>Excursio I: La arquitectura y la ciudad, en la salud y la enfermedad</i>	52
La Ciudad Activa (y saludable).....	58
<i>Parte III</i>	
CLAVES DE LA CIUDAD ACTIVA (Estrategias y Casos de estudio)	73
Entornos activos	74
¿Qué es un entorno activo?.....	75
Intervención en el Modelo formal (intensificando en Vancouver).....	79
Intervención en la organización funcional (diversificando en Londres).....	87
Intervención en la Jerarquía urbana (distribuyendo en Melbourne).....	95
Paisajes activos	102
¿Qué es un paisaje activo?.....	103
Intervención en la relación con la naturaleza (sistematizando en Madrid).....	107
Intervención en las estancias de la ciudad (aproximando en Nueva York).....	115
<i>Excursio II: El deporte en la ciudad contemporánea</i>	122
Intervención en la Programación de actividades (experimentando en Copenhague)....	125
Espacio urbano activo	134
¿Qué es un espacio urbano activo?.....	135
Intervención en la relación con la sociedad (universalizando en Medellín)	139
Intervención en la conectividad (enlazando en Seúl).....	147
Intervención en las calles (estimulando en Buenos Aires).....	155
Movilidad activa	162
¿Qué es movilidad activa?.....	163
Intervención en el transporte público (Priorizando en Singapur).....	167
Intervención en el tráfico privado (modulando en Barcelona).....	173
Intervención en la movilidad alternativa (tonificándose en Amsterdam).....	181
Arquitecturas activas	186
¿Qué son arquitecturas activas?.....	187
Intervención en las dotaciones deportivas (hibridando Liverpool y Manchester)	191
<i>Excursio III: La cultura fitness y los centros deportivos</i>	194
Intervención en los equipamientos escolares (aplicándose en París).....	203
Intervención en los espacios de trabajo (conciliando en Silicon Valley)	213
<i>Parte IV</i>	
APROXIMACION INTEGRAL A LA CIUDAD ACTIVA	223
Manifiesto de la Ciudad Activa	224
Hamburgo síntesis de Ciudad Activa	229
El Masterplan Active City de Hamburgo.....	233
HafenCity, la ciudad activa antes de la Ciudad Activa.....	237
Oberbillwerder, un distrito activo de nueva planta.....	241
BIBLIOGRAFÍA	261

PRÓLOGO

Construyendo Ciudades Activas

El diseño y la gestión de las ciudades, dadas las características de concentración de la población en las mismas en el presente siglo, es y será uno de los principales retos del planeta. En ese diseño, hay que apostar por modelos de urbes. ¿Queremos ciudades más sostenibles? ¿Queremos ciudades más tecnológicas? ¿Queremos ciudades para todos? ¿O queremos todo ello? Es ahí donde aparece como alternativa el modelo de “ciudad activa”.

Si hacemos el ejercicio de preguntar a la población en general qué significa una ‘ciudad activa’, siempre en el entorno de ciudades desarrolladas y modernas, hoy no se tiene claro qué abarca este concepto, que puede traducirse de muchas maneras. En el mejor de los casos, últimamente, se dan respuestas que visualizan calles, plazas y parques como escenarios de numerosas prácticas deportivas. En otros, se mencionan entornos naturales periurbanos que rodean nuestras urbes, y que se convierten en grandes contenedores de actividad, especialmente los fines de semana. Este texto reflexiona sobre todo ello, pero intenta ir más allá tanto en el análisis, como en la propuesta.

El libro es un ejercicio de aproximación para ayudar a entender que la ciudad como concepto, y su diseño como gran contenedor de actividades, debe tener en consideración las necesidades intrínsecas del ser humano, como es el caso de un comportamiento activo de la población. De no ser así, el mantenimiento de unos estándares de calidad de vida, que deben ser sostenibles para la mayoría del planeta, se antoja inalcanzable.

