

La ciudad restauradora

Una propuesta desde la psicología ambiental urbana¹

Arturo Eduardo Villalpando-Flores²

José Marcos Bustos-Aguayo³

¹ El presente escrito forma parte de un proyecto de investigación institucional financiado por el Programa de Becas Posdoctorales de la Universidad Nacional Autónoma de México.

² Universidad Nacional Autónoma de México. Correo electrónico: a.villalpando@zaragoza.unam.mx. <https://orcid.org/0000-0003-2065-9948>

³ Universidad Nacional Autónoma de México. Correo electrónico: marcos.bustos.unam@gmail.com. <https://orcid.org/0000-0003-3423-596X>

Recibido: 14/03/2024. Aceptado: 09/09/2024.



La ciudad restauradora Una propuesta desde la psicología ambiental urbana

RESUMEN

La relación simbiótica entre los seres humanos y el medio ambiente ha evolucionado paralelamente, dejando su huella en la estructura genética de nuestra especie y en la formulación de estatutos sociales. Esta convergencia es evidente en la dinámica de la vida moderna, los aspectos funcionales y los anclajes emocionales. Basándose en los postulados de la psicología ambiental y las propuestas de diseño, este artículo presenta un modelo denominado «urbanismo restaurador», afirmando que la proximidad a la naturaleza urbana es un elemento crítico en la composición y el diseño de los entornos urbanos, fomentando mejores percepciones de habitabilidad externa y mejorando el bienestar individual y colectivo en términos biopsicosociales a través del proceso de restauración ambiental, alcanzando una sostenibilidad urbano-ambiental y psicológica. La importancia de la propuesta radica en su capacidad para cuestionar cómo las características morfológicas del espacio sociofísico influyen en la calidad de las relaciones socioambientales, físicas y emocionales con el entorno circundante, especialmente ante las contingencias urbanas, ambientales y climáticas.

Palabras clave: Entornos urbanos, Biofilia, Habitabilidad externa, Restauración ambiental, Bienestar biopsicosocial

The Restorative City: A Proposal from Urban Environmental Psychology

ABSTRACT

The symbiotic relationship between human beings and the environment has evolved in parallel, leaving its mark on the genetic structure of our species and the formulation of social statutes. This convergence is evident in the dynamics of modern life, the functional aspects, and the emotional anchors. Based on the postulates of environmental psychology and design proposals, this article presents a model called “restorative urbanism”, stating that proximity to urban nature is a critical element in the composition and design of urban environments, fostering better perceptions of external habitability and improving individual and collective well-being in biopsychosocial terms through the environmental restoration process, achieving urban-environmental and psychological sustainability. The importance of the proposal lies in its ability to question how the morphological characteristics of the sociophysical space influence the quality of the socioenvironmental, physical, and emotional relationships with the surrounding environment, especially in the face of urban, environmental, and climatic contingencies.

Keywords: Urban environments, Biophilia, External habitability, Environmental restoration, Biopsychosocial well-being

INTRODUCCIÓN

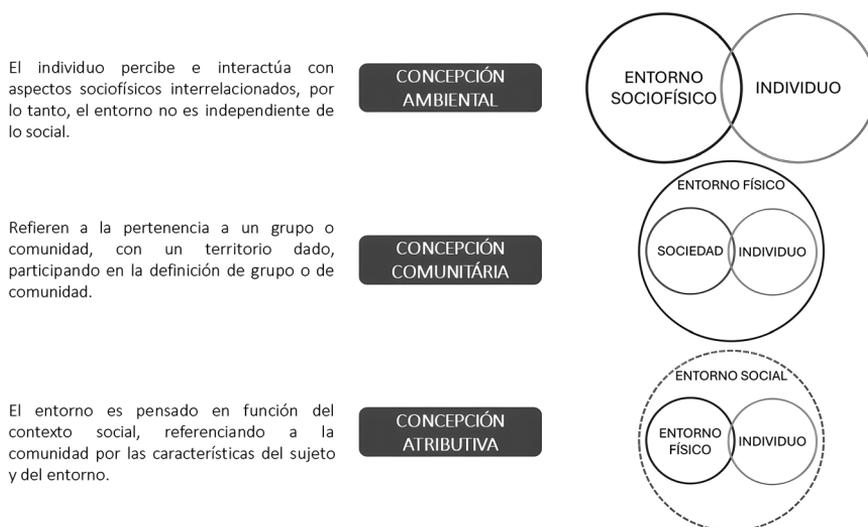
A lo largo de los años, los cuerpos colegiados han modificado sus respectivos posicionamientos sobre las relaciones entre los fenómenos de estudio, aproximaciones teórico-epistemológicas, métodos de comprobación y aterrizaje de resultados; concluyendo en una consolidación académica ocupada y absorbida en la multi y transdisciplina. Esto no es nuevo. Pero los tiempos actuales han sido contundentes en la importancia de la unión de campos, conceptos, teorías y métodos para acceder a una mayor, o quizás mejor, aproximación al estudio de la realidad; o por lo menos de aquello que es objeto de interés en el mundo real.

Para Terán-Álvarez Del Rey y Landázuri (2002), las ciencias de la conducta, ciencias sociales y los campos del diseño se convierten en el ejemplo idóneo de este escenario posmoderno donde la complejidad del objeto de estudio requiere de más de una perspectiva de análisis, para, con ello, generar nuevos discursos teórico-epistemológicos y metodológicos respecto de la relación medio ambiente-sociedad. Este marcado interés acerca de la trascendencia del entorno natural y construido de importancia socioespacial y psicológica es lo que dota a la psicología ambiental de un carácter imperativo en el entendimiento, estudio y análisis de los mecanismos humanos insertados en el desarrollo biopsicosocial y la formulación de planes socio-culturales en el medio sociofísico. En la Figura 1 se observa una categorización de tres maneras de interpretar la relación individuo-entorno en función del estatus y del lugar que se le da a la dimensión social, lo cual evoca enfoques y concepciones epistemológicas completamente diferentes de la relación con el entorno.

