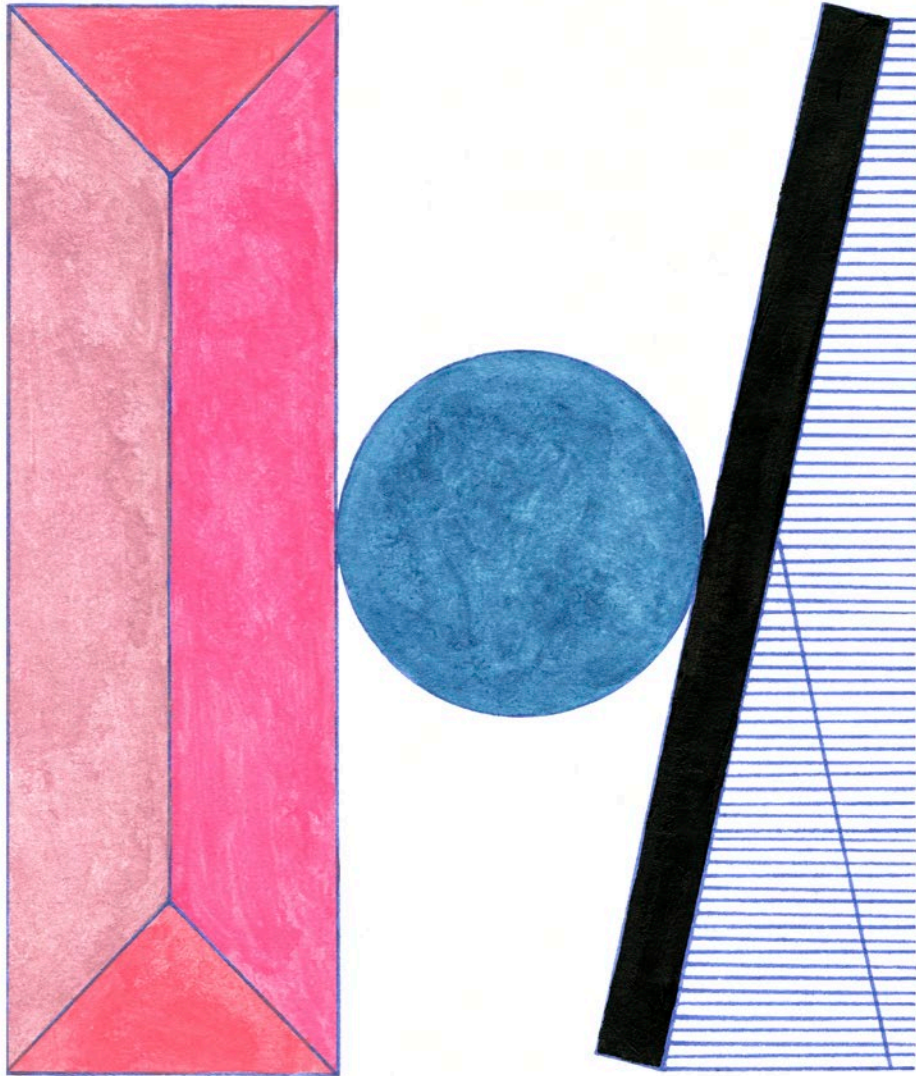


# Cultura para la vida

Estudio crítico y plural  
sobre lo cultural

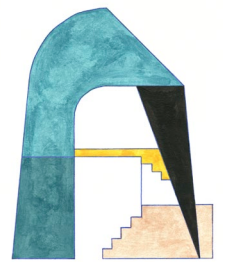
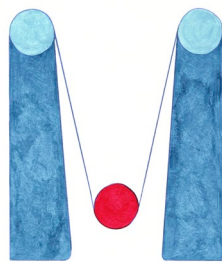
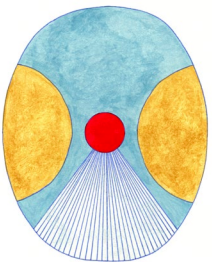
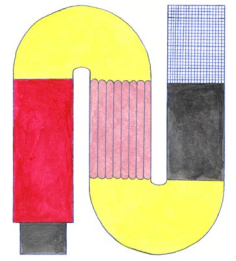
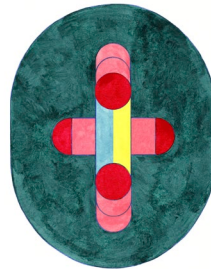
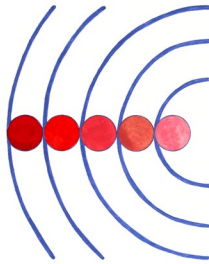
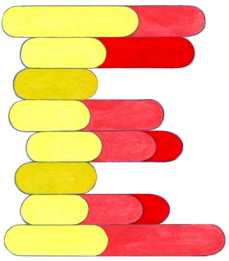
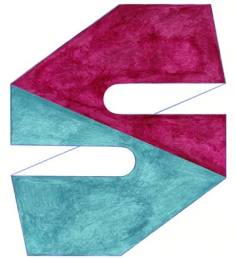
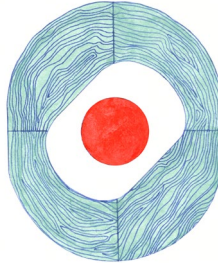
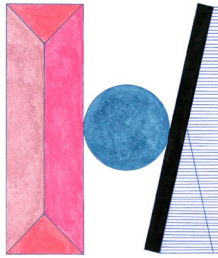
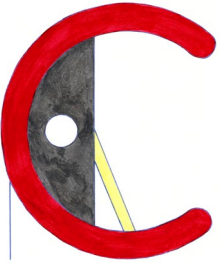
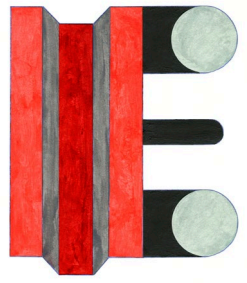
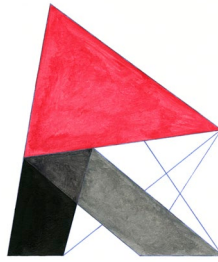
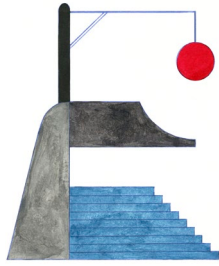
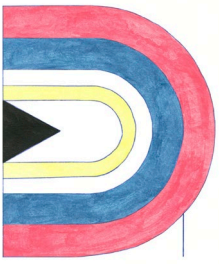


# Carta de un médico



73

Luis  
Gimeno



# Cultura para la vida

Estudio crítico y plural  
sobre lo cultural

Desde el punto de vista de la salud pública y desde la atención primaria, es obvio que los proyectos de cultura comunitaria o cultura ciudadana son saludables para las personas.

Hay una circulación común, una respiración común. Todas las cosas están relacionadas.

Hipócrates, médico griego

Buenos días:

La Organización Mundial de la Salud define la salud como «un estado de bienestar físico, psíquico y social y no solo la ausencia de enfermedades». Para mejorar la salud de las personas no debemos fijarnos únicamente en sus aspectos más biológicos, sino en todos los factores psicológicos y sociales. En palabras del profesor Michael Marmot, experto de la Organización Mundial de la Salud en estos ámbitos: «Si los principales determinantes de la salud son sociales, así deben ser las soluciones». Por eso, para mejorar la salud de las personas debemos mejorar simultáneamente todos estos elementos.

