Entornos comunitarios y hábitat compartido:

espacios físicos que nutren la acción colectiva y previenen la soledad

26 de octubre / Sala Mitxelena. Bizkaia Aretoa-EHU



Barcelona

Del espacio al vínculo.
Cómo convertir los lugares cotidianos en entornos que previenen la soledad.

Pacto de Ciudad contra las soledadeS
2026-2030

Barcelona









En Barcelona
100.000 personas
se sienten solas

El coste de no intervenir: coste SANITARIO y ECONÓMICO

¿Cuánto cuesta la soledad no deseada?

La soledad no deseada **representa un coste total** de
14.141 millones de euros anuales en nuestro país

(**1,17% del PIB** para el año 2021)

FUENTE: Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada.
***El coste de la soledad en España*. 2023.**

Costes directos sanitarios asociados a la soledad



5.605.600 €
anuales por la **frecuentación de servicios sanitarios**



495.852.783 €
por consumo de medicamentos

6.101.440.763 € en total; 0,51% del PIB

Costes por pérdidas de producción

Las pérdidas de producción se calculan en base al tiempo no trabajado por las personas con soledad, ya sea por fallecimiento prematuro o jornadas de trabajo no realizadas

7.848,4
millones de euros anuales derivados del **trabajo que no se realiza**



191,2 millones
ligados a la mortalidad:
Se estiman **848 muertes prematuras** asociadas a la soledad no deseada en 2019. Estas muertes generarían una **pérdida de 6.707 años** potenciales de vida productiva a tiempo completo

Los costes totales por pérdidas de producción ascienden a 8.039.647.764 €; 0,67% del PIB

BARCELONA CONTRA LA SOLEDAT



La falta de conexión social tiene un impacto en la salud comparable al de fumar hasta 15 cigarrillos al día.

Generemos espacios reales de conexión

En Barcelona 100.000 personas se sienten solas

¿Cuánto cuesta la soledad no deseada?

La soledad no deseada **representa un coste total** de
14.141 millones de euros anuales en nuestro país

(**1,17% del PIB** para el año 2021)

Costes directos sanitarios asociados a la soledad



5.605.600 €
anuales por la **frecuentación de servicios sanitarios**



495.852.783 €
por consumo de medicamentos

6.101.440.763 € en total; 0,51% del PIB



Barcelona

¿Qué hemos hecho en Barcelona?

¿Es necesario crear siempre nuevos programas y servicios para reducir la soledad?

Líneas Estratégicas

El Ayuntamiento de Barcelona aprobó la Estrategia municipal contra la soledad 2020-2030 con el objetivo de contribuir a paliar el sentimiento de soledad entre los ciudadanos y las ciudadanas.
Establece 4 líneas estratégicas y 25 objetivos que marcan la hoja de ruta.

1. **Sensibilizar** y generar conocimiento sobre el impacto de la soledad en la ciudad y en el bienestar de las personas que la habitan.

2. **Aportar** recursos y servicios para prevenir, detectar y atender las situaciones de soledad.

3. **Reestructurar la ciudad** y sus ámbitos en espacios comunitarios para afrontar las situaciones de soledad.

4. **Adaptar el funcionamiento de la organización municipal** a los nuevos desafíos.

Planificar y actuar



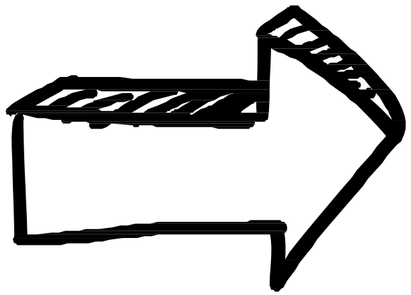
El Plan de Acciones 2020-2024 se inició con 71 iniciativas y se cierra con 135 iniciativas de aplicación de las 4 Líneas Estratégicas y los 25 Objetivos de la Estrategia municipal contra la soledad

Es un documento vivo y dinámico, pensado para adaptarse a nuevas necesidades



DE ESTRATEGIA MUNICIPAL A PACTO DE CIUDAD







CONTRA LA SOLEDAD
#RECONNECTEMOS

Barcelona

ANTE LAS SOLEDADES
#OBRIMELSULLS

Transformar el compromiso municipal en la lucha contra la soledad en un Pacto que implique a todo el mundo:

entidades, empresas, fundaciones, ciudadanía y sociedad civil

Presentación pública del Pacto de ciudad





Barcelona s'uneix per fer front a la soledat no desitjada

Saló de cent - 12 Mayo 2026

https://ajuntament.barcelona.cat/premsa/2026/05/12/barcelona-suneix-per-fer-front-a-la-soledat-no-desitjada/