La concentración en ciudades de la población, y el comportamiento que de esa concentración y de sus consecuencias socioeconómicas se derivan, han impulsado tasas de sedentarismo y sobrepeso que están apuntando de forma directa a los sistemas públicos de salud, parte fundamental del estado del bienestar. Precisamente, los perjuicios sobre la salud de este tipo de patologías y su incidencia como factor de riesgo cuando aparecen otras enfermedades ha que-

dado puesto de manifiesto durante la pandemia del COVID 19. Precisamente, los efectos beneficiosos en la salud es lo que ha permitido que, en las últimas décadas, esté cambiando la tendencia: se incrementa el ejercicio físico y la práctica deportiva de manera notable en nuestra sociedad, hasta el punto de poder considerar todo lo que rodea a este fenómeno la principal manifestación de cultura popular del siglo XXI.

Si tomamos España como referencia, en la década de 1980, con las primeras políticas locales de promoción del deporte en la democracia, las instalaciones deportivas fueron las grandes tractoras de la población hacia el deporte. Pero en esta la última década, hemos modificado la parrilla y los espacios abiertos de uso libre aparecen como los lugares en los que se da un mayor incremento de actividad deportiva. Estas prácticas deportivas en el espacio público están ayudando a consolidar algo fundamental para un modelo de sociedad sostenible: la democratización del acceso a la práctica deportiva.

Sin embargo, este incremento de las prácticas en el espacio público no ha venido acompañado por un desarrollo en las políticas, estrategias y herramientas de gestión donde el mundo del deporte y la actividad física tengan un papel relevante en el diseño y gestión del espacio público de las ciudades.

Y esto no es por falta de interlocutores o de material de referencia. Los trabajos académicos y las guías sobre ciudades activas, aunque no muy numerosas, han aportado una interesante aproximación a esta relación. Como sabemos, la ciudad activa es aquella que induce y facilita comportamientos activos para toda la población. Es aquella, por tanto, que genera personas activas.

En uno de los primeros trabajos de la Organización Mundial de la Salud sobre la promoción de la actividad física en entornos urbanos, se aporta un ángulo muy interesante sobre algunas implicaciones muy necesarias para resolver un enfoque real y prioritario del modelo de ciudad activa (Edwards and Tsouros, 2006). En este trabajo se reseña que el miedo a la delincuencia y la inseguridad vial son algunas de las barreras para la vida activa. Esta falta de seguridad, de no resolverse, además supondrá una fuente de inequidad más a la hora de tener una conducta activa en el espacio público: afecta en mayor medida a las mujeres, y también a personas de menor nivel socioeconómico.

Varios de los trabajos sobre ciudades activas aluden también a la capacidad del deporte para reducir el crimen y los comportamientos antisociales (Australian Institute of Criminology, 2003). Se ha demostrado que los entornos propicios para la actividad física resultan más seguros si comparamos sus índices de delincuencia, así como los indicadores de accidentes viales. Un formidable ejemplo es Kansas City, en Kessler Park, el crimen disminuyó en un 74 por ciento cuando una calle que atravesaba el parque se convirtió en un espacio libre de automóviles los fines de semana (Harnik y Welle, 2011). Y otro reciente ejemplo en el ámbito de la salud y de la promoción de comportamientos activos, es Madrid, el Ayuntamiento amplió en 100.000 metros cuadrados las zonas cor-

tadas al tráfico los fines de semana tras el éxito que supuso peatonalizar parte del Paseo del Prado los domingos.

Cierto es que, en el momento concreto que vivimos a finales del 2021, con la economía intentando retomar la senda positiva y un montón de dudas sobre cuál será el escenario en los próximos años, es difícil dibujar el camino más adecuado y reseñar qué asuntos son los prioritarios. Pero no es menos cierto que también estamos en un momento de desarrollo tecnológico, único en la historia de la humanidad. La conexión muy globalizada y la conciencia de que los recursos son limitados hace que muchas respuestas, a costes muy asequibles, hoy son ya posibles gracias a un desarrollo tecnológico que tiene en las adherencias culturales su principal limitación, y en la codicia y la falta de visión a medio plazo sus principales incertidumbres.