Cada vez más estudios y evidencias científicas demuestran que es fundamental cuidar y fomentar las relaciones sociales. Una revisión reciente al respecto nos recuerda que las personas con fuertes redes sociales tienen hasta un 50% menos de mortalidad que las que no las tienen. Es decir, cuidando y fomentando las redes sociales mejoramos la salud en nuestros barrios. Parece fácil de decir, pero no es fácil conseguirlo. Hacen falta años de procesos formales e informales para que las redes sociales de un barrio se desarrollen. Desde las administraciones debemos cuidar y potenciar dichos procesos sin apropiarnos de ellos.

Desde el punto de vista de la salud pública y desde la atención primaria, es obvio que los proyectos de cultura comunitaria o cultura ciudadana son saludables para las personas. Lo denominamos técnicamente *activos para la salud*, que se pueden definir como «cualquier factor que mejora la capacidad de las personas, grupos, comunidades, poblaciones, sistemas sociales e instituciones para mantener y sostener la salud y el bienestar, y que les ayuda a reducir las desigualdades en salud». El fomento de los activos para la salud es una prioridad para el Gobierno de Aragón en su estrategia para mejorar la salud de las aragonesas y de los aragoneses, y aparece explícitamente como objetivo en el Plan de Salud de Aragón. Desde el sistema sanitario tenemos la obligación de apoyar y fomentar este tipo de iniciativas tan positivas para nuestros pacientes y la ciudadanía.