Pertenecer a una comunidad o grupo social es estar juntos en un territorio, identificándose con quienes se comparte dicho lugar, implicando así que la multiculturalidad, heterogeneidad y la percepción de la ciudad están estrechamente relacionadas con la percepción del tejido urbano. Esto logra que el análisis psicoambiental se realice en términos de pertenencia socioambiental, identificación espacial, valoración estética y pertenencia comunitaria (Moser, 2009). Lo anterior posibilita entonces generar diálogos acerca de lo representativo del diseño de entornos urbanos (ciudades) sobre elementos subjetivos (calidad de vida), objetivos (procesos psicofisiológicos), emocionales (apego e identidad), cognitivos (percepción de habitabilidad, restauración ambiental) y conductuales (apropiación y arraigo), por mencionar algunos.

El objetivo del presente escrito es exponer la importancia del estudio de la relación entre la ciudad y sus usuarios-actores-habitantes, con base en los planteamientos de la psicología ambiental. El involucramiento de los campos del diseño (arquitectura, urbanismo, arquitectura del paisaje) permitirá introducir en la discusión un modelo de urbanismo restaurador, el cual se piensa idóneo por cuestionar qué tan importante es la calidad del entorno físico sobre la calidad del desarrollo humano, tanto individual como colectivo.

Figura 1. *Formas de interpretación de la relación entorno-ser humano*



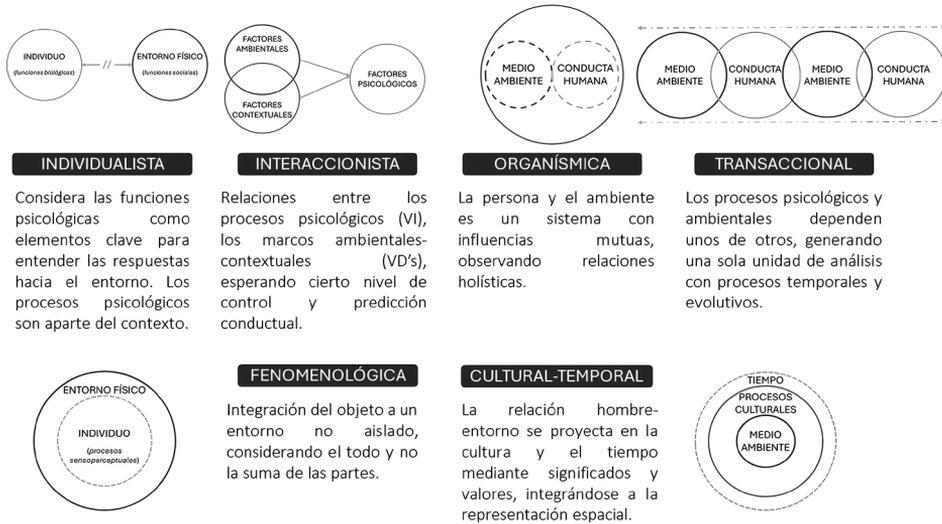
Fuente: Elaboración propia con base en Günther (2009).

BINOMIO MEDIO AMBIENTE-SOCIEDAD DESDE LA PSICOLOGÍA AMBIENTAL

Entender que existen mecanismos exógenos a nuestro organismo que influyen sobre la percepción de lo que hacemos y cómo lo hacemos, es considerar que el entorno es la suma de elementos y circunstancias adscritas a procesos naturales de los cuales somos parte como causa y efecto. Gibson (1979) sostiene que nuestra relación con el medio se enmarca en determinadas características sociofísicas que dan como resultado tasas de éxito y/o fracaso; situación que sostiene a la vez el nivel de involucramiento con lo que sucede alrededor. Debido a esta particularidad y complejidad del objeto de estudio, la psicología ambiental ha diseñado herramientas teóricas y epistemológicas propias, posibilitando el abordaje de conceptos específicos en varios niveles de manera simultánea. En la Figura 2 se presenta una recopilación de Villalpando-Flores (2023), sobre los elementos epistemológicos que rigen el estudio de la relación con el medio ambiente desde la visión de la psicología ambiental.

Por tanto, la psicología ambiental resulta ser complementaria en el análisis de la relación medio ambiente-comportamiento humano en la medida en que considere al individuo a través del análisis de las percepciones, cogniciones, representaciones y comportamientos en relación con el contexto ambiental inmediato. Esta multiplicidad de elementos es la que posibilita generar posturas teórico-epistemológicas que buscan dar explicación a los hechos y actores que componen el binomio medio ambiente-sociedad.

Figura 2. *Visiones epistemológicas sobre la relación con el medio ambiente desde la psicología ambiental*



Fuente: Elaboración propia con base en Villalpando-Flores (2023).

Con ello, y retomando lo propuesto por Hall (1983), pensar que nos relacionamos a partir de transacciones e interacciones con los elementos compositivos del espacio físico es suponer que a medida que el espacio se modifica, los usuarios cambian la forma y modo de percibir, conocer y actuar. Esta idea no es nueva si consideramos el proceso evolutivo de la especie y el paso de animales arbóreos con rasgos conductuales primitivos hasta sociedades bajo estatutos organizacionales que permitieron actividades de mayor complejidad cognitiva como la caza, supervivencia y búsqueda de refugio (Mercado-Doménech, 2004). Este traspaso del nomadismo al sedentarismo vendrá acompañado de nuevas formas de apropiación espacial, y con ello mecanismos de uso de recursos naturales (flora y fauna), lo que impulsará la hipótesis sobre el establecimiento permanente y el tipo de relación que se sostendrá con la naturaleza.