11

Solo atendiendo al camino que ha recorrido la tecnología en estos últimos años, no es complicado entender la revolución que supondrá los veinte o treinta próximos. Y si esta tendencia la focalizamos en el diseño y gestión de una ciudad activa, la tendencia más importante que se consolidará y que facilitará la expansión y sostenibilidad de dicho modelo es la urbótica: utilizar el big data no solo para analizar la inmensa cantidad de datos recogida, sino para aprender continuamente de ellos mediante herramientas de inteligencia artificial que nos ayuden a predecir y decidir las mejores acciones que puedan dar soporte a la gestión de las ciudades activas, y concienciar a los ciudadanos activos a través de experiencias personalizadas y memorables en el espacio público.

Construir un modelo de ciudad activa requiere de suficiente sensibilidad y liderazgo para catalizar las ideas de todos los actores de la ciudad e implicar a toda la población en una cultura solidaria de los recursos, empezando por la experiencia de vida de cada persona que interactúa en el espacio público. En este libro, se exponen ejemplos y conceptos que nos ayudan a ver y pensar en presente y en futuro. Nos invita a levantar la vista a la hora de imaginar cómo y quiénes utilizarán la ciudad. Es más: nos impulsa en la grandeza del urbanismo como ciencia que interpreta las mejores condiciones de un desarrollo solidario, donde el objetivo es preservar y facilitar el lado humano de la civilización.

En definitiva, estamos ante un paso más en el camino de la compleja responsabilidad colectiva a la hora de defender y conceptualizar el futuro del modelo de sociedad, y por tanto las formas de los espacios donde desarrollar nuestra vida.

Alfonso Arroyo Lorenzo

Doctor economista especializado en Marca Ciudad

Director general de la plataforma España Deporte

INTRODUCCION

HACIA LA CIUDAD ACTIVA

Una encrucijada urbana

Las personas, en determinados momentos de su vida, suelen enfrentarse a situaciones que requieren una decisión que será trascendental para su evolución. A las ciudades les ocurre algo parecido porque hay ocasiones en las que se encuentran en una encrucijada y tienen que determinar cuál es el camino a seguir más adecuado.

Desde mediados del siglo XX, las urbes más avanzadas (y las sociedades que las constituían), impulsadas por un crecimiento económico sin precedentes, apostaron por un desarrollo frenético hacia un prometido futuro de bonanza. Pero pronto se advirtió que esa pretendida meta de ensueño era más bien un escenario de pesadilla y que, para dirigirse a ese engañoso destino, se habían soltado las amarras que ligaban a la ciudad con todos los valores que la habían hecho posible, poniendo en peligro tanto su supervivencia como la de sus ciudadanos.

La gravedad de la situación alcanzada a finales de esa centuria, manifestada en crisis medioambientales, imposibilidades de gestión, profundas desigualdades sociales o pérdidas de identidad ciudadana, impulsaría la reclamación de un cambio de orientación. Desde entonces se fueron concibiendo nuevos paradigmas que atendían a la naciente conciencia ecológica, se apoyaban en las prodigiosas posibilidades de la incipiente tecnología y, en general, aspiraban a recuperar al ser humano como referencia para la construcción de la ciudad. Pero aquella urbe maquinista había forzado ciertos hábitos que estaban poniendo en riesgo la salud de las personas. Alarmaba la mala calidad ambiental con un aire contaminado, pero también los diagnósticos crecientes de enfermedades relacionadas con el sedentarismo excesivo (una auténtica pandemia global), por no hablar de que la falta de interacción social afectaba muy negativamente al bienestar mental de los residentes. Era imprescindible otra relación individual con la ciudad. Eran indispensables otras conductas.

La salud ha entrado en juego señalando el camino: el comportamiento *activo* de los ciudadanos. Esta nueva conducta significa reconsiderar la forma en que los ciudadanos se mueven, la manera en que se relacionan, las decisiones coti-

dianas que toman, etc. y la ciudad, el entorno físico, resulta determinante para ello. La *Ciudad Activa* es el paso concluyente que culmina el proceso por el que la ciudad volverá a ser lo que nunca debió dejar de ser: una ciudad para sus ciudadanos. Solo así se conseguirá que las ciudades sean más sostenibles, más eficientes, más habitables y más saludables.

¿Qué es una ciudad activa y saludable?

