



Ciencia y Tecnología
Secretaría de Ciencia, Humanidades, Tecnología e Innovación

Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo
Facultad de Arquitectura
Maestría en Diseño Avanzado

“Diseño de parques vecinales empáticos con las personas”

Tesis que para obtener el grado de
Maestra en Diseño Avanzado

Presenta
Arq. Ana Fernanda Coria López

Director de tesis
Dr. Salvador García Espinosa
Co-asesora
Dra. Fabiola González Betanzos

Morelia, Michoacán
Octubre 2025

Diseño de
parques
vecinales
empáticos
con las
personas



Agradecimientos

Quiero agradecer a la [Secretaría de Ciencia, Humanidades, Tecnología e Innovación](#), por el apoyo brindado durante mis estudios de maestría mediante la beca otorgada. Su respaldo hizo posible dedicarme plenamente al desarrollo de esta investigación, fortaleciendo mi formación académica y profesional. Agradezco profundamente la oportunidad de haber formado parte de un programa que impulsa la generación de conocimiento y la consolidación de investigadores comprometidos con el desarrollo científico y humanístico del país.

A la [Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo](#), máxima casa de estudios de nuestro estado, por ser un pilar fundamental en la formación de generaciones de jóvenes comprometidos con el conocimiento, la ciencia y la cultura. Agradezco profundamente la oportunidad de haber formado parte de esta institución, cuyo legado histórico y compromiso social la convierten en un referente de educación pública de calidad, no solo en Michoacán, sino en todo el país.

A la [Facultad de Arquitectura](#) de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, por haber sido una pieza fundamental en mi formación profesional desde la licenciatura. En sus aulas encontré la guía y la inspiración que despertaron en mí el interés por continuar mi desarrollo académico en el ámbito del posgrado. Agradezco a esta institución por fomentar el pensamiento crítico, la sensibilidad social y la pasión por el diseño como herramientas para transformar nuestro entorno.

A la [Maestría en Diseño Avanzado](#), por representar una etapa de enorme crecimiento en mi vida, no solo en el ámbito profesional, sino también en el personal. Este posgrado me permitió encontrar el sentido más profundo de mi labor como arquitecta, aquel que en un inicio sentía que me faltaba. Agradezco a sus docentes y a la comunidad académica por haber creado un espacio de aprendizaje, diálogo y reflexión que transformó mi manera de entender el diseño y su papel en la vida de las personas.

Al [Dr. Salvador García](#), por su inmensurable calidad humana, su acompañamiento constante y su papel como facilitador durante mi tránsito por este posgrado. Su guía fue clave no solo para concluir esta investigación, sino para alcanzar cada pequeño logro que fortaleció mi formación y mi confianza. Gracias por creer en mí y por alentarme a reconocer el valor que mis inquietudes e intereses académicos pueden aportar a la sociedad.

A la [Dra. Fabiola González](#), por confiar y creer en mi proyecto, así como aceptar integrarse como coasesora. Su disposición y apertura hicieron posible construir un puente interdisciplinario que en un inicio parecía retador, pero que hoy se ha consolidado como una valiosa realidad.

A los integrantes de mi mesa sinodal, [Mtra. Claudia Bustamante](#), [Dr. José Alfredo Palomares](#) y [Dr. Habid Becerra](#), por su generoso acompañamiento durante el desarrollo de esta investigación. Sus observaciones y aportaciones enriquecieron

sustancialmente este trabajo, ayudándome a clarificar ideas y fortalecer los cimientos de mi propuesta.

A la [Mtra. Mariela Pedraza](#), por sus valiosas aportaciones a lo largo de este proceso. Su apoyo fue fundamental para reconocer las fortalezas de esta investigación, y su enseñanza, dentro y fuera del aula, representó una guía importante para mi crecimiento académico.

Resumen

Las áreas verdes urbanas suelen diseñarse bajo lógicas predominantemente funcionales que desatienden la diversidad de vivencias y necesidades de las personas, lo que limita su potencial para favorecer el bienestar para contrarrestar los efectos del estilo de vida urbano. Ante esta brecha, la investigación propone enriquecer el proceso tradicional de diseño de parques vecinales con una perspectiva fundamentada en la empatía, capaz de traducir las narrativas y vivencias subjetivas de las personas en criterios de diseño.

El objetivo general fue desarrollar una metodología de diseño basada en la empatía que acoja las diversas formas de recreación y potencie el bienestar autopercebido. La investigación adoptó un enfoque mixto, no experimental y transversal, articulado en una estrategia de teorización desde la práctica mediante un caso piloto (Parque Cosmos, Morelia). El primer acercamiento al caso requirió una revisión teórico-conceptual, que consistió en una consulta a las disciplinas que ya han trabajado la “empatía” hacia las personas, a fin de delimitar sus fundamentos y alcances como principio de diseño. Con este marco se ejecutó el diagnóstico mediante observación, encuestas y entrevistas, y su análisis por categorías permitió concretar seis dimensiones del diseño empático (estimulación sensorial y cognitiva; apego al lugar; cohesión social; funcionalidad; seguridad y permanencia digna; adaptación para la diversidad) y ordenar el paso a paso de la Metodología de Diseño Empático para Parques (MEDEP).

Los hallazgos muestran que el diseño del Parque Cosmos

responde a una lógica funcionalista que prioriza la infraestructura sobre la experiencia, evidenciando una débil articulación entre el diseño y las necesidades de los habitantes; asimismo, muestran que la empatía es un criterio metodológico efectivo para articular datos subjetivos y decisiones proyectuales.

La MEDEP fue concebida como una estructura transferible, integrando fases que van desde el diagnóstico, diseño y retroalimentación comunitaria, y se operativiza mediante el Manual de Diseño Empático para Parques, instrumento que, además, incorpora fases de gestión inicial y final para profesionalizar la ruta de implementación. De esta forma, la investigación aporta un método replicable para el diseño de parques vecinales que eleva la calidad de las decisiones al situarlas en las personas, fortaleciendo la incidencia urbana orientada al bienestar.

Abstract

Urban green areas are often designed under predominantly functional logics that overlook the diversity of people's experiences and needs, limiting their potential to promote well-being and counteract the effects of urban lifestyles. In response to this gap, this research proposes to enrich the traditional process of neighborhood park design through a perspective grounded in empathy, capable of translating people's subjective narratives and lived experiences into design criteria.

The general objective was to develop a design methodology based on empathy that embraces diverse forms of recreation and enhances perceived well-being.

The study adopted a mixed, non-experimental, and cross-sectional approach, articulated through a strategy of theorizing from practice using a pilot case (Cosmos Park, Morelia). The first approach to the case involved a theoretical-conceptual review of disciplines that have already explored “empathy” toward people, in order to define its foundations and scope as a design principle. Based on this framework, a diagnosis was carried out through observation, surveys, and interviews; its categorical analysis led to the identification of six dimensions of empathetic design (sensory and cognitive stimulation; place attachment; social cohesion; functionality; safety and dignified permanence; and adaptation for diversity), as well as to the definition of the step-by-step process of the Empathetic Design Methodology for Parks (MEDEP).

Findings reveal that the design of Cosmos Park follows a functionalist logic that prioritizes infrastructure over experience, evidencing a weak articulation between spatial configuration and the inhabitants’ real needs. They also demonstrate that empathy functions as an effective methodological criterion to bridge subjective data and design decisions.

The MEDEP was conceived as a transferable structure that integrates phases ranging from diagnosis and design to community feedback, and is operationalized through the Empathetic Design Manual for Parks—an instrument that also incorporates initial and final management phases to professionalize the implementation process. In this way, the research contributes a replicable method for the design of neighborhood parks that elevates the quality of design

decisions by placing people at the center, thereby strengthening urban transformation processes oriented toward collective well-being.

Palabras clave

Parques vecinales, bienestar, diseño, empatía, distrés urbano crónico.