Durante este proceso milenario, las variables ambientales y sociales dictan mucho del éxito. Sin embargo, los aspectos psicobiológicos se verán íntimamente ligados con las nuevas composiciones sociales y demandas ambientales. De esta manera, inteligencia, lenguaje, aprendizaje, percepción y cognición se complejizarán a la par del uso y disfrute de lo que ofrece el entorno. Además de esto, para Mercado-Doménech (2019), las modificaciones fisionómicas producto de la cruce de razas, cambios en los ecosistemas y nuevos aprendizajes mediante la percepción de contingencias y la regla estímulo-respuesta puntualizarán una nueva arquitect-

tura cognitiva, resultando en elementos cosmogónicos de mayor complejidad que permitan explicar, en aquel momento, ese nuevo mundo.

Pensar entonces que las incidencias ambientales y sociales acotan la percepción y cognición de lo que nos rodea, conlleva a entender que inevitablemente la calidad del diseño del medio circundante tiene mucho que ver en el sentir y actuar (Mercado-Doménech, 2009). De ahí que resulta necesario observar que muchas de las acciones individuales y colectivas están enmarcadas por lo circundante, y enraizadas en lo que se espera obtener de eso que rodea. Dicha conjetura fundamenta que la psicología ambiental, como fuente primaria del análisis comportamental en función del entorno sociofísico natural y construido (Gifford, 2014), sea el campo analítico que dote de sentido y estructura (conceptual, teórica, metodológica y de praxis), al porqué es necesario ver qué tanto beneficia o perjudica lo físico en lo psicosocial; considerando que dicho interés está íntimamente ligado con la tan popular búsqueda de lo sostenible en términos ambientales, sociales, y psicológicos (Villalpando-Flores, 2022a).

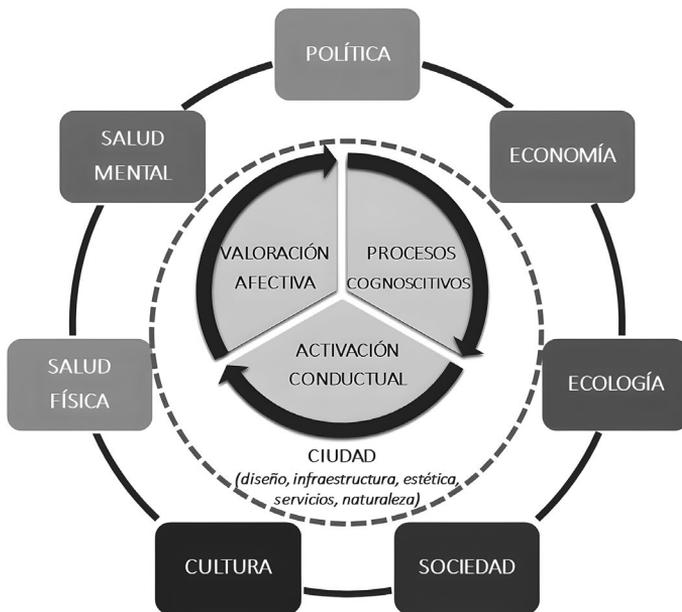
Pero el estudio del binomio medio ambiente-sociedad no está supeditado exclusivamente al binomio forma-fondo. Podríamos decir que es la base primigenia de donde nace este campo aplicado de la psicología (Proshansky *et al.*, 1983), pero al provenir de una cuna completamente transdisciplinaria (Pol, 1990), la psicología ambiental se compone de todo un abanico de posibilidades que van desde posturas estrictamente teóricas (estudios experimentales sobre percepción, cognición y emoción ambiental), métodos de medición y contraste (conductas ambientalmente responsables, patrones sociales identitarios), hasta propuestas de intervención y planeación urbano-territorial (diseño universal, evaluación posocupacional, diseño biofílico); caminos que parten de una misma premisa, pero con diferentes objetivos.

Esta diversificación académica y laboral hace posible, con el paso del tiempo y el fortalecimiento natural de este campo, que se generen líneas enfocadas a tópicos particulares: psicología ambiental experimental, psicología ecológica, educación ambiental, evaluación y gestión de riesgos ambientales, psicología de la conservación y psicología de la sostenibilidad, por mencionar unas cuantas. Dentro de este abanico de posibilidades, Villalpando-Flores (2023) localiza lo que en un principio se denominaba psicología arquitectónica (Canter, 1974) (categoría aún vigente en algunas zonas angloparlantes y francófonas), la cual dará paso a una psicología urbana (Nasar, 2011), y a la psicología del paisaje (Heft, 2010). La suma de estos intereses permite hablar de una psicología ambiental urbana, abocada al estudio y análisis de la interacción/transacción de mecanismos psicosociales y emocionales, con los procesos urbano-ambientales, territoriales y socioespaciales de las ciudades, teniendo como uno de los ejes principales su composición urbano-arquitectónica-paisajística.

ELEMENTOS PSICOLÓGICOS DEL FENÓMENO URBANO

Partiendo de una visión tradicional, el análisis de los sistemas urbanos descansa en posturas de índole económico, político, social y, en últimas décadas, tecnológico, gracias al interés en las emergencias climáticas globales, gestión de huellas de carbono y crecimiento exponencial de la mancha urbana. Y tiene todo el sentido, considerando que —al ser centros capitalistas, migratorios y de desarrollo multicultural— las ciudades son el cúmulo de eventos que apuntan a un crecimiento sobre aquello que implica mejores condiciones de vida y desarrollo socioeconómico (Moser, 2012). Sin embargo, para poder entrever las implicaciones de lo considerado como «condiciones de vida» y «desarrollo social», resulta conveniente ver qué sucede con los factores psicológicos en relación con los fenómenos urbanos. En la Figura 3 se muestra cómo los elementos de diseño, salud y conducta se interrelacionan de manera cíclica dentro de un escenario multifactorial.

Figura 3. Esquema multifactorial de elementos fenomenológicos en el entorno urbano



Fuente: Elaboración propia (2024).

En este sentido, y recordando que la ciudad es una estructura espacial delimitada por su configuración y planeación urbano-territorial, los entornos urbanos representan un orden moral y un cauce de integración de los individuos en las nuevas formas de vida social, dimensionándola como el ámbito primigenio de las interacciones socioambientales, donde se activan procesos urbano-ambientales básicos.

