

## POS-E04

*PD en Psicología: Individuo, Grupo, Organización y Cultura*

## **¿ES LA CIUDAD UN ENTORNO SALUDABLE? AGENDA DE INVESTIGACIÓN PARA LA VALORACIÓN DEL POTENCIAL RESTAURADOR DE (ALGUNOS) ESPACIOS URBANOS**

Mikel Subiza Pérez Laura Vozmediano Sanz César San Juan Guillén

Departamento de Psicología Social y Metodología de las Ciencias del Comportamiento - Facultad de Psicología

La ciudadanía se ve sometida en su acaecer cotidiano a diversas fuentes de estimulación y estrés provenientes de los contextos laborales, formativos, familiares y sociales, y del propio contexto urbano (ruidos, aglomeraciones...). Para responder a dichos retos ha de poner en juego una variada serie de habilidades y recursos cognitivos y emocionales. Cuando el empleo esfuerzo se prolonga en el tiempo, dichos recursos disminuyen y conducen a un estado de agotamiento psicológico (malestar emocional, inoperancia cognitiva...). Durante tres décadas los psicólogos y psicólogas ambientales han estudiado el fenómeno conocido como Restauración. Éste se define como la recuperación de las capacidades cognitivas y emocionales menoscabadas por la actividad cotidiana al entrar en contacto con Espacios que permitan evadirse de los problemas, relajarse y practicar actividades deseadas. En esta línea, la investigación ha estado casi exclusivamente dedicada a estudiar el Potencial Restaurador de los Espacios Naturales o verdes. Este proyecto de tesis pretende estudiar si se puede producir Restauración también en Espacios Urbanos, no sólo en parques, sino en plazas, calles y lugares singulares de nuestras ciudades. La ciudad ha sido presentada en ocasiones dentro de la literatura de las Ciencias Sociales y de la Salud como un entorno estresógeno y hostil, debido a las aglomeraciones, los ruidos, la contaminación, la despersonalización de las relaciones humanas y el anonimato y aislamiento al que se veía avocado el individuo. A pesar de ello, la ciudad también es un entorno lleno de posibilidades y virtudes. Este proyecto de tesis es un esfuerzo por detectar aquellos espacios que puedan tener un valor específico en la promoción de la salud y la calidad de vida de la ciudadanía. En el póster se presentarán las bases teóricas de este proyecto de investigación, su agenda de actividades y los resultados preliminares de un estudio de campo ya realizado.