Introducción	1
Capítulo 1. Brecha entre el diseño y la necesidad: diagnóstico del Parque Cosmos	3 2
1.1 Selección del caso piloto	3 4
1.2 Desarrollo de instrumentos para el diagnóstico	4 0
1.3 Aplicación de los instrumentos para el diagnóstico	4 3
Capítulo 2. Diseño empático, una nueva relación de personas con el espacio	6 0
2.1 Dimensión de diseño para la estimulación sensorial y cognitiva	6 5
2.2 Dimensión de diseño para el apego al lugar	6 6
2.3 Dimensión de diseño para la cohesión social	6 7
2.4 Dimensión de diseño para la funcionalidad	6 9
2.5 Dimensión de diseño para la seguridad y permanencia digna	7 0
2.6 Dimensión de diseño para la adaptación para la diversidad	7 1
Capítulo 3. Metodología del Diseño Empático para Parques	7 4
3.1 MEDEP aplicado al Parque Cosmos	7 6
Capítulo 4. MEDEP como instrumento práctico. Manual de diseño Empático para Parques	9 1
4.1 Gestión Inicial	9 4
4.2 Gestión nuclear	9 5
4.3 Gestión final	10 2
Reflexiones finales	10 4
Referencias bibliográficas	10 9
Anexos	11 7
Anexo 1: Formato de encuesta aplicado	11 9

Anexo 2. Manual de Diseño Empático para Parques	122
---	-----

Índice de figuras

Figura 1. Población urbana a nivel mundial a lo largo de la historia. Fuente: Elaboración propia.	3
Figura 2. Población urbana a nivel nacional a lo largo de la historia. Fuente: Elaboración propia.	3
Figura 3. Beneficios de las áreas verdes en una ciudad para la salud del ser humano. Fuente: Elaboración propia.	11
Figura 4. Proceso de respuesta de los estímulos urbanos en el organismo. Fuente: Elaboración propia.	14
Figura 5. Proceso del estrés en el cuerpo. Fuente: Elaboración propia.	14
Figura 6. Estadísticas sobre salud en México. Fuente: Elaboración propia con información de plataformas INEGI.	16
Figura 7. Las personas, se vuelven un usuario hipotético para el diseñador. Fuente: Elaboración propia.	17
Figura 8. Collage de fotografías de parques vecinales en Morelia. Fuente: Elaboración propia con fotografías obtenidas de diversas páginas de internet con fines académicos y sin propósitos comerciales.	18
Figura 9. Jan Gehl. Fuente: https://www.gehlpeople.com/people/jan-gehl/ .	20
Figura 10. Logo de Project for Urban Spaces. Fuente: https://www.pps.org/ .	21
Figura 11. Manual de consulta por la OMS y ONU-Habitat. Fuente: https://onu-habitat.org/index.php/salud-y-planificacion-urbana .	23
Figura 12. Metodología de la investigación. Fuente: Elaboración propia.	30
Figura 13. Estructura general de la tesis. Fuente: Elaboración propia.	31
Figura 14. Características de la población. Fuente: Elaboración propia con información obtenida del Inventario Nacional de Vivienda.	34
Figura 15. Plano de localización del Parque Cosmos. Fuente: Elaboración propia.	35
Figura 16. Plano de localización del caso piloto en el AGEB al que pertenece. Fuente: Elaboración propia.	36
Figura 17. Plano de densidad de población de la zona del caso piloto. Fuente: Elaboración propia.	38
Figura 18. Torres de departamentos en el contexto del Parque Cosmos. Fuente: https://propiedades.com/cosmos-morelia/departamentos .	37
Figura 19. Vivienda tipo en el contexto del Parque Cosmos. Fuente: https://www.lamudi.com.mx/michoacan-de-ocampo/morelia/cosmos-3/foreclosures/for-sale/ .	37
Figura 20. Fotografía de acceso al Parque Cosmos. Fuente: Google Earth Pro.	39
Figura 21. Cálculo de la muestra para el Parque Cosmos. Fuente: Elaboración propia.	43
Figura 22. Mapa de calor: Correlación entre el bienestar y las dimensiones de análisis. Fuente: Cortesía Dra. Fabiola González Betanzos.	46
Figura 23. Gráfico tipo nube con lluvia: Visita al parque - Restauración psicoemocional. Fuente: Elaboración propia.	47

Índice de figuras

Figura 24. Gráfico tipo nube con lluvia: Visita al parque - Conexión con la naturaleza. Fuente: Elaboración propia.....	47
Figura 25. Gráfico tipo nube con lluvia: Visita al parque - Diseño y usabilidad. Fuente: Elaboración propia.	48
Figura 26. Gráfico tipo nube con lluvia: Visita al parque - Interacción social y comunidad. Fuente: Elaboración propia.	49
Figura 27. Gráfico tipo nube con lluvia: Visita al parque - Estimulación sensorial y cognitiva. Fuente: Elaboración propia.....	49
Figura 28. Gráfico tipo nube con lluvia: Visita al parque - Identidad y apego. Fuente: Elaboración propia.....	50
Figura 29. Gráfico tipo nube con lluvia: Visita al parque - Dimensión cultural y simbólica. Fuente: Elaboración propia.....	51
Figura 30. Gráfico tipo nube con lluvia: Visita al parque - Inclusión y accesibilidad. Fuente: Elaboración propia.....	51
Figura 31. Mapa de calor. Tamaño del efecto n^2 por dimensión. Fuente: Elaboración propia.	52
Figura 32. Significado que tiene el parque en la vida cotidiana de cada entrevistada. Fuente: Elaboración propia.....	53
Figura 33. Registro planimétrico. Fuente: Elaboración propia.	57
Figura 34. Registro fotográfico del parque. Fuente: Elaboración propia.....	58
Figura 35. Plano de referencias del registro fotográfico del parque. Fuente: Elaboración propia.....	59
Figura 36. Proceso de transformación de las dimensiones. Fuente: Elaboración propia.....	64
Figura 37. Ejes para el diseño empático. Fuente: Elaboración propia.	65
Figura 38. Lámina de evidencias, significados y necesidades. Fuente: Elaboración propia.....	79
Figura 39. Conexión de los núcleos experienciales. Fuente: Elaboración propia.	80
Figura 40. Definición de tensiones diseñables a partir de los núcleos experienciales. Fuente: Elaboración propia.....	81
Figura 41. Lámina de exploración propositiva. Fuente: Elaboración propia.	83
Figura 42. Fotografías en el momento de validación con las personas. Fuente: Elaboración propia.....	85
Figura 43. Plano de ubicación de perspectiva que representa cada ilustración. Fuente: Elaboración propia.....	86
Figura 44. Ilustración de propuesta de diseño para el Parque Cosmos, "Zona de meditación". Fuente: Elaboración propia.	87
Figura 45. Ilustración de propuesta de diseño para el Parque Cosmos, "Zona de mural". Fuente: Elaboración propia.....	88
Figura 46. Ilustración de propuesta de diseño para el Parque Cosmos, "Zona de tanque elevado". Fuente: Elaboración propia.	89
Figura 47. Ilustración de propuesta de diseño para el Parque Cosmos, "Zona de cubierta". Fuente: Elaboración propia.	90
Figura 48. Metodología de Diseño Empático para Parques. Fuente: Elaboración propia.....	93

Índice de tablas

Tabla 1. Síntesis comparativa de aportes y limitaciones de las metodologías tomadas como referentes de estudio. Fuente: Elaboración propia	24
Tabla 2. Definición de dimensiones e ítems para el diseño de la encuesta de diagnóstico. Fuente: Elaboración propia.....	41
Tabla 3. Explicación del guion de entrevista por pregunta. Fuente: Elaboración propia.....	43
Tabla 4. Caracterización general de la población. Fuente: Elaboración propia.....	44
Tabla 5. Distribución de edad en cuanto a su visita al parque. Fuente: Elaboración propia.....	44
Tabla 6. Distribución de sexo en cuanto a su visita al parque. Fuente: Elaboración propia.....	47
Tabla 7. Correlación de Pearson entre el bienestar y las dimensiones de análisis. Fuente: Elaboración propia.....	47
Tabla 8. Análisis de varianza entre las visitas al parque y la restauración psicoemocional. Fuente: Elaboración propia.....	46
Tabla 9. Análisis de varianza entre las visitas al parque y la conexión con la naturaleza. Fuente: Elaboración propia.....	47
Tabla 10. Análisis de varianza entre las visitas al parque y el diseño y usabilidad. Fuente: Elaboración propia.....	48
Tabla 11. Análisis de varianza entre las visitas al parque y la interacción social y comunidad. Fuente: Elaboración propia ...	48
Tabla 12. Análisis de varianza entre las visitas al parque y la estimulación sensorial y cognitiva. Fuente: Elaboración propia.....	49
Tabla 13. Análisis de varianza entre las visitas al parque e identidad y apego. Fuente: Elaboración propia.....	50
Tabla 14. Análisis de varianza entre las visitas al parque y la dimensión cultural y simbólica. Fuente: Elaboración propia....	50
Tabla 15. Análisis de varianza entre las visitas al parque y la inclusión y accesibilidad. Fuente: Elaboración propia.....	51
Tabla 16. Perfil de las personas entrevistadas. Fuente: Elaboración propia.....	53
Tabla 17. Emociones de las entrevistadas con relación al parque. Fuente: Elaboración propia.....	53
Tabla 18. Problemas que las entrevistadas detectan. Fuente: Elaboración propia.....	53
Tabla 19. Necesidades detectadas por las entrevistadas. Fuente: Elaboración propia.....	54
Tabla 20. Actividades actuales y posibles en el parque. Fuente: Elaboración propia.....	54
Tabla 21. Coincidencias y patrones compartidos. Fuente: Elaboración propia	55
Tabla 22. Estrategias sugeridas por las entrevistadas. Fuente: Elaboración propia.....	55
Tabla 23. Síntesis de dimensión " Estimulación sensorial y cognitiva" y traducción a estrategias de diseño. Fuente: Elaboración propia	66
Tabla 24. Síntesis de dimensión " Apego al lugar" y traducción a estrategias de diseño. Fuente: Elaboración propia.....	67
Tabla 25. Síntesis de dimensión " Cohesión social" y traducción a estrategias de diseño. Fuente: Elaboración propia	68
Tabla 26. Síntesis de dimensión " Funcionalidad" y traducción a estrategias de diseño. Fuente: Elaboración propia	70