PACTE DE CIUTAT CONTRA LES SOLEDATS

ACTA DE PRESENTACIÓ

12 de maig 2026
Saló de Cent

Els 7 reptes del Pacte de Ciutat



SUMAR FORCES per UN ALTRE MODEL

BENESTAR DIGITAL dels NENS i JOVES

refugi emocional no ha de ser el mòbil



Soledats invisibles

ENFORTIR VINCLES
sumentar el benestar i el rendiment



Enforn laboral

CIUTAT MÉS AMIGABLE i CUIDADORA
estructura de cures



Espai públic

UNA NARRATIVA QUE reconegui les SOLEDATS

com a una VIVÈNCIA HUMANA



PROVENCIÓ

Reescriure la soledat

VOLUNTARIAT és un MÚSCLUS SOCIAL



Paper ciutadania

APRENENTATGE COMPARTIT
afavorir relacions entre joves i gent gran



Intergeneracional

ALTERNATIVES NO MEDICALITZADES al malestar



Preescripció social

PÒM RELATORIA VISUAL delphine BOGHOS

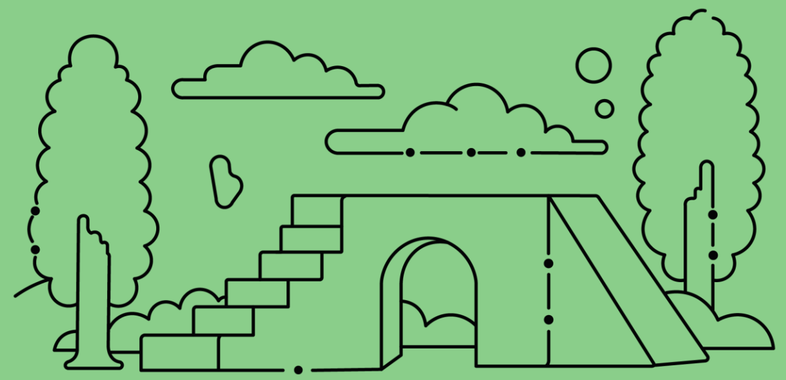
Barcelona

METAS/RETOS COMPARTIDOS

1. SOLEDADES INVISIBLES
2. SOLEDADES EN EL MUNDO LABORAL
3. ESPACIO PÚBLICO CONECTOR
4. REESCRIBIR LA SOLEDAD
5. PAPEL DE LA CIUDADANÍA
6. PROYECTOS INTERGENERA-CIONALES
7. PRESCRIPCIÓN SOCIAL

PACTE DE CIUTAT CONTRA LES SOLEDATS

3_ Espacio público conector



¿Qué?

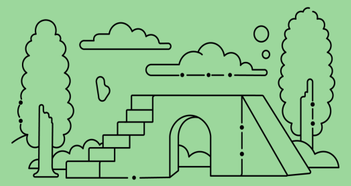
Adaptamos el urbanismo y el diseño urbano a las necesidades de una población diversa en que cada espacio esté concebido para generar conexión, diálogo y vínculos cotidianos.

¿Para qué?

Para transformar Barcelona en una ciudad más amigable y cuidadora, donde el espacio público deje de ser un elemento neutro para **convertirse en un catalizador de las relaciones sociales que genere espacios de conexión, encuentro y convivencia, fortaleciendo el sentimiento de pertenencia a la comunidad.**

3_Espacio público conector

El dato:



- **Desajuste evolutivo:** Los seres humanos hemos pasado el 99,9 % de nuestra evolución en entornos naturales y solo el 1 % en ciudades artificiales; este desfase provoca que nuestros mecanismos de supervivencia no funcionen de manera eficiente en las ciudades, lo que genera estrés y enfermedad.

- **Beneficios de la naturalización del espacio:** los espacios que evocan la naturaleza reducen el estrés, disminuyen la frecuencia cardíaca y la presión arterial y mejoran los procesos de recuperación de enfermedades.

- **El urbanismo como generador de vínculos:** las intervenciones que priorizan al peatón permiten que la ciudadanía pueda caminar, conversar y disponer de lugares donde sentarse, transformando el espacio público de un uso orientado a los coches a un uso centrado en las relaciones humanas.