El objeto de este libro es presentar la *Ciudad Activa* y, sobre todo, cómo conseguirla. En un ejercicio de anticipación sintética podría apuntarse que es aquella que decide dar prioridad real a la salud en todas sus actuaciones, creando oportunidades en los entornos construidos y sociales para que la ciudadanía pueda ser físicamente activa en su vida cotidiana.

Fomentar la actividad física en la población es una tarea compleja que requiere esfuerzos individuales, sociales y del entorno. Además, precisa disponer de una visión estratégica sobre cómo mejorar la calidad de vida y cómo gestionar correctamente los recursos, siempre limitados, para una demanda que, cada vez, necesitará de más servicios. Por eso, trabajar en la construcción de una ciudad activa y saludable es un ejercicio colectivo de solidaridad con la ciudadanía de hoy y de las próximas generaciones, que involucra a actores públicos y privados y a la propia población.

Para lograr todos estos retos, la *Ciudad Activa* propone dinámicas novedosas, pero también aprovecha algunas anteriores que, siendo muy positivas, adolecían de la necesaria armonización y veían disminuida su eficiencia al no sacar partido de posibles sinergias. La *Ciudad Activa* dota así de un *horizonte de sentido* que permite la integración de todas las intervenciones urbanas que persiguen la mejora de la calidad de vida de sus habitantes.

Pero la *Ciudad Activa* no es un destino, sino un proceso de perfeccionamiento continuo que no tiene límite. Al igual que las curvas que se acercan a sus asíntotas sin llegar a tocarlas, la filosofía de Ciudad Activa es un *work in progress* permanente. Esta es la razón del título del libro: *Hacia la Ciudad Activa*.

El reto de transformar una ciudad en una *Ciudad Activa* requiere la participación de toda la comunidad. Desde luego, la base se asienta en los comportamientos individuales de las personas, que deben adoptar las conductas activas como un nuevo estilo de vida, pero esta decisión debe verse facilitada por las características del entorno físico, porque el diseño de la ciudad determina la forma en que los ciudadanos la usan. Se trata de evitar que la urbanización sea causa para la inactividad física y de crear ciudades activas para todos sin excepción. Para lograrlo es necesaria una fuerte determinación colectiva que apoye los imprescindibles acuerdos entre los actores principales y justifique la toma de decisiones. En todo ello resulta fundamental la colaboración estrecha entre muchos agentes, tanto del sector público como del privado y, desde luego, de las diversas organizaciones de la sociedad civil.

Cualquier ciudad puede convertirse en saludable. Solo tiene que comprometerse con la promoción real de los hábitos de vida sanos, dotarse de una estructura para trabajar en esa dirección y poner en marcha un proceso transversal en el diseño y la gestión de la ciudad.

Planteamiento general

Este no es un libro teórico, ni tampoco posibilista. Es una reflexión orientada hacia la práctica urbana y su carácter es asertivo. Lo que en él se presenta no son opciones, sino obligaciones para la sociedad y la ciudad si aspiran a afrontar el futuro con garantías.

La publicación de este libro es pertinente en un momento como el actual por varias razones. Algunas de ellas podrían ser consideradas estructurales en el sentido de que la evolución de ciertos hábitos contrarios a la salud de las personas debe corregirse mediante nuevas conductas que tienen que ser favorecidas por una adecuada configuración de los entornos urbanos. Este libro no sólo advierte de esas costumbres inconvenientes, sino que propone soluciones y prácticas concretas para evitarlas. Pero hay otro grupo de argumentos que podríamos etiquetar como coyunturales. El texto se escribe en un momento determinado y en su motivación, además de las justificaciones anteriores, también han pesado las circunstancias sufridas por la sociedad mundial debido a la COVID-19. Esta pandemia ha permitido que muchos ciudadanos se reencontraran con su ciudad, con su entorno próximo, con sus vecinos y hayan intuido la importancia que para la salud tiene la configuración de la ciudad y los hábitos activos. Por eso, este es un libro necesario.

El tono del texto pretende ser divulgativo, aunque con algunas precisiones técnicas que no impiden la comprensión de los temas para el público no especializado. Esta decisión busca facilitar la difusión de los mensajes incluidos en él porque, más allá de que puedan servir de inspiración para la transformación activa de las ciudades, se dirigen a todos los ciudadanos, que están llamados a asumir los comportamientos individuales activos descritos como un estilo de vida propio. Porque la *Ciudad Activa* es un compromiso individual y colectivo.