Índice de tablas

Tabla 27. Síntesis de dimensión "Seguridad y permanencia digna" y traducción a estrategias de diseño. Fuente: Elaboración propia.....	71
Tabla 28. Síntesis de dimensión "Adaptación para la diversidad" y traducción a estrategias de diseño. Fuente: Elaboración propia.....	73

Introducción



Introducción

Las proyecciones demográficas (Figura 1) muestran una clara tendencia hacia la urbanización a nivel mundial. En la década de los 70, la población urbana representaba únicamente alrededor del 37% del total, mientras que la rural alcanzaba el 63%. Para el año 2000 la proporción urbana ascendió al 47%, superando el 55% en 2018, y se proyecta que para el 2050 cerca del 68% de la población a nivel mundial vivirá en una ciudad (United Nations, 2019). Este cambio es evidencia de cómo las ciudades se han consolidado como espacios de asentamiento humano relevantes, desplazando progresivamente el ámbito rural.

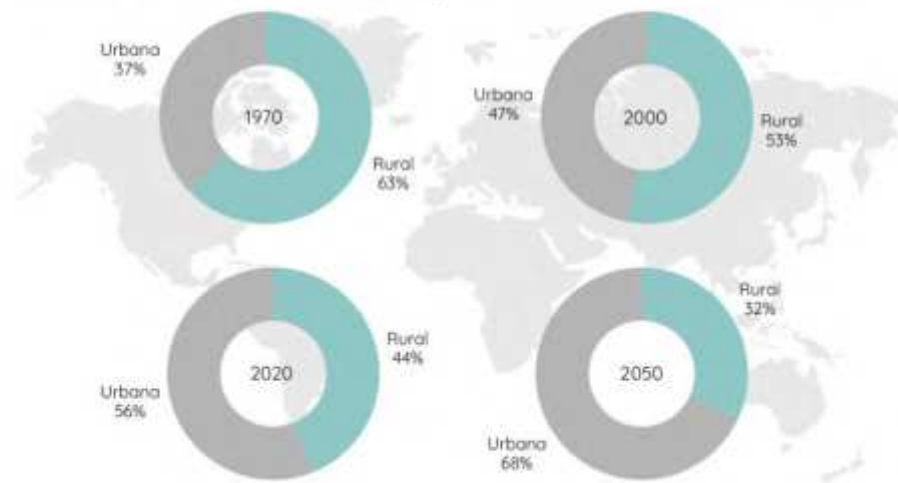


Figura 1. Población urbana a nivel mundial a lo largo de la historia. Fuente: Elaboración propia.

En México, la tendencia es aún más evidente (Figura 2). En 1970 aproximadamente el 58% de la población vivía en localidades urbanas, mientras que en 1990 la cifra alcanzaba el 71.5%, y en el 2000 ascendió a un 74.7% (INEGI, 2020; World Bank, 2024). Para el 2020, el porcentaje de población urbana se estimó en alrededor de 80.7%, y se

proyecta que para finales del 2025 llegue a casi el 88% (World Bank, 2024; Worldometers, 2024).

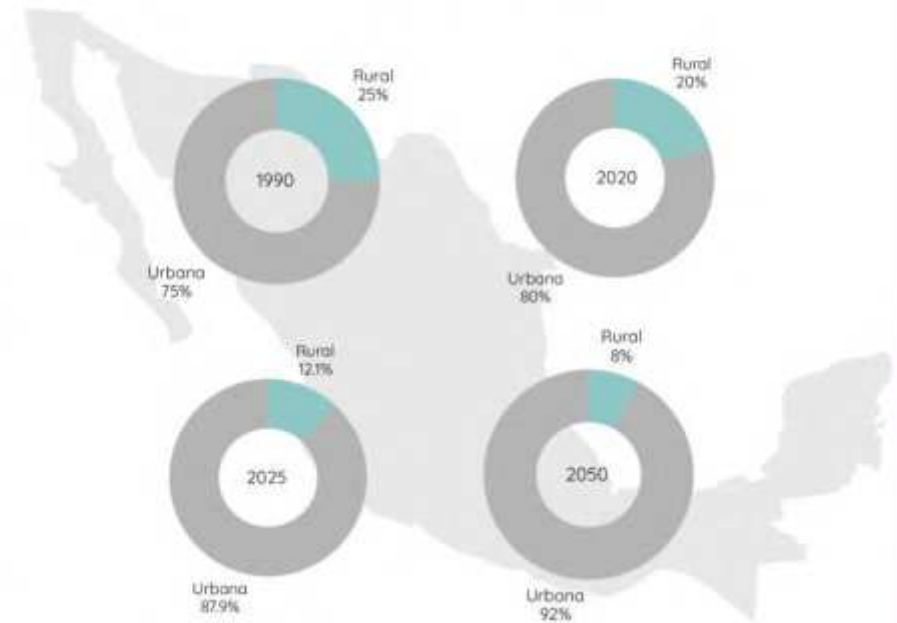


Figura 2. Población urbana a nivel nacional a lo largo de la historia. Fuente: Elaboración propia.

En la medida en que este proceso de urbanización evoluciona, se acumulan evidencias de que el paradigma de la modernidad, como sustenta basado en la idea de progreso y bienestar, resulta altamente cuestionable; lo que explicaría las tendencias por modificarlo a pesar de ser un proceso histórico aparentemente inevitable.

Por ello, asumir una postura neutral ante esta realidad es inaceptable. Es ahí donde se encuentra el origen que tiene esta investigación, surge la inquietud de incorporar un pensamiento más complejo hacia el entorno y su influencia en el ser humano, es por ello por lo que la investigación toma un camino que se aproxima a la fenomenología como inspiración para proponer nuevas formas de conce-

bir el diseño de una ciudad.

Es de gran relevancia reconocer que la idea del bienestar no puede reducirse únicamente a variables objetivos o a una relación simple de causa y efecto. Por el contrario, se asume que este fenómeno surge a partir de la experiencia vivida, respondiendo a un contexto específico y cuya medición estará en función de la percepción subjetiva de cada persona.

Se recurre a la fenomenología, como herramienta filosófica, que explica que la realidad no se presenta como una serie de fenómenos aislados, sino como un conjunto que conforma un ambiente cargado de sentido, el cual se experimenta a través de la mente y el cuerpo, además que involucran una serie de factores interconectados que van de lo biológico, social, cultural, histórico, emocional, perceptual, entre otros y que determinan la relación entre el individuo y su entorno.

Merleau-Ponty (2012) resalta que el cuerpo es el medio de acceso al mundo, y que toda experiencia se da en una relación encarnada con el entorno. De esta forma puede destacarse que la experiencia en el espacio, o lo que percibimos como espacio, va más allá de sus dimensiones físicas, y es influido por cómo se percibe desde la corporalidad de cada individuo.

Así mismo, Cristian Norberg-Schulz (1979) explica que la arquitectura, debe aspirar a crear lugares significativos, en los cuales el ser humano logre sentir arraigo y sentido. Este autor, aporta el término de "lugares existenciales", donde plantea que el diseño de los espacios debe considerar aspectos más allá de la forma, como la atmósfera y el ca-

carácter de existencial, y son estos los elementos que van a influir directamente en la vivencia personal.

También resulta relevante rescatar el concepto que introduce Grenot Böhme (1993) de "atmósferas", como una cualidad espacial, que afecta emocionalmente al individuo. Explica que las atmósferas no sólo son el espacio o el individuo, si no es la relación misma entre ambos. Este enfoque otorga la posibilidad de ampliar la comprensión del bienestar, más allá de los indicadores cuantificables, atendiendo también, cómo se siente el espacio, cómo resuena con la parte subjetiva de cada persona, y cómo puede llegar a ser restaurador, o por el contrario alienante, dependiendo de múltiples condiciones.