- **Seguridad y bienestar infantil:** según el informe Hablan los niños y las niñas, casi la mitad de los niños y niñas (49,6 %) no se sienten totalmente seguros en la escuela, y muchos identifican que, para no sentirse solos, necesitan una “ciudad amable” que les permita jugar y hacer vida al aire libre.



https://inscripcions.capitalmundialarquitectura.barcelona/es/activitats/soledat_arquitectura_i_espai_public

METAS/RETOS COMPARTIDOS 2026-2030



¿CÓMO LO CONCRETAMOS? ALGUNOS EJEMPLOS



A L'OMBRA DEL TRENCADÍS

Cooperativa Arquitectura de contacto

Un sistema de sombreado “efímero” concebido para ocupar la ciudad y adaptarse al máximo número de entornos posibles, generando nuevos espacios no solo de sombra, sino también de relación, estancia, paseo... de VIDA.



Parte de la sencilla idea:

Crear sombra para crear vida.

La evaluación realizada evidencia que mejorar las condiciones de permanencia en el espacio público fortalece los vínculos comunitarios y multiplica las oportunidades de relación.

Les famílies de l'Escola Cavall Bernat de la Bordeta demanen una àrea de joc infantil davant del centre

Demanen al Districte que instal·li una àrea de joc infantil al parterre, que està en molt mal estat, situat a la Rambla de Badal, tocant les vies del tren i davant de la mateixa escola.

Dilluns, 23 de maig de 2022 - 21:15h



Les famílies de l'Escola Cavall Bernat demanen una àrea de joc infantil davant el centre



NOTÍCIES

La rambla de Badal, escenari del mobiliari urbà més innovador

Redacció | 30 juliol 2024 13:30 | Sants, Sants-Badal | Línia Sants



BARCELONA
CONTRA LA SOLEDAT

ANÀLISI

Joc i espai públic: antídots contra la soledat i estratègies per a la vida comunitària - Educa Barcelona

Juego y espacio público: antídotos contra la soledad y estrategias para la vida comunitaria

Laia Pineda i Pilar Lleonart — 5 - octubre - 2026 · 04:00 7 Mins Read

SEGUEIX-NOS



Espai de joc 0-99 a la Clariana de Glòries, al districte de Sant Martí | Ajuntament de Barcelona

El espacio público como infraestructura social y el juego como motor de la vida comunitaria.

Por eso decimos que el juego tiene un **papel decisivo en la vida comunitaria** y que el espacio público no puede concebirse sólo como una trama urbanística, sino que hay que concebirlo como una auténtica **infraestructura social** que favorece el contacto entre personas.

Como infraestructura social, el espacio público no puede ser sólo un lugar para itinerar de un sitio a otro, sino que **debe invitar a quedarse. Y para que esto ocurra debe ser seguro, accesible, confortable y jugable;** con bancos, sombra y mesas de picnic, para generar vínculos y ser un sitio donde poder sostener los cuidados.

No solo generar un espacio, sino favorecer su uso.


INSTITUT CARTOGRÀFIC DE CATALUNYA

Fotos de Converses de Safareig

Dia Mundial de la Salut Mental 2026



El peso de las piedras, la fuerza de los vínculos

Lavadero de Magraners



Conversaciones de Lavadero
Día Mundial de la Salud Mental 2026
«Tejer vínculos es hacer salud mental».

Proyecto ***Conversaciones de Lavadero,*** una acción artística y comunitaria que tuvo lugar del 3 al 9 de octubre en más de **25 municipios** de todo el territorio y en la que participaron más de **80 organizaciones** de los ámbitos social, sanitario y cultural.

En el caso de Barcelona:

- **17 participantes**
  (de dos entidades del ámbito de la Salud mental)
- **4 encuentros previos**

Participaron:

- **L'Altre Festival**: artes escénicas y salud mental.
- **Salut mental Catalunya.**
- **Ayuntamiento Barcelona:**
  - Estrategia contra la Soledat,
  - Salud,
  - Acción Comunitaria,
  - Distrito,
  - Fabra i Coats (Fábricas de creación).

Acción comunitaria y artística para reflexionar sobre el aislamiento y la soledad no deseada: *Conversaciones de Lavadero*, una iniciativa que culminó con un acto central en Cervera.

Foto:
Acto final Barcelona,
8 de Octubre,
Parque de las Aguas

Grandes retos:

- Evaluar el impacto.