No obstante, la diversidad del público destinatario del libro puede clasificarse en dos grandes categorías: en la primera, se encontrarían las personas interesadas en la ciudad, integrándose en ella desde estudiantes de lo urbano hasta cualquier ciudadano atento al rumbo que toman las ciudades; en la segunda, se ubicarían los responsables de la ciudad, los encargados de definir modelos e implementar acciones y proyectos para conseguir las mejores urbes posibles.

A este grupo pertenecen los gobernantes municipales que deben definir una estrategia para sus ciudades. Sus decisiones son trascendentales para que se transformen en *Ciudades Activas*. También se incluye en ese colectivo a los especialistas y profesionales de lo urbano (arquitectos, ingenieros, sociólogos, economistas, etc.) que son los que deben desarrollar las directrices políticas

con intervenciones concretas, algunos desde las administraciones públicas y otros desde la práctica privada. En este sentido, el catálogo de actuaciones que se presentan, llevadas adelante por diferentes ciudades de vanguardia, aspira a servir de orientación y sugerencia, tanto a unos como a otros, en sus respectivas responsabilidades.

Este libro es propositivo presentando una duplicidad de planteamiento que se manifiesta, por un lado, en la reflexión sobre la necesidad de avanzar hacia la transformación de nuestras ciudades en urbes más habitables y saludables y, por otro, en la generación de respuestas concretas para conseguirlo.

Cabe recordar la clásica diferenciación entre estrategia y táctica de los manuales de gestión. Para lograr un objetivo suele establecerse una estrategia, un plan global que define y organiza las diferentes acciones a desarrollar para lograr dicho propósito, y se fija una táctica, que detalla las propias acciones y los métodos específicos a seguir para su ejecución.

De una forma similar este libro es estratégico y táctico. Es un libro de estrategia, porque ofrece recomendaciones y directrices generales, organizadas y sustentadas en una filosofía de actuación, para que puedan ser adaptadas a las circunstancias particulares de cada ciudad. E igualmente, es un libro de táctica que muestra numerosos ejemplos de esa traslación de las ideas a la realidad, yendo de las intenciones a la ejecución, y de la generalidad a la definición particular. Los diferentes proyectos y actuaciones presentadas son la manifestación del esfuerzo realizado por las ciudades convocadas para conseguir el objetivo prioritario de transformarse en *Ciudades Activas*.

Estructura del contenido del libro

El contenido del libro se estructura en cuatro partes:

La primera parte integra el discurso acerca de la *Ciudad Activa* dentro del contexto urbano de las últimas décadas. Se repasan los problemas de la ciudad contemporánea y los esfuerzos para solucionarlos, porque la ciudad siempre se enfrenta a retos en un proceso de transformación continua. Se comienza recordando el conflictivo legado del siglo XX que supuso la metafórica *ruptura* de los lazos que ataban a la ciudad con todo lo que la había hecho posible. Se continúa ofreciendo un panorama de la ciudad del siglo XXI, que conjuga la aparición de problemas inéditos con la esperanza de superarlos y lograr la *reconciliación* de la ciudad con su esencia. Para ello se fue reorientando el rumbo urbano gracias al impulso inicial de una serie de pioneros durante la segunda mitad del siglo XX y al alumbramiento posterior de diferentes modelos de actuación con claves medioambientales, tecnológicas y humanitarias. El último de ellos, que culmina el proceso de recuperación de la ciudad para los ciudadanos es la *Ciudad Activa*, en la que profundiza el resto del libro.

La segunda parte del libro aborda la *Ciudad Activa* desde un punto de vista conceptual con el objetivo de proponer su caracterización. La salud entra en juego

para señalar la importancia de una pandemia global como es el sedentarismo y el papel de las ciudades para combatirlo. Se parte de las investigaciones científicas realizadas recientemente sobre los perjuicios de la inactividad para ir descubriendo la importancia del ejercicio físico (y del deporte) en el nuevo estilo de vida *activo* que tiene como objetivo el bienestar y la calidad de vida. El modelo de *Ciudad Activa* que se describe aspira a la consecución de ciudades más dinámicas y saludables, detallando los beneficios múltiples que conllevan y apuntando algunos de los compromisos que exige su implantación.