El enfoque fenomenológico se adopta, como una herramienta complementaria para enriquecer la visión urbana de esta investigación, permitiendo construir puentes entre las características físicas "diseñables" del entorno y el uso significativo que este puede facilitar o limitar. Lo cual permite una comprensión más empática del espacio urbano, como un escenario que influye, aunque no determina, el bienestar de quienes lo utilizan.

De esta forma, la investigación, busca distanciarse de enfoques reduccionistas, estableciendo fórmulas fijas y generales, proponiendo una perspectiva de diseño de parques vecinales, que permita dar lugar a la diversidad de experiencias en pro del bienestar de quienes habitan una ciudad.

Este enfoque fenomenológico no reemplaza otros métodos de análisis propios de la arquitectura y el urbanismo, sino que los complementa, lo cual permite construir una base

de tecnológica, sensible a la dimensión emocional de las personas. Lo cual sustenta la necesidad de diseñar espacios públicos que más allá de su funcionalidad, que innegablemente es necesaria, deben ser emocionalmente empáticos con quienes acuden a él.

Una vez planteada la postura que origina la inquietud de esta investigación, es pertinente indagar sobre el significado que se le ha asignado a la palabra ciudad, por ser un concepto sobre el que ronda el tema en cuestión.

Dicha tarea resulta compleja debido a la gran cantidad de referentes teóricos que han expresado sus propias definiciones a lo largo de su obra y práctica; sin embargo, es posible agrupar las diferentes perspectivas, en corrientes que definen diferentes aspectos de la ciudad, como lo social, lo simbólico, lo económico y lo espacial.

Desde una perspectiva social, Louis Wirth (1938) describe que las ciudades son asentamientos urbanos permanentes que se caracterizan por una alta densidad poblacional y una gran diversidad social, por consecuencia, genera interdependencia entre los habitantes. De este referente puede rescatarse la consideración de la ciudad como un estilo de vida, lo cual resalta como las condiciones urbanas moldean los comportamientos y dinámicas sociales, los ritmos de la vida cotidiana y las relaciones impersonales propias de la vida urbana contemporánea.

Desde un enfoque económico, Glaeser (2011) expresa que las ciudades son "la ausencia de espacio físico entre personas y empresas", lo cual resalta su función como centros que facilitan la interacción humana, donde hay un constante flujo de ideas, bienes y servicios. David Harvey

(2019), complementa esta visión al argumentar que las ciudades generan valor y empleo mediante actividades productivas, comerciales y de servicios, convirtiéndose en nodos de desarrollo económico.

Por otro lado, en cuanto a las perspectivas simbólicas y culturales, Mumford (1961), la explica como "un plexo geográfico, una organización económica, un proceso institucional, un teatro de acción social y un símbolo estético de unidad colectiva". Puede destacarse que para el autor, el concepto de ciudad, está cargado de complejidad y simbolismo, siendo el resultado de la intersección entre diferentes aspectos de la vida humana. En esta corriente, también se encuentra Spiro Kostof (1991), quien la describe como lugares donde se produce una "concentración energizada de personas", lo cual subraya la importancia del dinamismo y la actividad colectiva que implica la vida urbana. Una definición que igualmente resulta valiosa es la de Sennett (1994), quien argumenta que la esencia de una ciudad, tiene su origen, en su capacidad para conectar a los extraños, fomentando encuentros e intercambios que enriquecen la experiencia humana.

Desde una perspectiva crítica y espacial se encuentra Lefebvre (1968), filósofo y sociólogo, quien afirma que las ciudades son producciones sociales, donde el espacio físico, refleja las relaciones de poder y la lucha por el derecho a la ciudad, lo cual expresa la posibilidad de los ciudadanos de participar en la configuración de su entorno urbano. Por su parte Castells (1989), expresa que una ciudad representa nodos centrales de actividades humanas que interrelacionan diversas variables que van

desde las económicas, hasta las sociales y culturales.

Como resultado del análisis de estas distintas perspectivas, puede establecerse para la presente investigación que, las ciudades más que solo el espacio físico y tangible, son más una expresión dinámica de las relaciones humanas, la cual se moldea por sus habitantes y sus contextos históricos y culturales, y de manera inversa, son las ciudades las que moldean el estilo de vida de sus habitantes.

Bajo la línea anterior, surge la necesidad de abordar una de las características que, para esta investigación, resulta especialmente interesante: la heterogeneidad. Jacobs (1961), explica cómo a medida que una ciudad "crece" y se "desarrolla", se genera una mayor heterogeneidad poblacional, lo cual implica, retomando la afirmación de Castells, una mayor interrelación de variables que, de forma natural dan lugar a un estilo de vida urbano que se caracteriza por tener un ritmo acelerado.

Este estilo de vida urbano implica dinámicas sociales estructuradas por una serie de acuerdos y convenciones sociales como es el uso del reloj, para establecer horarios que resultan estrictos, obligaciones laborales y sociales, además de una interacción con un entorno económico en constante competencia, privilegiando la prisa y eficiencia, como factores característicos de la vida dentro de una ciudad.

Es común que, en entornos urbanos, las actividades se desarrollan de forma independiente a los ciclos del día, por la posibilidad que otorga la energía eléctrica, se comienza desde temprano y se organiza en función total a los horarios laborales y escolares; todo mediado por frecuen-

tes desplazamientos en transporte público que, al menos el en el contexto mexicano, es siempre saturado y demanda cada vez más una parte significativa del día a día.

El estado de alerta y tensión de quienes habitan una ciudad se ven fuertemente alimentados por las largas esperas, retrasos y la necesidad de trasladarse rápidamente (El País, 2024). IMCO (2019), describe que en promedio cada persona pierde al menos 100 horas al año a causa del tráfico vehicular, donde la mayor afectación es para los usuarios de transporte público, con 118 horas al año, a comparación de las 71 horas de las personas que cuentan con automóvil propio, de esta forma, el tiempo resulta el recurso máspreciado para quienes viven en una ciudad ante la necesidad de cumplir con múltiples obligaciones en el día (El País, 2024).

En el ámbito laboral, la productividad siempre es evaluada estrictamente, lo que implica pausas cortas que apenas permiten el descanso de los trabajadores. Y aun así, las actividades cotidianas no terminan al finalizar el horario laboral, las tardes se saturan de compromisos familiares, trámites pendientes y tareas propias del hogar. De esta forma, es frecuente que el tiempo dedicado al ocio, cada vez es menor, por estar condicionado por la optimización del tiempo libre, convirtiendo incluso los pasatiempos en actividades con objetivos claros y plazos bien definidos (Miralles i Guasch & Delclós Alió, 2021).

Por otro lado, el entorno económico de las ciudades se caracteriza por su competitividad. Existe una enorme necesidad de adaptarse a un mercado laboral altamente demandante que exige a los ciudadanos a mantenerse ac-

tualizados, capacitados y siempre disponibles, y claramente, generando una presión constante por cumplir expectativas (Miralles i Guasch & Delclós Alió, 2021). Esta constante demanda de productividad y eficiencia obliga a las personas a llenar sus agendas con múltiples ocupaciones, dejando cada vez menos espacio para el ocio, la relajación y la convivencia familiar. En consecuencia, el tiempo dedicado a fortalecer vínculos personales o disfrutar de momentos de descanso, se ve drásticamente reducido, convirtiéndose en un lujo, más que en una necesidad básica.

Asimismo, la economía urbana es incentiva nuevos patrones de consumo. Diariamente, se realizan un sinnúmero de compras que, priorizan la rapidez, tal como lo ofrecen los supermercados y tiendas de conveniencia (Miralles i Guasch & Delclós Alió, 2021). Esta dinámica ejemplifica el modo de vida urbano donde los ciudadanos priorizan la rapidez y eficiencia en su cotidianeidad.

En términos de alimentación, resulta un caso similar, ésta es profundamente influenciada por el ritmo acelerado. A pesar de que en las ciudades existen diversas alternativas, desde mercados, hasta restaurantes, el tiempo tan limitado para preparar y consumir alimentos orilla a las personas a recurrir a comidas rápidas o precocinadas (SaberPedia, 2024).

En este sentido, queda en evidencia como las largas jornadas laborales y complejos desplazamientos dificultan la planificación de una alimentación equilibrada, dónde los ciudadanos organizan sus comidas en función de su disponibilidad horario y predominan las elecciones basa-

das en la inmediatez, reflejando cómo las tensiones del día a día modelan incluso los patrones alimenticios.