Esto permitirá que la ciudad sea el ámbito comunitario por excelencia y la fuente de patrones comportamentales dominantes (Corraliza, 2008).

Al incluir variables psicológicas en el panorama de lo urbano, no se demerita la importancia de las bases económicas y políticas, más bien se complejiza su permeabilidad, dimensionando entonces a la ciudad como el cúmulo de sistemas urbano-ambientales cuya funcionalidad está supeditada a variables psicológicas en términos cognitivos, conductuales y emocionales (Romice *et al.*, 2017), donde las variables socioeconómicas, políticas y tecnológicas juegan un papel latente y/o mediador. Por eso, el proceder de los urbanitas es el reflejo de los mecanismos del entorno urbano. Sin esta consideración, estaríamos hablando de espacios estériles sin propósito ni finalidad. Por ejemplo, cuestionar la funcionalidad y permeabilidad de los espacios públicos verdes no refiere exclusivamente a elementos como morfología, emplazamiento, zonificación, comercio, etc., es también hablar de percepción y cognición ambiental, sintaxis espacial, sentido de arraigo y pertenencia, deseabilidad socioambiental, estrés urbano-ambiental, restauración ambiental, conductas sostenibles y habitabilidad externa (Coreno-Rodríguez & Villalpando-Flores, 2013). Dimensionar holísticamente este panorama fenomenológico modifica de raíz la funcionalidad de los centros urbanos y la presencia de espacios verdes. En natural consecuencia, también se modifica el proceder de sus usuarios, dado que la naturaleza urbana entrelaza el ecosistema natural con el entorno diseñado.

Por ello, las propuestas de diseño urbano-arquitectónico-paisajístico son objeto de interés al momento de particularizar el estudio sobre cómo los urbanitas se relacionan con su espacio antropogénico. De acuerdo con Villalpando-Flores (2021), los elementos compositivos del diseño son estímulos específicos que activan mecanismos de acción determinados, lo que conlleva a respuestas direccionadas hacia demandas ambientales perceptibles. Esto permite asumir que la calidad y eficiencia del fenómeno de lo urbano presenta una relación directamente proporcional con la calidad y eficiencia de la actividad humana (Evans & Mitchell, 1998). Claro está que dicha relación no exime el impacto de otras variables; más bien las ubica en función de la estimulación ambiental-física y del aprovechamiento de lo que puede ofrecer el entorno inmediato.

El paisaje urbano es entendido como un producto evolutivo de la intervención humana con expresiones urbano-arquitectónicas-paisajísticas, donde coexisten fenómenos psicológicos, socioculturales y urbano-ambientales, resultado de su infraestructura, morfología y estética, viéndose modificados con el paso del tiempo, densidad poblacional y crecimiento económico. Por este motivo, lo anterior permite cuestionar el papel del paisaje urbano en la funcionalidad de las modernas composiciones del entramado urbano (Moya, 2011), así como su capacidad para sanar/enfermar y fortalecer/debilitar los múltiples procesos psicosociales, culturales

y ambientales que dan sentido y significado a los distintos emplazamientos urbanos (Coreno-Rodríguez *et al.*, 2010). Entonces, no importa si se habla de vivienda, comercios, servicios de salud, educativos, o de esparcimiento y recreación, porque cada uno de estos escenarios de conducta se incrustan en el inconsciente colectivo a partir de su conformación, estética, funcionalidad, viabilidad y habitabilidad percibida. Por tanto, y retomando lo expresado por Villalpando-Flores (2022b), el ejercicio de la arquitectura, urbanismo y paisajismo está íntimamente ligado con la prevalencia de patologías urbanas, psicológicas, biológicas y físicas.

BIOFILIA, HABITABILIDAD EXTERNA Y RESTAURACIÓN AMBIENTAL: URBANISMO RESTAURADOR

Partiendo del hecho sobre las implicaciones del diseño de los entornos urbanos en los procesos de salud, dinámicas sociales y percepción de bienestar (objetiva y subjetiva), existen tres supuestos teóricos básicos que permiten sustentar la concepción de una ciudad restauradora, y del urbanismo restaurador por extensión.

En primer lugar, se encuentra la hipótesis de la biofilia, descrita por Wilson (1984) como una relación heredada genéticamente de carácter emocional hacia otros organismos (flora y fauna), argumentando que es producto del proceso evolutivo y que puede considerarse como un fin en sí mismo, ya que estimula emociones y promueve conductas relacionadas con el placer. De acuerdo con Villalpando-Flores y Bustos-Aguayo (2023a), la biofilia en términos biosociológicos funciona como un conjunto de reglas de aprendizaje que guían la respuesta adaptativa a estímulos naturales, reforzando estos lineamientos a través de adaptaciones culturales como mitos e historias, respecto de lo que implica relacionarse con el mundo natural (ecológico).

La trascendencia de esta propuesta epistemológica radica en su conceptualización en el ejercicio del urbanismo, llegando así al concepto de «diseño biofílico», que se considera como el conjunto de estrategias basadas en la inclusión de la naturaleza, para hacer frente a las demandas espaciales, morfológicas y ambientales de las ciudades (Ryan *et al.*, 2014). Por tanto, la idea de una arquitectura y urbanismo enfocada en lo que pueden ofrecer las estructuras naturales implica la promoción del valor de lo ecológico en la formación y sustento de lo antropogénico, a partir de composiciones orgánicas-naturalistas que reformulen las dinámicas urbanas mediante estructuras ecológicas-sociales de mayor consciencia respecto de la importancia de la naturaleza urbana próxima; vocablo adscrito en la psicología ambiental para referirse a los espacios y áreas verdes urbanas. En la Tabla 1 se demuestran algunas razones del porqué la naturaleza urbana próxima debe de investigarse desde la transdisciplina. De acuerdo con Villalpando-Flores (2022c), se encuentran en consonancia con aspectos de índole político, económico y tecnológico gracias a una continua interacción entre lo psicosocial y sociofísico.