- Darle continuidad



BARCELONA CONTRA LA SOLEDAT

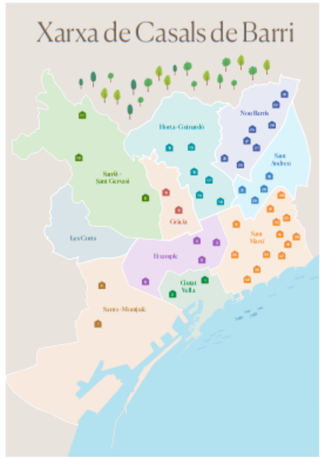
elPeriódico.com

Medida de gobierno

Barcelona potenciará la acción comunitaria de los casales de barrio con servicios unificados

- Prevé que estos espacios ofrezcan una cartera de cuidados y bienestar y otras propuestas culturales y cívicas

Medida de gobierno para el despliegue del modelo de casales de barrio como casales comunitarios 2025-2027

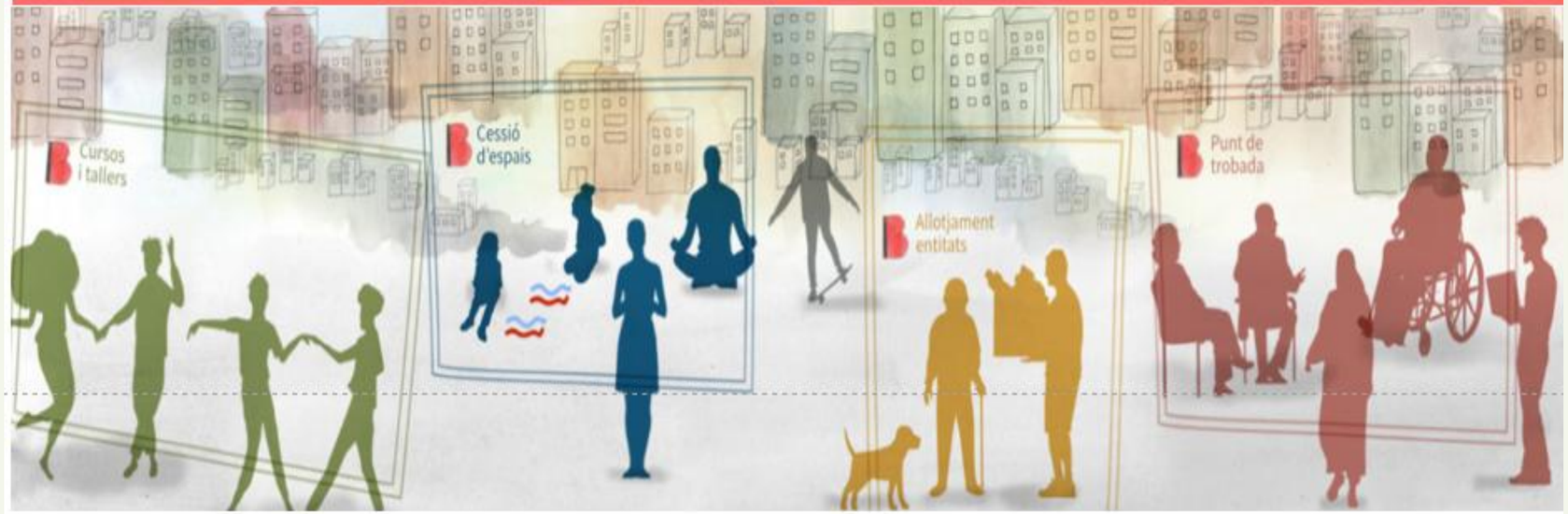


Medida de gobierno
Febrero 2025

Área de Derechos Sociales, Salud, Cooperación y Comunidad
Departamento de Equipamientos de Proximidad y de Política Comunitaria

Ajuntament de Barcelona

Casales de barrio comunitarios



Nuevo modelo - Cambio de paradigma:

De orientar e informar a implicar, vincular, acompañar con una intención relacional

Servicio específico promotor de:

- Bienestar colectivo
- Cuidados
- Lucha contra la soledad

→ **Incorporación de un professional especializado: "Enlace"**

Definición y Objetivos del Servicio

El Enlace es un servicio específico de bienestar y cuidados comunitarios que permite mejorar significativamente el bienestar colectivo de la ciudadanía, especialmente de las personas en situación de vulnerabilidad, las personas cuidadoras y aquellas afectadas por la soledad no deseada.

