



Las ciudades y los entornos amigables con las personas mayores

Revisión sobre sus características, su efectividad y sus condiciones de implementación



¿Mejora la vida de las personas mayores adaptar las ciudades y los entornos para hacerlos más amigables? ¿Qué actuaciones funcionan y bajo qué condiciones?

El envejecimiento de la población y la urbanización convergen en el tiempo y plantean retos crecientes a las ciudades. El modelo de las *ciudades y comunidades amigables con las personas mayores*, impulsado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) desde 2007, parte de una premisa aparentemente sencilla: si el entorno condiciona el envejecimiento, hacer las ciudades más amigables debería mejorar la vida de las personas mayores. Esta revisión analiza y sintetiza la evidencia científica disponible sobre las características, efectividad y condiciones de implementación del modelo.

Métodología

Se ha realizado una revisión de alcance (*scoping review*) siguiendo la declaración PRISMA, de un total de 74 documentos de evidencia —51 revisiones, 21 evaluaciones y 2 metaanálisis— publicados en los últimos quince años.



Resultados

¿Qué es un entorno amigable y qué ámbitos abarca?

Una ciudad o comunidad amigable es aquella que fomenta el envejecimiento activo optimizando las oportunidades de salud, participación y seguridad. La OMS estructura la amigabilidad en ocho dominios, que suelen agruparse en dos grandes dimensiones:



Entorno físico y construido

Espacios exteriores y edificios (accesibilidad, caminabilidad, zonas verdes), transporte y vivienda.



Entorno social

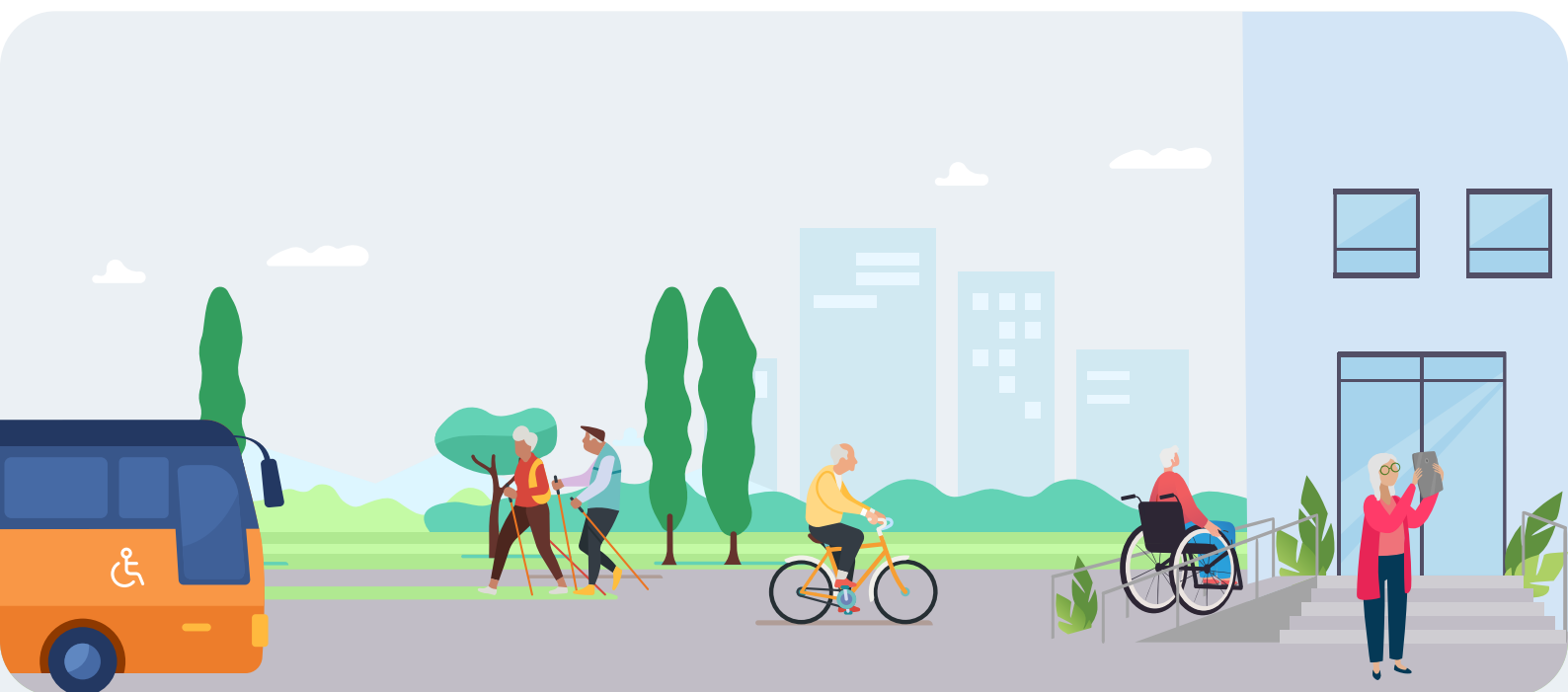
Participación social, respeto e inclusión, participación cívica y empleo, comunicación e información, y apoyo comunitario y servicios de salud.

Los dominios no funcionan como compartimentos estancos, sino como un sistema interdependiente. La evidencia empírica, además, no se distribuye de forma uniforme entre ellos, por lo que el análisis se organiza en seis ejes: bienestar y salud, entorno físico, entorno social, intervenciones comunitarias, dimensión digital, y sostenibilidad y resiliencia climática.

¿Mejoran los entornos amigables el bienestar de las personas mayores?