Tabla 1. *Elementos clave del porqué estudiar la naturaleza urbana próxima*

Aspectos psicosociales	Aspectos sociofísicos
Ausencia de conductas sostenibles	Mala imagen urbana Conductas antiecológicas Percepción de inseguridad
Detrimento de la calidad de vida	Ausencia de arraigo Falta de pertenencia Escasa identidad urbana Habitabilidad imperceptible
Percepción de riesgo ambiental	Hacinamiento Aglomeración Cambio climático Presencia de estrés urbano-ambiental Presencia de agentes contaminantes
Degradación urbano ambiental	Desvaloración estética Flora y fauna enferma Poca/nula funcionalidad Poca/nula infraestructura física Poco reconocimiento espacial
Afecciones socioambientales y de salud	Estrés Ansiedad Fatiga mental Problemas gastrointestinales Problemas cardiorrespiratorios

Fuente. Elaboración propia (2024).

En segundo lugar, los planteamientos de la habitabilidad externa (Villalpando-Flores, 2024) aluden a una relación sistémica del entorno urbano inmediato al espacio privado, apoyándose en interfaces físicas como fachadas, patios, banquetas, edificios y espacios públicos, y considerando aspectos como vitalidad, permeabilidad, robustez, variedad y legibilidad. Estas características permiten que al hablar de espacios urbanos habitables se haga referencia a las interacciones existentes entre el medio ambiente-sociedad, el establecimiento de patrones medibles de la calidad de vida urbana, y la percepción ambiental en términos de calidad, estética y riesgo.

Lo anterior significa que la valoración estética de los entornos urbanos y de sus áreas verdes debe estar sujeta a los niveles de habitabilidad percibidos; y no optar por caminos donde la ornamentación pueda dimensionarse como un lujo, o adscribirse a otras condiciones sociales. Al respecto, Ward (2010) comenta que los ambientes urbanos habitables deben promocionar elementos identitarios (arraigo, pertenencia, identidad y apropiación), facilitar el desarrollo de redes sociocomunitarias y fortalecer preferencias ambientales hacia espacios urbanos con calidad en

su diseño. Así, entender la necesidad de acceso y uso de espacios urbanos verdes habitables es reparar en la importancia de la satisfacción de necesidades básicas (psicológicas y físicas), integración social y anclajes emocionales, así como la generación de elementos connotativos y denotativos que apelen a relaciones iconográficas de mayor peso y profundidad.

Por último, los postulados de la restauración ambiental indican que la exposición a elementos naturales beneficia el estado de homeostasis, favoreciendo procesos como el de atención dirigida, modulación de la percepción de estrés, generación de ideas irracionales y disminución de fatiga mental, contrarrestando estados anímicos alterados a causa de la sobreestimulación urbano-ambiental como la contaminación, hacinamiento, aglomeración, estrés ambiental y cambios de temperatura atípicos, por mencionar algunos (Villalpando-Flores & Bustos-Aguayo, 2023b). En la Tabla 2 se presenta un comparativo de las dos teorías principales que marcan la pauta en la conceptualización de las interacciones que se construyen con el entorno próximo en base a dos circunstancias básicas: la fatiga mental o el estrés ambiental percibido.

Tabla 2. *Tabla comparativa de los postulados sobre la restauración ambiental*

Teoría	Reducción de estrés (TRE)	Restauración ambiental (TRA)
Autores	Ulrich, 1983	Kaplan & Kaplan, 1989
Perspectiva teórica	Evolutivo	Funcionalista
Concepto clave	Estrés ambiental percibido	Fatiga mental experimentada
Premisa en común	La estimulación exógena del entorno urbano genera agotamiento psicofisiológico afectando recursos cognitivos y respuestas conductuales. Este estado de debilidad conlleva deterioros cognitivos y emocionales.	
Solución en común	El contacto con elementos naturales ayuda a restaurar el organismo mediante el proceso de homeostasis	
Supuesto teórico	Optimización de las funciones mentales por la selección natural e interacción con entornos naturales.	La fatiga mental es resultado del esfuerzo atencional, superándose con la atención involuntaria a estímulos agradables.
Experiencia restauradora	Respuesta ante la demanda ambiental para la resolución de problemas.	Resultado de la interacción, experiencia y fascinación por ambientes naturales.
Tipo de respuesta	Afectiva-emocional	Cognitiva-conductual
Causas de agotamiento	Estrés ambiental percibido	Fatiga mental latente
Cualidades restauradoras	Apertura, seguridad, perspectiva y refugio	Extensión, fascinación, coherencia, alejamiento y compatibilidad
Tiempo requerido	Poco	Mucho

Fuente: Elaboración propia con base en Subiza *et al.* (2018).

Como lo hacen notar Villalpando-Flores y Bustos-Aguayo (2023b), la relevancia de este proceso orgánico y psicológico radica en la asociación entre fenómenos

subjetivos-latentes (conducta) con variables físico-espaciales (espacio sociofísico), permitiendo asumir que la calidad física del diseño y composición de espacios públicos verdes se correlaciona con aspectos de salud pública. Estos elementos son necesarios en los procesos de reordenamiento urbano y recuperación de espacios naturales por su permeabilidad en políticas públicas y de salud urbana.

Ahora bien, el establecimiento de las tres bases teóricas principales (biofilia+habitabilidad+restauración) permite dar paso a la propuesta de un modelo de urbanismo restaurador, que surge de Roe y McCay (2021), acerca de la importancia de vivir en una ciudad que esté fundamentada en sistemas urbanos interconectados que den prioridad a las relaciones con la naturaleza, así como a nuevos y mejores metabolismos sociales que se reflejen en la salud colectiva, aspiraciones a mejores espacios públicos y una percepción de calidad de vida favorable. Esta correlación entre las esferas públicas, privadas, psicológicas, sociales y ambientales (propias de todo plan social) sostiene que las intervenciones urbano-arquitectónico-paisajísticas basadas en la naturaleza pueden dar resolución a los conflictos urbano-ambientales y socioespaciales.

