

Transformación de los cerros islas en parques: Medicina preventiva para cuerpo, mente y alma

Catalina Picon, Fernanda Ruiz y Consuelo Contreras Maya / proyectos@cerrosisla.cl
Fundación Cerros Isla y Escuela de Arquitectura Pontificia Universidad Católica de Chile

Resumen

Los cerros isla urbanos son una oportunidad para cuidar la salud física y mental de las personas al ofrecernos la posibilidad de estar en contacto con la naturaleza sin tener que salir de la ciudad. Nos brindan espacios amplios donde hacer deporte, conectarnos con los ecosistemas naturales, resguardarnos de la vorágine de la vida urbana y donde encontrarnos con otros. Además, contribuyen a mejorar la calidad de vida al interior de la ciudad al aportar a la purificación del aire, mitigación del ruido urbano, captura y almacenamiento de carbono, soporte para la biodiversidad, infiltración de aguas y control de erosión e inundaciones. Sin embargo, actualmente muchos de los cerros isla se encuentran altamente degradados y en estado de abandono, impidiendo su accesibilidad pública y disfrute. La Fundación Cerros Isla, reconoce la necesidad de desarrollar mecanismos público-privados para recuperar los ecosistemas naturales y transformar los cerros en áreas verdes accesibles para la recreación y el deporte. Desde 2012, han implementado estrategias como la Plataforma de Compensaciones Cerros Isla (PCCI) y el Día de los Cerros (DDLCC), canalizando recursos hacia la restauración ecológica y promoviendo la sensibilización sobre la importancia de la naturaleza en la ciudad. Tras doce años de trabajo, han logrado posicionar los cerros isla como parques naturales, con 12 de ellos en distintas etapas de desarrollo. Estos esfuerzos representan contribuciones significativas para mejorar la salud física y mental de los habitantes, promover la educación ambiental y garantizar espacios recreativos accesibles para la comunidad.

Palabras clave: Cerros isla, áreas verdes, contaminación ambiental, salud mental

Transformación de los cerros isla en parques: medicina preventiva para cuerpo, mente y alma

Introducción: Las áreas metropolitanas ofrecen entornos poco saludables, generando estrés, sedentarismo y problemas de salud física y mental. En contraste, las áreas verdes urbanas actúan como medicina preventiva para mejorar la salud (Bolund & Hunhammar 1999, Chiesura 2004, Van den Bosch et al. 2015). En Santiago, los cerros isla (CI) pueden convertirse en áreas seminaturales para el esparcimiento, beneficiando la salud de sus habitantes (De la Barrera et al. 2016). Desde 2012, la Fundación Cerros Isla (FCI) trabaja para habilitar estos espacios como parques para el bienestar comunitario.

Problema: En Chile el 74% de los adultos tienen sobrepeso u obesidad, el 86,7% lleva una vida sedentaria y el 23% de las enfermedades se deben a trastornos neuropsiquiátricos (MINVU, 2021). Además, las ciudades presentan altos índices de contaminación ambiental (Steiniger et al. 2021), lo que produce enfermedades cardiovasculares y respiratorias. Esta situación se vincula con la falta de acceso a áreas verdes, especialmente en comunas de bajos recursos. Las áreas verdes urbanas son esenciales para mejorar la salud física y mental. Reducen el sobrepeso, la obesidad, mejoran capacidades cognitivas, afectivas y psicológicas, y mitigan el estrés y la ansiedad (Bratman et al., 2019; Doberti & Rodríguez 2020). Vegetación y bosques capturan la contaminación reduciendo la mortalidad e incidencia de enfermedades cardiovasculares y respiratorias, mejorando el sueño y la salud general (Triguero-Mas, 2019).

Objetivos: Los 26 CI de Santiago –5.000 hectáreas seminaturales y de escala barrial–, ofrecen la oportunidad de crear espacios recreativos cercanos sin necesidad de salir de la ciudad. Si se consolidaran, el índice de áreas verdes aumentaría de 3,7 a 11,7 m² por persona (Picon & Ruiz 2017). Además, 15 de estos CI se encuentran en comunas vulnerables, donde la calidad de vida es inferior a la media nacional (Forsyth et al., 2012). Transformarlos en parques proporcionaría áreas verdes a comunas con baja accesibilidad, democratizando el acceso a la naturaleza y mejorando la calidad de vida. Sin embargo, hasta 2012, 21 cerros carecían de proyectos para su transformación en parques, principalmente porque el 80% de los cerros son de propiedad privada, dificultando la inyección de recursos públicos, manteniendo estos lugares cerrados y percibidos como abandonados e inseguros.