Este estilo de vida urbano, aunque ofrece oportunidades y servicios importantes, exige desafíos que demandan ser abordados desde una perspectiva multidisciplinar que garantice una mayor calidad de vida en las ciudades (Coria López & García Espinosa, 2025).

Una de las formas en que se ha intentado contrarrestar los efectos negativos del ritmo acelerado que implica vivir en una ciudad, ha sido la integración de áreas verdes, como estrategia esencial dentro de la planificación urbana; por considerar que aportan beneficios relevantes que innegablemente impactan tanto a nivel individual como colectivo a los habitantes de una ciudad.

Desde el punto de vista estético, la presencia de parques, jardines y avenidas arboladas mejora la estética del entorno urbano, que influye directamente en la percepción de habitabilidad. Jacobs (1961), argumenta que el diseño de espacios públicos, tal como lo son las áreas verdes urbanas, es fundamental para cultivar interacciones sociales y general cohesión social. Asimismo, recientes estudios explican que los espacios verdes bien diseñados, dentro de una ciudad, aumentan el atractivo turístico y aumentan plusvalía a las propiedades circundantes (Zhang & Dong, 2020).

En términos ambientales, estas áreas tienen un papel fundamental en la mitigación del efecto "isla de calor urbano", contribuyen a la captura de dióxido de carbono y la generación de oxígeno. Además, ayudan a mejorar la calidad del aire al filtrar contaminantes atmosféricos. Existe

evidencia de que los árboles en la ciudad pueden reducir hasta 25% las partículas en suspensión en las zonas con mayor densidad poblacional (Nowak et. al., 2018). Sin perder de vista que también propician la biodiversidad al proporcionar hábitats para diversas especies de flora y fauna, contribuyendo a la estabilidad ecológica urbana.

Es innegable la relevancia de estas áreas en una ciudad, desde la estética hasta lo ambiental, su impacto positivo es de vital trascendencia, sin embargo, el camino que pretende seguir esta investigación tiene que ver con la incidencia en el bienestar de los habitantes (Coria López & García Espinosa, 2025).

En este punto, es que cobran relevancia las contribuciones de Gehl (2017), sobre que incorporar áreas verdes en la estructura urbana se ha convertido en una exigencia para la planificación de las ciudades. Diversos estudios respaldan los beneficios de las áreas verdes para la salud física y psico emocional. Lee & Maheswaran (2011), expresan que la exposición a estos espacios ayuda a reducir el estrés y mejorar la salud psicoemocional, y de manera paralela fomenta la actividad física y reduce los riesgos a padecer enfermedades crónicas.

Además, las áreas verdes, como parques y jardines urbanos, brindan oportunidades para la interacción social y el fortalecimiento de lazos comunitarios; lo cual fortalece un sentido de pertenencia en las personas, otorgando sensación de bienestar (Tzoulas et al., 2007). Por otro lado, estudios recientes expresan que el diseño adecuado de estos espacios, incluyendo accesibilidad y seguridad universal, es clave para maximizar su uso y beneficios

(Kabisch et al., 2015). De esta forma, se puede asegurar que la integración de áreas verdes en una zona urbana, no sólo debe ser una medida estética, sino una estrategia de salud pública. Actualmente, la inclusión de áreas verdes en una ciudad está regulada por normativas que definen porcentajes mínimos con relación a la densidad poblacional. Por ejemplo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda un mínimo de 9m² de área verde por habitante (OMS, 2010). En el contexto mexicano, la NOM-001-SEDATU-2021 establece que el mínimo de área verde por habitante son 10m². Estas regulaciones, además de establecer las dimensiones mínimas requeridas, definen la dotación mínima de equipo y mobiliario que debe poseer. Estos elementos buscan garantizar la funcionalidad y estética de las áreas verdes, asegurando que sean espacios ordenados y visualmente atractivos.

También existen lineamientos dirigidos a garantizar el acceso adecuado de la población a las áreas verdes, definiendo distancias máximas recomendadas, entre viviendas y estos espacios según su escala de servicio. Por ejemplo, para los espacios de escala vecinal, como parques pequeños, la distancia máxima recomendada es de 400 m. En espacios de escala comunitaria, que atienden varias colonias o comunidades cercanas, esta distancia se duplica a 800 m, y en aquellos espacios de escala urbana, como parques grandes que dan servicio a una ciudad o región importante, la distancia máxima se extiende a 2,500 m. (SEDATU, 2021).

A pesar de estas normas, la realidad muestra una gran brecha entre lo deseado y lo implementado, ya que existen

datos de que en México solo el 24% de los habitantes de ciudades tiene acceso a un área verde pública a menos de 500 metros de su vivienda, además de que estas normativas no consideran el impacto positivo de estos espacios en el bienestar de las personas a manera de compensación por el ritmo acelerado que implica el estilo de vida urbano, ya que no se garantiza que el diseño de las áreas verdes fomente su uso continuo y significativo para el disfrute y recreación.

En este punto cobra relevancia integrar el concepto de bienestar, que, de manera general, se refiere a la conjugación del bienestar psicoemocional y fisiológico, por lo que resulta importante definirlo por separado para la mejor comprensión del término.

Por un lado, el bienestar psicoemocional se refiere a aspectos como satisfacción con la vida, buena capacidad de gestión de emociones, facilidad para desarrollar buenas relaciones interpersonales. Para Seligman (2011), el bienestar psicoemocional se compone de cinco factores: emociones positivas, compromiso, relaciones positivas, sentido de propósito y logro personal. Cuando una persona tiene todos estos aspectos en su vida, tiene una sensación de felicidad y satisfacción con la vida.

Por otro lado, en cuanto al bienestar fisiológico, se hace referencia al estado físico óptimo del organismo, incluye aspectos como la salud cardiovascular, función inmunológica, ciclo circadiano regular, buena condición para la recuperación después del ejercicio, y cualquier otro aspecto que tenga relación con el buen funcionamiento del cuerpo humano.

Autores como Diener & Ryan (2009) han evidenciado la relación directa bidireccional que hay entre el bienestar psicoemocional y el bienestar fisiológico. Explican que la presencia de emociones positivas, como felicidad, satisfacción o alegría, se asocian con la salud cardiovascular, eficiente función inmunológica y mayor longevidad. Asimismo, un buen estado de ánimo da lugar a comportamientos y hábitos saludables como ejercitarse, tener una dieta equilibrada, entre muchas otras prácticas que fungen un papel de gran importancia para el bienestar fisiológico.

Por otra parte, el bienestar fisiológico también puede influir sobre el psicoemocional, los autores explican cómo una mala salud física, enfermedades o dolor crónico pueden afectar el estado de ánimo o el sentimiento de satisfacción con la vida. Según Diener & Ryan (2009), el malestar fisiológico frecuentemente provoca emociones negativas e incluso síntomas de ansiedad y depresión.

Aunque el panorama anterior plantea una base muy sólida sobre el concepto, para esta investigación se profundiza tomando una postura fenomenológica que concibe el bienestar como una experiencia autopercebida, es decir, como la valoración que una persona hace sobre su propia vida y las condiciones de esta. En este sentido, Dodge, Daly, Huyton y Sanders (2012) proponen que el bienestar debe definirse como “el equilibrio dinámico entre los recursos de un individuo y los desafíos a los que se enfrenta”, esto considerando que dicho equilibrio no puede comprenderse sin atender cómo la persona percibe sus recursos, capacidades y dificultades. Lo anterior se refiere a que dos

personas en situaciones similares experimenten niveles de bienestar muy distintos, dependiendo de su historia, su contexto y su manera de interpretar la realidad.

De esta forma, para la Organización Mundial de la Salud el bienestar no puede reducirse a la ausencia de enfermedades, ni a condiciones físicas ideales, sino que, necesariamente debe incluir la percepción individual sobre la calidad de vida, la funcionalidad social y el estado emocional (WHO, 2013).

Uno de los referentes más importantes sobre el concepto de bienestar, es el de White (2010), quien plantea una perspectiva desde las ciencias sociales, que lo analiza entendiendo que se construye en la interacción del individuo y su entorno social, cultural y material. Este enfoque plantea que, el bienestar es dinámico y se expresa de distinta forma en cada cultura, etapa de vida, o configuración comunitaria. En este sentido, se trata de una vivencia personal influida por múltiples factores. Así, el bienestar implica mucho más que simplemente recabar datos cuantitativos, implica comprender cómo las personas se sienten, qué valoran, o que les resulta significativo en su vida cotidiana para que su bienestar autopercebido se vea beneficiado.