La tercera parte es el núcleo principal del libro y ofrece la versión más práctica a través de la presentación de una serie de estrategias que permiten avanzar en la dirección de la *Ciudad Activa*. Su contenido se articula en cinco categorías: *Entornos Activos*, *Paisajes Activos*, *Espacios Urbanos Activos*, *Movilidad Activa* y *Arquitecturas Activas*. Cada una de ellas se desarrolla mediante tres ámbitos de intervención parcial dentro de su esfera de influencia siguiendo la filosofía descrita. El resultado son quince ámbitos de intervención, sobre los que se sugieren estrategias de actuación. Cada una de estas recomendaciones es justificada convenientemente, siendo, además, complementada con un caso de estudio que muestra un ejemplo concreto en una ciudad determinada. En total concurren dieciséis ciudades diferentes, quince correspondientes a cada una de las directrices propuestas y otra presentada como ejemplo de una visión integral del proceso.

La cuarta parte del libro ofrece la síntesis de la *Ciudad Activa*. Para ello, extrae de las quince recomendaciones y de sus casos de estudio, una guía de evaluación que permite chequear el grado de cumplimiento de los requisitos de la *Ciudad Activa*. Esta guía se concreta en quince términos (verbos en presente continuo) que estructuran el análisis y el diagnóstico de una situación. A modo de ejemplo de aplicación se presenta un modelo global, como el desarrollado en Hamburgo. La ciudad alemana ha sido seleccionada por su visión integral de la *Ciudad Activa* que conjuga políticas y propuestas generales para toda la ciudad con intervenciones específicas tanto en áreas existentes como en los nuevos crecimientos. Concretamente, en la escala general, mediante su *Masterplan Active City*; en la escala parcial de un barrio, con las anticipaciones de una operación tan emblemática como *HafenCity* y con la propuesta de un Distrito Activo de nueva planta: *Oberbillwerder*, que es auditado mediante la metodología sugerida.

HACIA LA CIUDAD ACTIVA

El objeto de este libro es presentar la *Ciudad Activa* y, sobre todo, cómo conseguirla; porque la importancia de una pandemia global, como es el sedentarismo, ha vuelto a poner en primer término la salud y el papel de las ciudades para mantenerla.

El sedentarismo es un problema global y complejo que, sin embargo, halla su solución en una cuestión muy natural: el movimiento. Ahora bien, fomentar la actividad física en la población no es una tarea sencilla y requiere esfuerzos individuales, sociales y del entorno. Por eso, trabajar en la construcción de ciudades más vivibles y saludables es un ejercicio colectivo de solidaridad con la ciudadanía de hoy y de las próximas generaciones, que involucra a actores públicos y privados y a la propia población.

En un ejercicio de anticipación sintética, podría apuntarse que una *Ciudad Activa* es aquella que decide dar prioridad real a la salud en todas sus actuaciones, creando oportunidades en los entornos construidos y sociales para que la ciudadanía pueda ser físicamente activa en su vida cotidiana. Para lograrlo, la *Ciudad Activa* propone dinámicas novedosas, pero también aprovecha algunas anteriores, apuntando un *horizonte de sentido* que permite la integración de todas las intervenciones urbanas que persiguen la mejora de la calidad de vida de sus habitantes.

El libro integra el discurso acerca de la *Ciudad Activa* dentro del contexto urbano de las últimas décadas, a la vez que lo aborda desde un punto de vista conceptual para proponer su caracterización. El núcleo principal del texto presenta una serie de estrategias para avanzar en la dirección de la *Ciudad Activa* mediante casos de estudio en dieciséis ciudades diferentes que permiten extraer recomendaciones y una guía de evaluación.

En cualquier caso, hay que advertir que la *Ciudad Activa* no es un destino, sino un proceso de perfeccionamiento continuo que no tiene límite. Es un *work in progress* permanente. Esta es la razón del título del libro:

Hacia la Ciudad Activa.