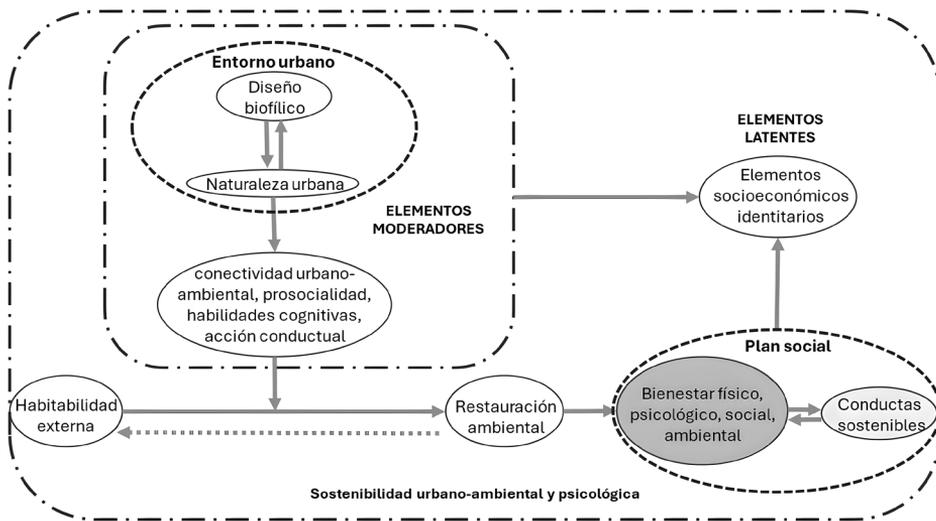
Lo anterior se justifica a partir de cuatro consideraciones: i) la conexión ambiental con lo natural influye positivamente en el cuidado del entorno, lo cual puede replicarse en el comportamiento de terceros, beneficiando la externalización de conductas prosociales y proambientales (Barrera *et al.*, 2020); ii) la calidad ambiental del emplazamiento, zonificación e infraestructura de los espacios urbanos estimula conductas de activación y exploración, dos antecedentes para una mejor valoración de la calidad ambiental a nivel micro y mezo (Carmona, 2019); iii) los beneficios psicofisiológicos a la salud pública y privada del contacto con la naturaleza urbana se reflejan en un tejido social capaz de afrontar anomias socioespaciales gracias al fortalecimiento comunitario, apego urbano e identidad ambiental (Menatti *et al.*, 2019); y iv) el metabolismo urbano requiere necesariamente de considerar aspectos de salud mental y elementos naturales identitarios, que auspicien la promoción de una sostenibilidad psicológica capaz de hacer frente a la crisis ambiental de las ciudades contemporáneas como el uso excesivo de recursos naturales, proliferación de islas de calor, extinción de fauna no nociva local y la presencia de conductas ambientalmente no responsables (Villalpando-Flores & Bustos-Aguayo, 2024).

Este último punto es el de mayor interés para la psicología ambiental moderna, dado que gestiona procesos de intervención e investigación-acción con la finalidad de reestructurar y resignificar tanto el concepto de medio ambiente como la importancia de las relaciones que se construyen con los espacios que habitamos. Además, recuerda que dicha relación de naturaleza bidireccional es fundamental para entender las implicaciones de una «calidad de vida urbana». Por ello, los elementos de la conducta sostenible (proecológico, frugal, altruista y equitativo)

son pieza clave para promocionar mejores pautas de conducta social que aboguen por planes sociales direccionados al cuidado, respeto y valoración de la naturaleza urbana próxima.

En la Figura 4 se presenta la propuesta de diseño restaurador, que plantea que el diseño basado en la naturaleza puede moderar la presencia de contingencias ambientales, situación que auxiliará en la promoción y establecimiento de elementos de salud pública, bienestar subjetivo y sostenibilidad psicológica.

Figura 4. *Modelo de urbanismo restaurador*



Fuente: Elaboración propia (2024).

Las relaciones propuestas en el modelo se enmarcan en la dimensión interaccionista y transaccional, en donde existen relaciones causales y elementos dependientes que permiten solidificar unidades de análisis. De esta forma, la relación primigenia entre la habitabilidad externa y la restauración ambiental se encuentra moderada por las consideraciones de diseño biofílico y la presencia de naturaleza urbana próxima, mismas que se interrelacionan para dar sentido y lógica interna. En ese mismo nivel se localizan aspectos psicosociales y sociofísicos que fortalecen aquello provisto por la composición urbana. Esto dará como resultado elementos positivos en el bienestar percibido a nivel psicológico, físico, social y ambiental, lo cual en su conjunto permitirá promover conductas sostenibles que serán la base de un plan social comunitario favorable. Este escenario multifactorial permitirá aspirar a una dimensión sostenible urbano-ambiental y psicológica.

CONCLUSIONES

Hablar de la ciudad restauradora es hacer consciencia sobre el bienestar percibido, la estimulación ambiental y todo aquello que ofrece la ciudad que genera estados de ánimo satisfactorios; con uno mismo, con terceros y con el entorno próximo. Sobre todo considerando el contexto actual de las urbes que están sujetas a diversas crisis ambientales, sobrepasando nuestra capacidad de afrontamiento y mitigación.

La relación medio ambiente-sociedad necesita de perspectivas psicólogos para entrever la funcionalidad y permeabilidad de los sistemas urbano-ambientales, que consideren que la composición, forma, estructura y servicios modelan significados, reestructuran anclajes emocionales y dotan de coherencia a lo que acontece en el ámbito de lo público. Con ello, el ejercicio de políticas públicas de corte ambiental se debe correlacionar con políticas de salud urbana interespecíficas que auspicien el acceso a entornos urbanos de calidad tanto en diseño como en servicios. Esto no solo impactará positivamente en aspectos como el uso, tiempo de estancia y cuidado físico del entorno, sino también incidirá en la visión que se tiene de otros escenarios con características similares, terminando finalmente con una modificación de la percepción global de la ciudad.