De esta forma, se abre una interrogante que resulta importante abordar, ¿de qué manera se relacionan las áreas verdes con el bienestar de las personas? Para explicarlo de manera clínica debe recurrirse al concepto de estrés, el cual está asociado con la activación prolongada del sistema nervioso simpático, lo que resulta en una liberación constante de hormonas relacionadas con el

estrés como el cortisol y adrenalina (McEwen, 2019). Al momento de visitar áreas verdes, la exposición a elementos naturales desencadena una respuesta opuesta que tiene origen en el sistema parasimpático. Existen estudios de monitorización de la frecuencia cardíaca que explican que hay un aumento en la actividad parasimpática durante y después de la interacción en entornos con naturaleza (Hartig et al., 2014).

Es importante también mencionar la carga alostática, la cual se refiere al desgaste fisiológico acumulado que ocurre cuando el organismo intenta mantenerse en equilibrio ante el estrés (McEwen & Stellar, 1993). En este sentido, la exposición a paisajes naturales reduce los niveles de cortisol en saliva y sangre, mejora el tono vagal y disminuye la presión arterial, los cuales son factores clave para la reducción de la carga alostática (Ulrich et al., 1991; Kuo, 2015).

De igual manera, resulta interesante hablar sobre la regulación del eje hipotalámico-hipofisario-adrenal (HHA), ya que también juega un papel clave en la respuesta ante el estrés. En estudios con resonancia magnética funcional, se ha podido observar que, la exposición a entornos naturales, disminuye la actividad en la amígdala, lo cual se relaciona con la reducción en la activación del eje HHA, y así reduciendo la liberación del cortisol (Van der Wal et al., 2020).

La experiencia en áreas verdes, implica una estimulación multisensorial que tiene efectos positivos en el cerebro. Por ejemplo, la vista de vegetación, activa la corteza occipital y la región parahipocampal, lo cual, según Kaplan & Kaplan

(1989), promueve estados de relajación. Los sonidos naturales, como el canto de los pájaros o el viento entre los árboles, estimulan la corteza auditiva primaria, y la percepción de aromas de la vegetación activan el sistema olfativo, ambas reacciones se vinculan con la reducción de la actividad del sistema simpático (Song et al., 2016).

Respecto a la actividad de neurotransmisores, la interacción con la naturaleza incrementa la producción de serotonina y dopamina, transmisores neurológicos que son clave en la regulación del estado de ánimo (Bratman et al., 2015).

Uno de los descubrimientos más importantes en el campo de las neurociencias es el de la neurogénesis, es decir la de creación de nuevas neuronas en el sistema nervioso, y se ha demostrado que caminar en espacios naturales la promueve este proceso en la región del hipocampo, región cerebral crucial para la memoria y regulación emocional (Miller et al., 2013).

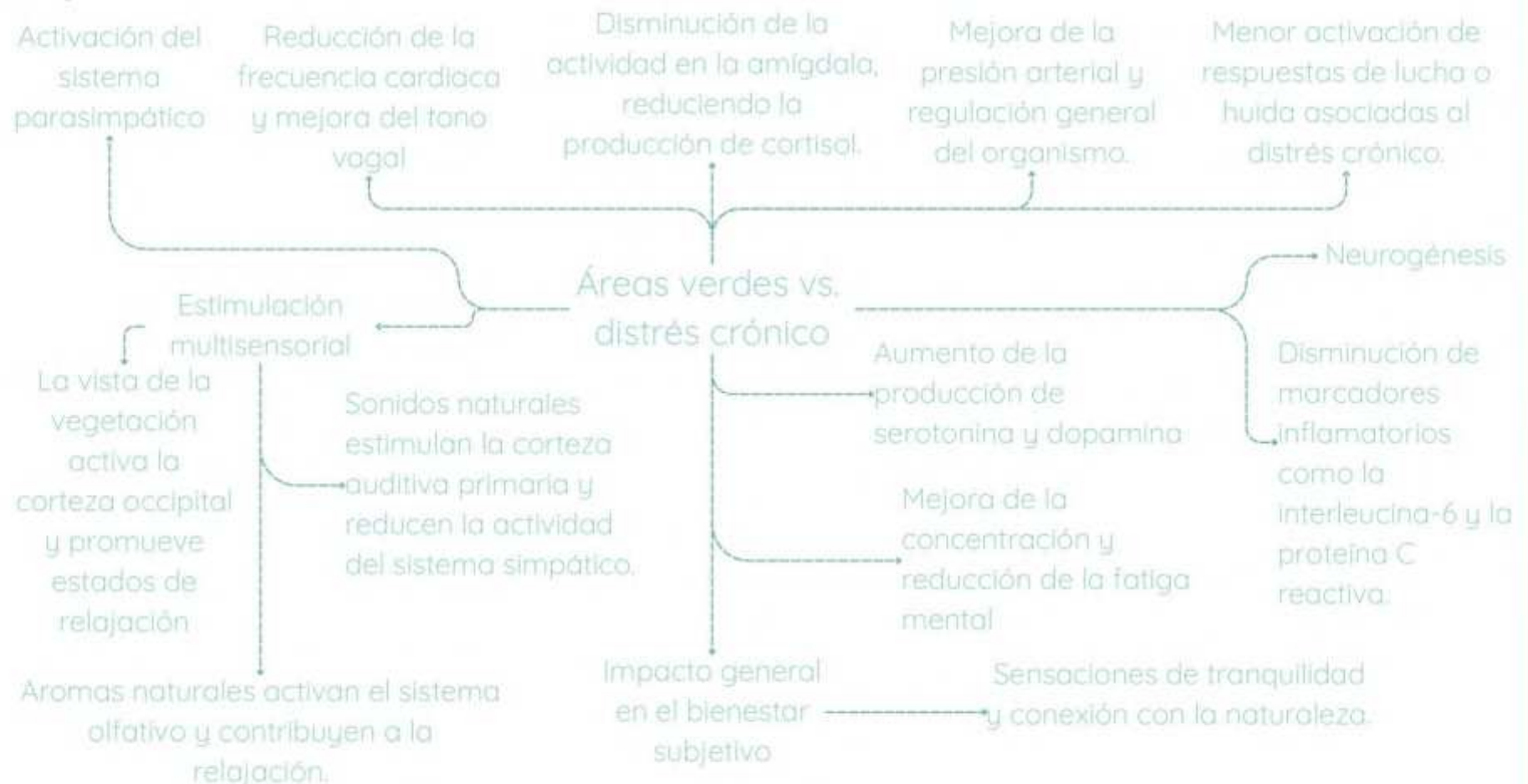


Figura 3. Beneficios de las áreas verdes en una ciudad para la salud del ser humano. Fuente: Elaboración propia.

Por otro lado, el estrés crónico, se asocia con un estado inflamatorio de bajo grado. La exposición a áreas verdes reduce los niveles de marcadores inflamatorios como son la interleucina-6 y la proteína C reactiva, lo cual favorece a un ambiente biológico equilibrado y saludable (Li et al., 2010).

Resulta importante hablar sobre la relación con el bienestar subjetivo, la teoría de la restauración de la atención, explica cómo los entornos naturales ayudan a restaurar los recursos cognitivos que se ven consumidos por el estilo de vida urbano (Kaplan & Kaplan, 1989).

Puede concluirse que el bienestar del ser humano, al interactuar con las áreas verdes más las ubicadas en contextos urbanos, es el resultado de complejas interacciones entre sistemas fisiológicos y psicológicos.

Finalmente, se considera de gran relevancia desarrollar el planteamiento que defina y contextualice el significado del término empatía, ya que se trata de un concepto que es clave para la investigación y la propuesta que se pretende formular.

La palabra empatía, es un término ampliamente usado en distintos campos del conocimiento y la vida cotidiana, precisamente por esta razón, ha atravesado un proceso filosófico e histórico complejo que repercute en su significado y su lugar en el discurso de esta investigación. Desde sus raíces etimológicas hasta sus aplicaciones en la contemporaneidad, esta palabra refiere a una dimensión esencial de la experiencia humana: la capacidad de comprender y compartir los sentimientos del otro.

Puede concluirse que el bienestar del ser humano, al inte-

ractuar con las áreas verdes más las ubicadas en contextos urbanos, es el resultado de complejas interacciones entre sistemas fisiológicos y psicológicos.

Finalmente, se considera de gran relevancia desarrollar el planteamiento que defina y contextualice el significado del término empatía, ya que se trata de un concepto que es clave para la investigación y la propuesta que se pretende formular.