Los proyectos de cultura ciudadana o comunitaria trabajan por la inclusión, incluyen y gestionan la diversidad, proponen la participación activa y el empoderamiento y generan redes fuertes y sostenidas en el tiempo. Ponen a las personas en el centro de los proyectos y se preocupan de su cuidado en los procesos. Trabajan con valores fundamentales de la promoción de salud como son la intersectorialidad, la salud positiva, la participación, la equidad y la orientación a los determinantes de la salud. Generan un proceso de coproducción de salud. Hay numerosos proyectos que avalan su impacto positivo en la satisfacción con la vida, los niveles de depresión y ansiedad y la buena salud. Como hemos comentado, las fuertes relaciones sociales no solo aumentan la calidad de vida, sino que incluso disminuyen de forma importante la mortalidad.

En el plano social, también nuestros barrios o nuestras ciudades se benefician de una ciudadanía activa que ejerce sus derechos culturales, que se organiza y trabaja por la construcción de la identidad, que genera redes de colaboración. Estos beneficios, en los que no podemos sino estar

todos de acuerdo, son los que persiguen los proyectos de cultura comunitaria.

Zaragoza es hoy un referente nacional e internacional de la cultura comunitaria. El trabajo sostenido de proyectos, espacios y entidades públicas y privadas ha conseguido que la ciudadanía de Zaragoza pueda participar en propuestas de diferentes disciplinas artísticas con una perspectiva común. Nuestros barrios se nutren porque encuentran en estos agentes culturales un aliado más en la construcción de un territorio vivo y saludable.

Invertir en este tipo de proyectos es, por lo tanto, invertir en la promoción de la salud, en mejorar la cantidad y calidad de vida de nuestras vecinas y vecinos, en mejorar la cohesión de nuestros barrios y en aumentar el empoderamiento de la ciudadanía. Desde esta oportunidad que se me ha brindado, felicito al Ayuntamiento de Zaragoza por todo el buen trabajo realizado y le animo a mantener y redoblar su apoyo decidido, firme y estable a estos proyectos y entidades que mejoran la ciudad en la que vivimos.

Hemos comenzado recordando unas sabias palabras pronunciadas por el médico griego Hipócrates hace solo 2.500 años y quiero también acabar con otra reflexión suya plenamente actual: «No basta que el médico haga por su parte cuanto debe hacer, si por otro lado no concurren al mismo objeto, los asistentes y demás circunstancias exteriores».

Esta publicación está editada por la  
Fundación Daniel y Nina Carasso  
[www.fundacioncarasso.org](http://www.fundacioncarasso.org)  
y por Una más una:  
[www.unamasuna.com](http://www.unamasuna.com)



DIRECCIÓN Y COORDINACIÓN EDITORIAL  
Una más una: Irene Aláez, Belén Gil  
y Macarena Pérez

DIRECCIÓN FUNDACIÓN DANIEL  
Y NINA CARASSO  
Isabelle Le Galo

COORDINACIÓN FUNDACIÓN DANIEL  
Y NINA CARASSO  
Carlos Almela, Cristina Crisol,  
Pepa Octavio

COMITÉ DE ORIENTACIÓN Y  
SEGUIMIENTO ARTE CIUDADANO  
Cristina Alonso, Tere Badía, Gemma  
Carbó, Jesús Carrillo, Carlos Mataix  
y Manuela Villa

#### TEXTOS

Raúl Abeledo, Irene Aláez, Pilar  
Almansa, Carlos Almela, Cristina  
Alonso, Soledad Arnau, Almudena  
Ávalos, Tere Badía, Jordi Baltà, Eva  
Barbero, María Camino Barcenilla,  
Marián Cao, Gemma Carbó, Jesús  
Carrillo, Santiago Cirugeda, Marcos  
García, David García Ferreiro, Marta  
García Miranda, Belén Gil, Luis Gimeno,  
Susana Gómez, Roberto Gómez de la  
Iglesia, Iris Sofía Hernández, José María  
Lassalle, Isabelle Le Galo, Eli Lloveras,  
Carlos Mataix, Eduardo Maura, Ángel  
Mestres, Sonia Mulero, Rocío Nogales,  
Macarena Pérez, José Luis Pérez Pont,  
Pamela Pilawa, Alfredo Puente, Pau  
Rausell, Jaume Ripoll, Raquel Rivera,  
Encarnación Roca, Javier Rodrigo,  
Cristina Sáez, Belén Soto, Mabel Tapia  
y Manuela Villa

CORRECCIÓN DE TEXTOS  
Pía Paraja García

DISEÑO  
Tres Tipos Gráficos

ILUSTRACIONES  
Solange Abaziou

IMPRESIÓN  
Imprenta Kadmos



Esta publicación se ha editado bajo una licencia  
Creative Commons.  
Se permite el uso no comercial de la obra original  
y la generación de obras derivadas mientras se  
adscriban a la misma licencia.