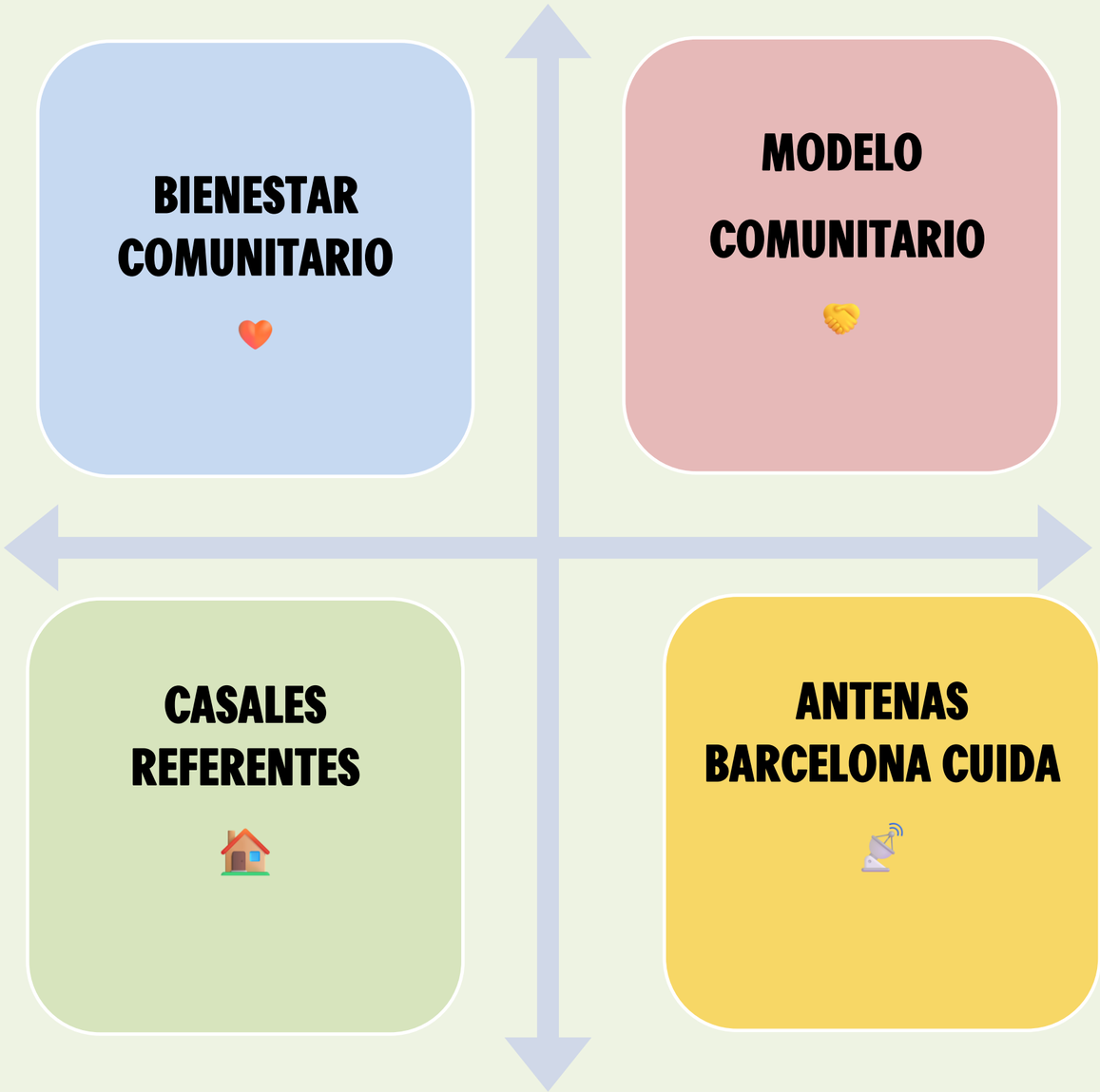
Objetivo General

Desarrollar un servicio específico en el seno de los Centros Comunitarios de Barrio que permita consolidarlos como **activos movilizadores, articuladores y promotores del bienestar colectivo, los cuidados y la lucha contra la soledad** no deseada.

Formación y apoyo metodológico a los/las profesionales referentes

- Acompañamiento individual

- Impulso de espacios colectivos de aprendizaje y mejora continua (mediante **formaciones específicas y sesiones de apoyo metodológico**, orientadas a compartir herramientas, indicadores y recursos municipales).