La palabra empatía, es un término ampliamente usado en distintos campos del conocimiento y la vida cotidiana, precisamente por esta razón, ha atravesado un proceso filosófico e histórico complejo que repercute en su significado y su lugar en el discurso de esta investigación. Desde sus raíces etimológicas hasta sus aplicaciones en la contemporaneidad, esta palabra refiere a una dimensión esencial de la experiencia humana: la capacidad de comprender y compartir los sentimientos del otro.

Etimológicamente, empatía proviene del griego antiguo *empathēia*. Que se compone por *en-* (dentro) y *páthos*, (sentimiento, emoción, sufrimiento), lo cual puede traducirse como "sentir desde dentro" (Verducci, 2000). Sin embargo, su adopción en las lenguas modernas no es directa. En el siglo XIX fue que el término alemán *Einfühlung* - Utilizado por filósofos como Robert Vischer para describir una experiencia estética de "sentirse dentro" de una obra de arte - se tradujo al inglés como *empathy*, gracias al psicólogo Edward Titchener, quien lo usó en 1909 para referirse a la capacidad de proyectarse en la experiencia emocional del otro (Wispé, 1986).

A partir de entonces, la empatía dejó de ser sólo una ca-

racterística estética y se convirtió en un concepto psicológico central. Dentro de la psicología contemporánea, se define frecuentemente como la habilidad de ponerse en el lugar del otro, hablando de términos tanto emocionales (empatía afectiva), cómo cognitivos (comprensión racional de lo que el otro siente) (Decety & Jackson, 2004). Esto explica que, tener empatía, no se trata únicamente de "sentir lo mismo", sino que, legítima la experiencia del otro, sin perder la propia identidad.

Siguiendo la línea filosófica, pensadores como Edith Stein y Martin Buber profundizaron en el carácter relacional de la empatía. Stein (1989) expresa que es un acto intencional que nos permite tener acceso a la vida interior del otro sin reducirla a la nuestra. Por otro lado, Buber (1970) concibe la empatía como un rasgo fundamental para el encuentro genuino entre él "yo" y él "tú", como un proceso en el que ambos individuos se reconocen sin instrumentalización. Desde la perspectiva de ambos filósofos, la empatía es concebida como una condición para la ética, la comunidad y la responsabilidad.

En años recientes, el concepto de empatía se ha popularizado en discursos educativos, políticos, sociales y tecnológicos. Se le exige al médico, al líder político, al docente, al juez, y para el propósito de este documento, al diseñador, que sean empáticos. Sin embargo, no debe perderse de vista que, esta expansión puede orillar a vaciar de sentido el concepto, utilizándolo de manera superficial o como un simple sinónimo de "amabilidad" o "tolerancia". En este sentido, se debe comprender que la palabra empatía,

más que una moda, constituye es una categoría analítica que interpela cómo se relacionan los individuos entre sí, cómo se reconocen sus experiencias, y cómo se decide actuar ante ellas (Coplan & Goldie, 2011).

Ahora bien, la empatía es una capacidad humana y por lo tanto puede reconocerse su relevancia en el ámbito del diseño de espacios. Aunque un entorno no puede "sentir" ni "ponerse en el lugar del otro", sí puede ser diseñado de una manera empática: es decir, con la intención de responder sensiblemente a las necesidades, experiencias y formas de vida de quienes lo habitan.

Con la previa exposición del marco teórico y el marco conceptual, toma lugar el planteamiento de la problemática a la que se pretende responder.

Ésta se sitúa en la intersección de las disciplinas del urbanismo y psicología, sin embargo, para definir el término de "distrés urbano crónico" será necesario primero establecer los conocimientos generales que hay sobre el estrés, posteriormente explicar sus variantes y finalmente su manifestación en los estudios urbanos.

En este sentido, es bien sabido que, el estrés es una respuesta fisiológica y psicológica natural del organismo cuando se percibe situaciones amenazantes o desafiantes. Según Selye (1976), quien introdujo el concepto al ámbito científico, el estrés conlleva una serie de cambios adaptativos en el cuerpo, los cuales se conocen como el síndrome general de adaptación, que incluyen distintas fases, la de alarma, resistencia y finalmente agotamiento si el estímulo estresante persiste. En el campo de la psicología, se describe que el estrés se produce cuando ex-

iste un desequilibrio en las demandas del entorno y los recursos disponibles para afrontarla (Lazarus & Folkman, 1984).

Si bien, el estrés es una respuesta natural y adaptativa, cuando ésta se convierte en crónica o desbordante, da lugar a lo que se conoce como distrés, que según la Asociación Americana de Psicología (2023), es una forma de estrés que afecta la salud mental y física, generando consecuencias como ansiedad, fatiga, enfermedades cardiovasculares, entre muchas otras, a diferencia su forma positiva, conocida como eustrés, que únicamente motiva o estimula a la acción (Figura 4)



Figura 4. Proceso de respuesta de los estímulos urbanos en el organismo.
Fuente: Elaboración propia.

Sin embargo, para esta investigación, es el distrés el que resulta de mayor interés, por lo que es pertinente describir a mayor detalle este fenómeno.

Desde una perspectiva clínica, este tiene origen en la constante activación del eje hipotalámico-hipofisario-adrenal (HHA). Cuando hay un estímulo estresante, el hipotálamo envía señales a la hipófisis, que, de manera paralela, estimula las glándulas suprarrenales para liberar la hormona cortisol, la principal hormona del estrés (McEwen, 2004). En una situación normal, esta respuesta permite al organismo restablecerse y mantenerse en equilibrio, sin embargo, en el distrés, los niveles de cortisol permanecen altos durante periodos prolongados, generando desgaste y afectando el funcionamiento normal de del cuerpo y la mente (Figura 5).

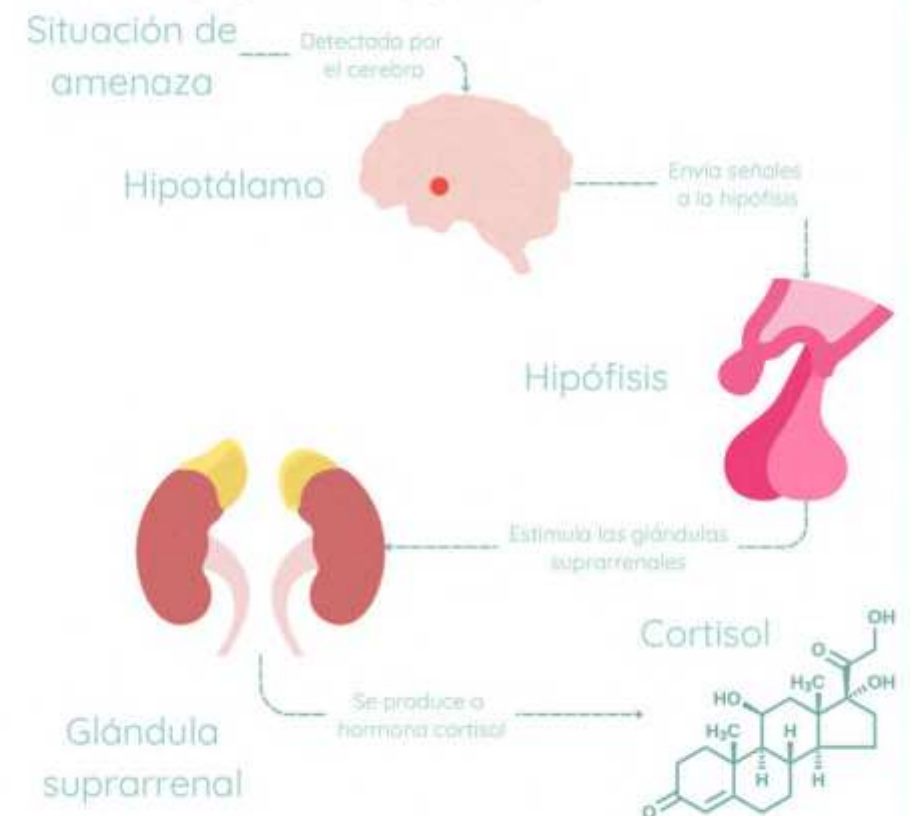


Figura 5. Proceso del distrés en el cuerpo. Fuente: Elaboración propia.

Desde la perspectiva fisiológica, el distrés crónico tiene efectos perjudiciales en diversos sistemas del organismo. La afectación más conocida es en sistema cardiovascular, porque aumenta el riesgo de hipertensión arterial enfermedades coronarias y accidentes cerebrovasculares (Chrousos, 2009). El distrés suprime el sistema inmunológico, lo cual reduce su capacidad para combatir infecciones y enfermedades (Glaser & Kiecolt-Glaser, 2005), produce afectaciones en el sistema intestinal, la respuesta inflamatoria del cuerpo y alteraciones en el sistema reproductivo (Hannibal & Bishop, 2014).