Hablar de la relación biofilia+habitabilidad+restauración presenta indicadores plausibles para un mejoramiento del entramado urbano y de la calidad ambiental; dos variables incrustadas en el metabolismo de las ciudades y en las estructuras psicológicas de los urbanitas. Por tanto, es posible vislumbrar que la visión transdisciplinaria de la psicología ambiental se acopla favorablemente con la exploración de mejores vías de desarrollo para atender situaciones emergentes como degradación ambiental, pérdida de biodiversidad, aumento de contaminantes y mitigación del cambio climático. De esta forma, el modelo presentado se acerca a las propuestas para la adaptación y mitigación climática en las ciudades de la División de Vivienda y Desarrollo Urbano del Banco Interamericano de Desarrollo (BID), y a los Objetivos de Desarrollo Sostenible establecidos en la Agenda 2030 (2018) por la Organización de las Naciones Unidas (ONU).

Por último, la investigación de la relación medio ambiente-sociedad es de carácter imperativo por la continua y cotidiana exposición a espacios hostiles, de movilidad deficiente y difíciles de habitar, usar y disfrutar. Estudiar la percepción del impacto de los ambientes antropogénicos importa entonces por las conexiones existentes entre la salud, participación social, política ambiental y gestión de los procesos de diseño urbano-arquitectónico-paisajístico. La correlación de estas variables espaciales, sociales, ambientales y psicológicas beneficia la optimización psicológica del entorno próximo, sus niveles de trascendencia socioespacial y las interacciones socioambientales y resignificaciones culturales. Esto se ve reflejado en

la cantidad y calidad de las interacciones y transacciones entre el medio ambiente y una sociedad contemporánea ávida de lugares amigables, seguros y propositivos.

REFERENCIAS

- Barrera, L., Sotelo-Castillo, M., Echeverría-Castro S., & Tapia-Fonllem, C. (2020). Connectedness to Nature: Its Impact on Sustainable Behaviors and Happiness in Children. *Frontiers in Psychology, 11*(1), 1-7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00276>
- Canter, D. (1974). *Psicología en el diseño ambiental*. Concepto.
- Carmona, M. (2019). Place Value: Place Quality and its Impact on Health, Social, Economic and Environmental Outcomes. *Journal of Urban Design, 24*(1), 1-48. <https://doi.org/10.1080/13574809.2018.1472523>
- Coreno-Rodríguez, V., Villalpando-Flores, A., & Mazón, J. (2010). Salud y calidad de vida en espacios públicos. Estudio longitudinal comunitario en el distrito federal. *Revista Latinoamericana de Medicina Conductual, 1*(1), 109-116. <https://journals.iztacala.unam.mx/index.php/RLMC/article/view/28/30>
- Coreno-Rodríguez, V., & Villalpando-Flores, A. (2013). Diseño participativo y factores socioambientales determinantes en la participación comunitaria. *MEC-EDUPAZ, 4*(2), 4-25. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/mecedupaz/article/view/41921>
- Corraliza, J. (2008). La ciudad, escenario vulnerable. En: B. Fernández-Ramírez & T. Vidal (Eds.), *Psicología de la ciudad. Debate sobre el espacio público* (pp. 173-178). UOC.
- Evans, G., & Mitchell, J. (1998). When Buildings Don't Work: The Role of Architecture in Human Health. *Journal of Environmental Psychology, 18*(1), 85-94. <https://doi.org/10.1006/jevp.1998.0089>
- Gibson, J. (1979). *The Ecological Approach to Visual Perception*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Gifford, R. (2014). Environmental Psychology Matters. *Annual Review of Psychology, 65*(17), 1-39. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115048>
- Günther, H. (2009). The Environmental Psychology of Research. *Journal of Environmental Psychology, 29*(3), 358-365. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2009.02.004>
- Hall, E. (1983). La antropología del espacio. Un modelo de organización. En H. Proshansky, W. Ittelson & L. Rivlin (Coords.), *Psicología ambiental. El hombre y su entorno físico* (pp. 39-53). Trillas.
- Heft, H. (2010). Affordances and the Perception of Landscape: An Inquiry into Environmental Perception and Aesthetics. En C. Ward, P. Aspinall & S. Bell (Eds.), *Innovative Approaches to Researching Landscape and Health. Open Space: People Space 2* (pp. 95-105). Routledge.
- Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *The experience of Nature. A Psychological Perspective*. Cambridge University Press.
- Menatti, L., Subiza-Pérez, M., Villalpando-Flores, A., Vozmediano, L., & San Juan, C. (2019). Place Attachment and Identification as Predictors of Expected Landscape