Un ejemplo recinte:
Taller formativo de Prescripción social para personas facilitadoras

Barcelona
29 de mayo de 2026

Marc Olivella Cirici Subdirección General de Adicciones, VIH, ITS y Hepatitis Víricas. Departament de Salut.





El programa de Prescripción Social en Cataluña



Guia de Prescripció d'actius comunitaris



Proyecto RECETAS

(Re-imagining Environments for Connection and Engagement: Testing Actions for Social Prescribing in Natural Spaces)



Consorcio formado por 13 instituciones de 9 países.

Reducir la soledad en contextos urbanos

La naturaleza como vía terapéutica

Creación, implementación y evaluación conjunta de soluciones de prescripción social basada en la naturaleza para combatir la soledad y promover el bienestar emocional entre adultos urbanos vulnerables.

🔗 Web oficial del proyecto: https://www.recetasproject.eu/

¿QUÉ ES?

Iniciativa europea de investigación que explora cómo la prescripción social basada en la naturaleza puede contribuir a reducir la soledad no deseada y mejorar el bienestar emocional en entornos urbanos.

El proyecto parte de una idea sencilla pero poderosa: los espacios verdes y naturales no solo tienen beneficios ambientales, sino que también pueden convertirse en infraestructuras comunitarias que favorezcan las relaciones sociales, la participación y el sentimiento de pertenencia.

¿CUÁNDO Y DÓNDE?

Entre 2021 y 2026, RECETAS desarrolló estudios y experiencias piloto en ciudades como Barcelona, Marsella, Helsinki, Praga, Cuenca (Ecuador) y Melbourne, combinando salud pública, urbanismo, ciencias sociales y participación comunitaria.

RESULTADOS

Sus resultados refuerzan la importancia de diseñar y activar espacios públicos y naturales como entornos que facilitan la conexión entre personas, especialmente aquellas en situación de vulnerabilidad o aislamiento social.

CERCA SALUT BARCELONA

Activitats i recursos per a la salut, el benestar i les cures

Inici | Què és Cerca Salut | Dades | Ajuda | Idioma

Cerca avançada

389 activos

Soledad y aislamiento social



Cercador

Soledat i aïllament social

Grups d'edat

Paraula clau

Organització

Esborra filtre

Amb la col·laboració: Agència de Salut Pública; Consorci Sanitari de Barcelona (Ens públic de la Generalitat de Catalunya i l'Ajuntament de Barcelona)

Promou: Ajuntament de Barcelona



Cercador

Soledat i aïllament social

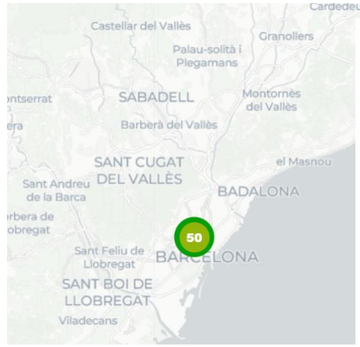
Persones grans (>65 anys)

Paraula clau

Organització

Esborra filtre

https://cercasalut.barcelona/index/soledat-i-aillament-social/



Cercador

Soledat i aïllament social

Adolescència (12-18 anys)

Paraula clau

Organització

Esborra filtre

Barcelona

Barcelona

Àrea de Presidència, Relacions Internacionals, Educació, Salut, Drets Humans i Cicles de Vida

Qui som | Àmbits temàtics | Projectes estratègics | Serveis

Barcelona contra la soledat

Què és la soledat? | Et sents sol/a? | Reconnecta | Estratègia municipal | Pacte de Ciutat | Observatori | Formació

DAVANT LES SOLEDATS OBRIM ELS ULLS

Pacte de ciutat contra les soledats

Ha arribat el moment de transformar el compromís municipal en un acord de ciutat que impliqui tothom.

Més informació



https://ajuntament.barcelona.cat/presidencia-relacions-internacionals-educacio-salut-drets-humans-cicles-de-vida/ca/barcelona-contra-la-soledat



1

Preparar el terreno

Los espacios importan

2

Regar y cuidar

Hay que llenar los espacios de vida y relaciones

3

Contar con buenos cultivadores/as

Profesionales como pieza clave

4

Sembrar con otros/as

La comunidad no se construye sola

5

Respetar la diversidad

Diferentes trayectorias, capacidades y necesidades

6

Tener paciencia

Generar vinculos y confiança requiere de tiempo



Gracias



Marisa Clua: mclua@bcn.cat
Esther Tena: etena@bcn.cat
Barcelona.cat/soledat

Barcelona