Método: Desde FCI identificamos la necesidad de desarrollar mecanismos público-privados que recuperen los ecosistemas naturales y transformen los cerros en pulmones verdes, asegurando la accesibilidad a estos espacios para el deporte y la recreación. La restauración ecológica de los CI debe incluir senderos, miradores, zonas de avistamiento de aves y educación ambiental, convirtiéndolos en la medicina preventiva que necesita nuestro habitar en la ciudad. Desde 2012, hemos implementado estrategias para lograr la transformación de los CI en espacios accesibles y recreativos, promoviendo la conservación ecológica y el bienestar comunitario. Se destacan la Plataforma de Compensaciones Cerros Isla (PCCI) y el Día de los Cerros (DDLC). La PCCI, como una estrategia de financiamiento para la restauración ecológica de los CI, canaliza compensaciones ambientales hacia los cerros de manera coordinada y sistemática, inyectándoles recursos para la recuperación de sus ecosistemas. El DDLC, como estrategia de visibilización y sensibilización a nivel ciudadano sobre la importancia de la naturaleza al interior de la ciudad, es un evento anual que invita a explorar y valorar los CI de Chile.

Resultados: Después de doce años de trabajo, reconocemos una preocupación por este tema tanto desde la ciudadanía como desde las autoridades. FCI ha logrado posicionar los CI como parques naturales en la agenda pública, poniendo en valor su patrimonio natural y cultural. Los cerros, antes invisibles y desconocidos para la mayoría, ahora son parte del imaginario colectivo de los santiaguinos. Si en 2012 solo 4 CI tenían proyectos de parque, hoy 12 se encuentran en alguna etapa de desarrollo (Santa Lucía, San Cristóbal, Chena, Renca, Calán, del Medio, La Ballena, Amapola, Los Almendros, Los Piques, La Cantera y Pichi Chequén)

Conclusiones: Nuestro trabajo y estos proyectos representan esfuerzos significativos por transformar los CI en parques urbanos, contribuyendo a la salud física y mental de los habitantes, promoviendo la educación ambiental y asegurando espacios recreativos accesibles para las comunidades.

Transformación de los cerros isla en parques: medicina preventiva para cuerpo, mente y alma

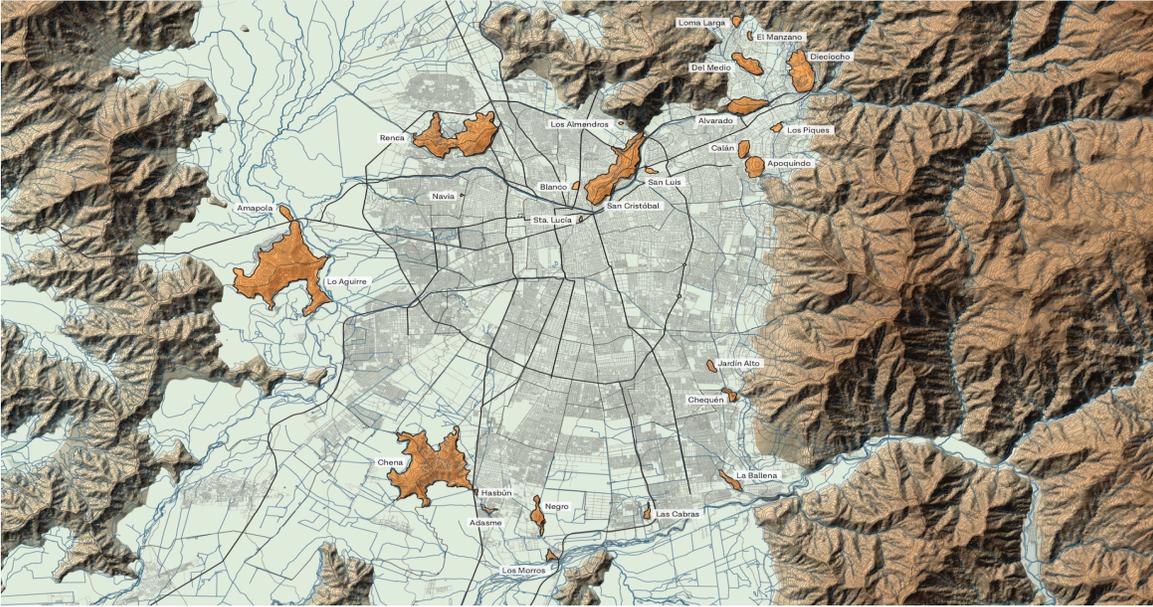


Fig. 1. 26 cerros isla de Santiago. Fundación Cerros Isla.



Fig. 2. Imagen propuesta de recuperación cerros de Rencá. Fundación Cerros Isla.