- Restorativeness. *Journal of Environmental Psychology*, 63(1), 36-43. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2019.03.005>
- Mercado-Doménech, S. (2004). Aspectos psicobiológicos de la psicología ambiental. En M. Corsi (Ed.), *Aproximaciones de las neurociencias a la conducta* (pp. 95-105). Facultad de Psicología UNAM / Manual Moderno.
- Mercado-Doménech, S. (2006). Aspectos evolutivos del cambio ambiental global: el papel de la población. En J. Urbina & J. Martínez (Comps.), *Más allá del cambio climático. Las dimensiones psicosociales del cambio ambiental global* (pp. 267-272). SEMARNAT / Facultad de Psicología UNAM.
- Mercado-Doménech, S. (2019). El hábitat humano: una visión evolutiva. En S. Mercado-Doménech, E. López & A. Velasco. (Comps.), *Habitabilidad interna y externa de la vivienda. Una antología* (pp. 23-33). Facultad de Psicología UNAM / Newton.
- Moser, G. (2009). Quality of Life and Sustainability: Towards Person-environment Congruity. *Journal of Environmental Psychology*, 29(3), 351-357. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2009.02.002>
- Moser, G. (2012). Cities. En S. Clayton (Ed.), *The Oxford Handbook of Environmental and Conservation Psychology* (pp. 1-21). Oxford University Press.
- Moya, A. (2011). *La percepción del paisaje urbano*. Biblioteca Nueva.
- Nasar, J. (2011). Environmental Psychology and Urban Design. En T. Banerjee & A. Loukaitou-Sideris (Eds.), *Companion to Urban Design* (pp. 162-174). Routledge.
- Organización de las Naciones Unidas. (2018). *La Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible: una oportunidad para América Latina y el Caribe*. <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/cb30a4de-7d87-4e79-8e7a-ad5279038718/content>
- Pol, E. (1990). *La psicología ambiental en Europa*. Anthropos.
- Proshansky, H., Ittelson, W., & Rivlin, L. (1983). La influencia del ambiente físico y la conducta: hipótesis básicas. En H. Proshansky, W. Ittelson & L. Rivlin (Coords.), *Psicología ambiental. El hombre y su entorno físico* (pp. 53-66). Trillas.
- Roe, J., & McCay, L. (2021). *Restorative Cities. Urban Design for Mental Health and Well-being*. Bloomsbury Visual Arts.
- Romice, O., Thwaites, K., Porta, S., Greaves, M., Barbour, G., & Pasino, P. (2017). Urban Design and Quality of Life. En G. Fleury-Bahi, E. Pol & O. Navarro (Eds.), *Handbook of Environmental Psychology and Quality of Life Research* (pp. 241-273). Springer.
- Ryan, C., Browning, W., Clancy, J., Andrews S., & Kallianpurkar, N. (2014). Biophilic design patterns: emerging nature-based parameters for health and well-being in the built environment. *International journal of architectural research*, 8(2), 62-76. <https://archnet.org/publications/9767>
- Subiza-Pérez, M., Vozmediano, L., & San Juan, C. (2018). Pretest-posttest Field Studies on Psychological Restoration: a Descriptive Review and Reflections for the Future. *Landscape Research*, 44(4), 493-505. <https://doi.org/10.1080/01426397.2018.1493443>
- Terán-Álvarez Del Rey, A., & Landázuri, A. (2002). El necesario cambio epistemológico y paradigmático en las disciplinas que estudian al ser humano: la psicología ambiental.

- En J. Guevara & S. Mercado-Doménech (Coords.), *Temas selectos de psicología ambiental* (pp. 31-50). FES-UNAM / GRECO / Fundación UNILIBRE.
- Ulrich, R. (1983). Aesthetic and Affective Response to Natural Environment. En I. Altman & J. Wohlwill (Eds.), *Human Behavior and Environment: Advances in Theory and Research. Vol. 6. Behavior and Natural Environment* (pp. 85-125). Plenum Press.
- Villalpando-Flores, A. (2021). Psicología ambiental y el diseño de entornos sociofísicos. Explorando la habitabilidad a través del comportamiento humano. *Un Año de Diseño*, 23(1), 24-35. <https://mm1.revista.azc.uam.mx/index.php/mm1/article/view/29>
- Villalpando-Flores, A. (2022a). Componentes psicológicos de la sustentabilidad de la naturaleza urbana próxima. Aproximaciones y propuestas desde la psicología ambiental. *Revista liminales. Escritos sobre psicología y sociedad*, 11(22), 11-36. <https://doi.org/10.54255/lim.vol11.num22.672>
- Villalpando-Flores, A. (2022b). Psicología ambiental urbana. Una mirada a la ciudad contemporánea. *Yeiyá*, 3(2), 261-272, <https://doi.org.10.33182/y.v3i2.2889>
- Villalpando-Flores, A. (2022c). Naturaleza urbana próxima y sostenibilidad psicológica. Impacto del diseño urbano-paisajístico de espacios públicos verdes en la restauración ambiental y conductas proecológicas. En J. Bautista & J. Delgado (Coords.), *Recuperar la ciudad hoy. Modelos urbanos: cuidados, salud, educación, bienestar y ocio* (pp. 143-164). UNAM / Coordinación de Humanidades / PUEC.
- Villalpando-Flores, A. (2023). La transdisciplina en la enseñanza del urbanismo. Aportaciones y retos de la psicología ambiental. *Bitácora urbano territorial*, 33(1), 211-224, <https://doi.org.10.15446/bitacora.v33n1.104382>
- Villalpando-Flores, A. (2024). *Diseño urbano-paisajístico, habitabilidad y restauración ambiental de la naturaleza urbana próxima*. Capítulo inédito de libro, en prensa.
- Villalpando-Flores, A., & Bustos-Aguayo, J. (2023a). La naturaleza urbana en las ciudades contemporáneas. La importancia del diseño biofílico en la salud pública. *Academia XXII*, 28(1), 8-29. <https://doi.org/10.22201/fa.2007252Xp.2023.14.28.87234>
- Villalpando-Flores, A., & Bustos-Aguayo, J. (2023b). Conducta proambiental urbana y espacio público verde. Diálogos transdisciplinarios sobre la sostenibilidad y el bienestar biopsicosocial. En C. Mirón, R. García, C. Acosta & G. Díaz (Coords.), *Salud y bienestar: Abordajes teóricos y empíricos desde un enfoque psicológico* (pp. 205-215). Fontamara.
- Villalpando-Flores, A., & Bustos-Aguayo, J. (2024). Percepciones ambientales de la emergencia climática urbana. Del punto ciego al comportamiento sostenible. *Bitácora Urbano Territorial*, 34(2). <https://revistas.unal.edu.co/index.php/bitacora/article/view/113171>
- Ward, C. (2010). Landscape Quality and Quality of Life. En C. Ward, P. Aspinall & S. Bell (Eds.), *Innovative Approaches to Researching Landscape and Health. Open Space: People Space 2* (pp. 230-250). Routledge.
- Wilson, E. (1984). *Biophilia: The Human Bond with other Species*. Harvard University.