La evidencia respalda la relación, con matices. La asociación es positiva, pero de magnitud pequeña y muy heterogénea, y más intensa sobre el bienestar mental y emocional que sobre el físico. La evidencia es más sólida para componentes concretos —espacios verdes, caminabilidad, transporte público accesible, seguridad y participación social— que para la amigabilidad agregada. Cada dominio se asocia, además, con un resultado distinto: el entorno físico con la salud funcional, la participación social con menor sintomatología depresiva, y la inclusión con mayor felicidad.

¿Qué actuaciones muestran efectos más consistentes y qué límites presentan?



Entorno físico y construido

Es el componente mejor estudiado y medido. La caminabilidad, la accesibilidad de los espacios públicos, la vivienda adecuada y, sobre todo, el transporte público accesible se identifican como factores clave para la autonomía y la participación. Los espacios verdes aportan la evidencia cuantitativa más sólida (menor riesgo de depresión y de Alzheimer). La atribución causal de intervenciones concretas sigue siendo limitada y la adaptación de la vivienda apenas logra escalar.

Entorno social

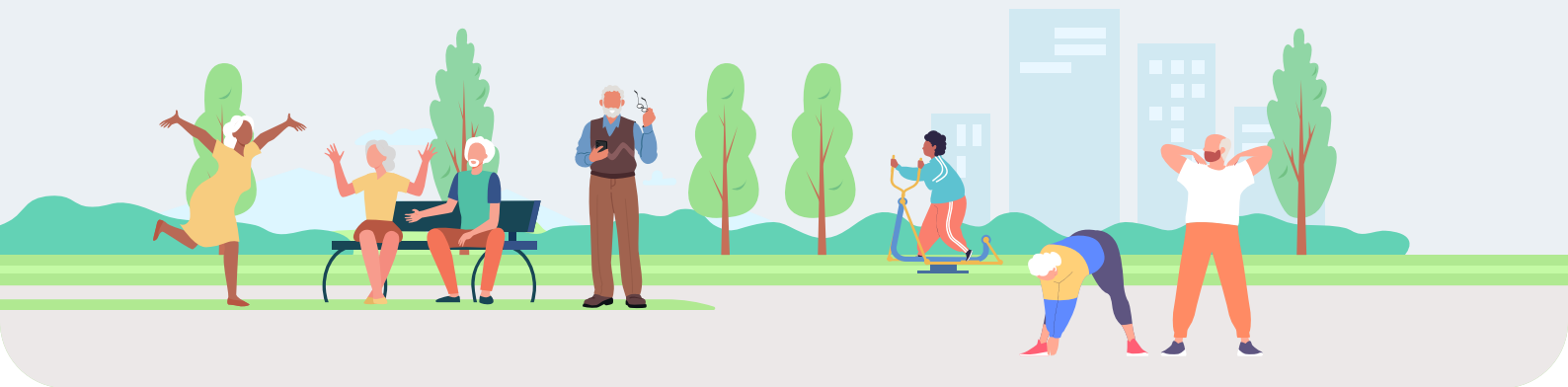
La participación, la inclusión y la conexión son especialmente relevantes para el bienestar emocional y la reducción de la soledad y el aislamiento, pero están infraespecificadas en la medición.

Intervenciones comunitarias

Resultan más efectivas cuando sostienen en el tiempo cambios de estilo de vida y combinan varios componentes adaptados a la persona; predominan, no obstante, los diseños no controlados y las experiencias no evaluadas, lo que limita la solidez de las conclusiones.

Dimensión digital y sostenibilidad climática

Son ejes emergentes de recorrido prometedor pero escasa evidencia. Su principal riesgo es abrir nuevas brechas de exclusión —especialmente la digital— si no se incorpora una perspectiva de equidad desde el inicio.



¿Qué cuestiones transversales condicionan el alcance del modelo?



Medición y evaluación. La medición está fragmentada y escorada hacia los dominios físicos, y el seguimiento y la difusión de resultados son débiles, lo que limita la acumulación de evidencia y la comparación entre territorios.



Implementación y gobernanza. El edadismo, la financiación inestable y la fragmentación de la gobernanza operan como barreras recurrentes; la sostenibilidad de las iniciativas depende de un respaldo institucional continuado.



Equidad. Sin una incorporación explícita de la equidad, el modelo puede reproducir o ampliar las desigualdades (renta, origen, ruralidad, brecha digital), pues tienden a adoptarlo antes las comunidades con más recursos.



Coproducción. La participación de las personas mayores es a la vez un principio fundacional del modelo y un factor asociado a mejores resultados, pero su implicación efectiva sigue siendo limitada en la práctica.



Conclusión

La amigabilidad con las personas mayores es un objetivo **respaldado por la evidencia en sus componentes concretos**, pero su efectividad agregada es modesta y difícil de demostrar con los sistemas de medición y seguimiento disponibles. El entorno importa, aunque su efecto es modesto, condicional y socialmente estratificado, y rinde más allá donde la necesidad es mayor. Para funcionar, el modelo requiere equilibrar la intervención sobre lo físico y lo social, incorporar la equidad como criterio rector y contar con un respaldo institucional estable que permita sostener y aprender de las iniciativas a lo largo del tiempo.

Fuente: CDIM-Centro de Documentación Virtual del Imserso y SIIS-Servicio de Investigación e Información Social (2026): “Las ciudades y los entornos amigables con las personas mayores. Revisión sobre sus características, su efectividad y sus condiciones de implementación”. Madrid: Instituto de Mayores y Servicios Sociales (Imserso), Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030.