Otro efecto preocupante del distrés se observa en el cerebro, cuando el nivel de cortisol es muy alto, se daña el hipocampo, la región cerebral dedicada a la memoria y el aprendizaje, lo que se traduce en problemas cognitivos y problemas de concentración (Lupien et al., 2009). Además, trae desequilibrios en la secreción de neurotransmisores como la serotonina y dopamina que se relacionan directamente con el estado de ánimo, generando síntomas de depresión y ansiedad.

Existe también evidencia de que puede provocar el desarrollo de trastornos relacionados con el estrés, como el postraumático, (TEPT) que surge cuando las personas se enfrentan eventos traumáticos que excede su capacidad de afrontarlo (Yehuda, 2002).

Por otro lado, se encuentran las consecuencias a largo plazo, el distrés crónico se relaciona con el desarrollo de enfermedades metabólicas como diabetes tipo 2, debido a que el cortisol tiene efectos negativos sobre la regulación del azúcar en sangre (Chrousos, 2009). Problemas gastro-

intestinales como el síndrome del intestino irritable y enfermedades autoinmunes como la artritis reumatoide también son resultados a largo plazo del distrés crónico (Glaser & Kiecolt-Glaser, 2005).

Igualmente, a largo plazo, pero a nivel psicológico, aumenta el riesgo de desarrollar trastornos graves como la esquizofrenia y trastorno bipolar en individuos que son genéticamente predispuestos (McEwen, 2004). Se asocia el deterioro cognitivo y envejecimiento cerebral acelerado, lo que contribuye al desarrollo de demencias como Alzheimer (Lupien et al., 2009).

Ahora bien, respecto a su manifestación en el área urbana, esta denominación surge bajo el contexto de la investigación de psicología, sociología y urbanismo entre los años 1950 y 1960. Durante este periodo comenzó a estudiarse, cómo las condiciones de la vida en entornos urbanos influyen en el bienestar psicoemocional y fisiológico de las personas, por ejemplo, Wirth (1938) en su obra "Urbanism as a Way of Life", analiza la vida en la ciudad, establece que la vida en entornos urbanos genera tensiones y desafíos que tienen repercusiones en el bienestar de los habitantes.

De esta forma, puede definirse que el distrés urbano crónico es la consecuencia en el cuerpo humano de la constante exposición a experiencias de tensión propias del estilo de vida urbano, tal y como fue descrito en el marco conceptual de esta investigación. Estas experiencias de tensión, incluyen problemas en el ámbito social, económico y ambiental. En el primero, por ejemplo, existe segregación social, desconexión y desapego a la comunidad, inseguri-

dad, entre otros. Respecto al segundo, se observa que las personas se ven obligadas a enfrentarse a situaciones como pobreza, desempleo, falta de estabilidad económica, largas jornadas laborales, por mencionar algunas y finalmente, en el último caso relacionado con lo ambiental, surgen diversas condiciones significativas, como la contaminación visual, auditiva y atmosféricas, como consecuencia del uso excesivo de transporte motorizado, entre otros.

En cuanto a las estadísticas (Figura 6) relacionadas a salud psicológica y fisiológica que exponen esta problemática en México y, en particular, en el estado de Michoacán, se registran los siguientes datos:

Los resultados de la Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado establecen que en México, al menos 43.9% de la población, cohabita con personas con enfermedades crónicas (diabetes, hipertensión, problemas cardíacos, entre otros) (INEGI, 2021).

Asimismo, partiendo de que el Censo de Población y Vivienda 2020, establece que Michoacán, cuenta con una población de 4,748,846 habitantes, de los cuales 71% reside en localidades urbanas. En este sentido, INEGI describe que es el quinto estado con mayor porcentaje (19.6%) de población con síntomas de depresión y ocupa el tercer lugar a nivel nacional con mayor número de población con síntomas de ansiedad, con 56.4% sobre la población total. En cuanto al bienestar anímico, resulta uno de los estados con menor bienestar anímico auto percibido durante el día, donde la mayoría de la población reporta percibir bienestar anímico menos de la mitad del día (INEGI, 2021).

En México al menos **43.9%** de la población cohabita con personas con enfermedades crónicas.

En Michoacán el **19.6%** de la población reporta tener síntomas de depresión, y **56.4%** síntomas de ansiedad.

Los niveles de salud psicológica y fisiológica en la población sugieren una posible relación con la presencia de altos niveles de estrés.



Figura 6. Estadísticas sobre salud en México. Fuente: Elaboración propia con información de plataformas INEGI.

Los resultados presentados, ponen en evidencia que los niveles de salud psicológica y fisiológica en la población son deficientes, lo que sugiere una posible relación con la presencia de altos niveles de estrés, lo cual destaca la necesidad de intervenir y promover estrategias que abonen al manejo y disminución de los niveles de esta condición.

Conectando el punto anterior, a continuación, se plantea el problema específico de investigación: A lo largo del tiempo, el diseño tradicional de parques vecinales se ha orientado a dos aspectos principales: la estética visual y la funcionalidad operativa del espacio. Al seguir esta lógica de diseño, se busca optimizar la eficiencia del uso de suelo, asegurar la durabilidad de los materiales que se emplean o mantener una imagen urbana estandarizada que cumpla con los patrones de orden y estética. Bajo esta visión, el "usuario" es conceptualizado de manera abstracta y se le asigna un papel generalizado donde sus necesidades son

inferidas, más que comprendidas.

Este proceso de diseño, se basa en una proyección de usuarios hipotéticos, cuyas necesidades y deseos son definidos *a priori* por los diseñadores, planificadores o funcionarios públicos, muchas veces sin considerar particularidades sociales, culturales o personales de contexto.



Figura 7. Las personas, se vuelven un usuario hipotético para el diseñador.

Fuente: Elaboración propia.

Un claro reflejo de este problema puede observarse en el sesgo etario que prevalece en muchos parques vecinales, el diseño actual de muchos de estos espacios en ciudades como Morelia, se encuentran fuertemente orientado a las infancias, lo cual se manifiesta en la priorización de áreas de juego, canchas deportivas y mobiliario, pensado principalmente para el esparcimiento infantil.

Aunque estas estrategias son fundamentales para el desarrollo de la niñez (Jacobs, 1989), su implementación reiterada y casi exclusiva, a derivado en la invisibilización de las necesidades de otros grupos etarios, que son igualmente legítimas, cómo las personas adultas y adultas mayores. Estos grupos frecuentemente buscan espacios que propicien la calma, el descanso, la contemplación o el encuentro social, actividades que también son esenciales para el bienestar de la población, sin embargo, los parques carecen de las condiciones que faciliten estas formas de recreación, sin tener interferencia con las actividades recre-

ativas infantiles.

Esta orientación limitada del diseño, se ha visto reforzada por políticas públicas de recuperación de espacios públicos que, si bien han sido valiosas en términos de inversión y atención a zonas urbanas deterioradas, han tendido a replicar un modelo homogéneo de parque "para todos" que, en la práctica, prioriza el uso infantil y juvenil. Este modelo, impulsado muchas veces desde gobiernos municipales y estatales, bajo el paradigma de "rescatar" el espacio público, favorece fórmulas estandarizadas que no responden a la diversidad de usos, contextos ni grupos etarios. Como resultado, muchos parques reproducen esquemas similares sin atender las características particulares de cada comunidad, ni las formas diferenciadas de habitar el mismo espacio.

Ahora bien, si a este panorama se le agrega la realidad expuesta en la problemática general, donde el estilo de vida urbano afecta a todos los habitantes de una ciudad sin distinguir edad y género, es innegable que las personas adultas, quienes se enfrentan a exigencias laborales mayores, son quienes sufren con mayor frecuencia los síntomas y consecuencias del distrés urbano crónico. En este contexto, se evidencia una profunda incongruencia entre esta realidad y la manera en que están diseñados muchos de los parques vecinales. Espacios que deberían servir como lugares de la cotidianidad, que brinden restauración psicológica y emocional, otorguen una desconexión del estilo de vida acelerado y faciliten la conexión con lo natural y lo comunitario. Sin embargo, han sido estructurados bajo una lógica que excluye precisa-

mente a quienes más requieren de sus beneficios. En otras palabras, actualmente los parques vecinales (Figura 8) no responden a las necesidades particulares de quienes más demandan el disfrute de sus beneficios en favor de su bienestar por medio de su visita, entonces, no es simple-

mente de baja afluencia o desuso de los parques vecinales, sino de una deficiente empatía espacial que es resultado de un diseño incapaz de ofrecer alternativas significativas para aportar al bienestar de todas las personas que habitan una ciudad.

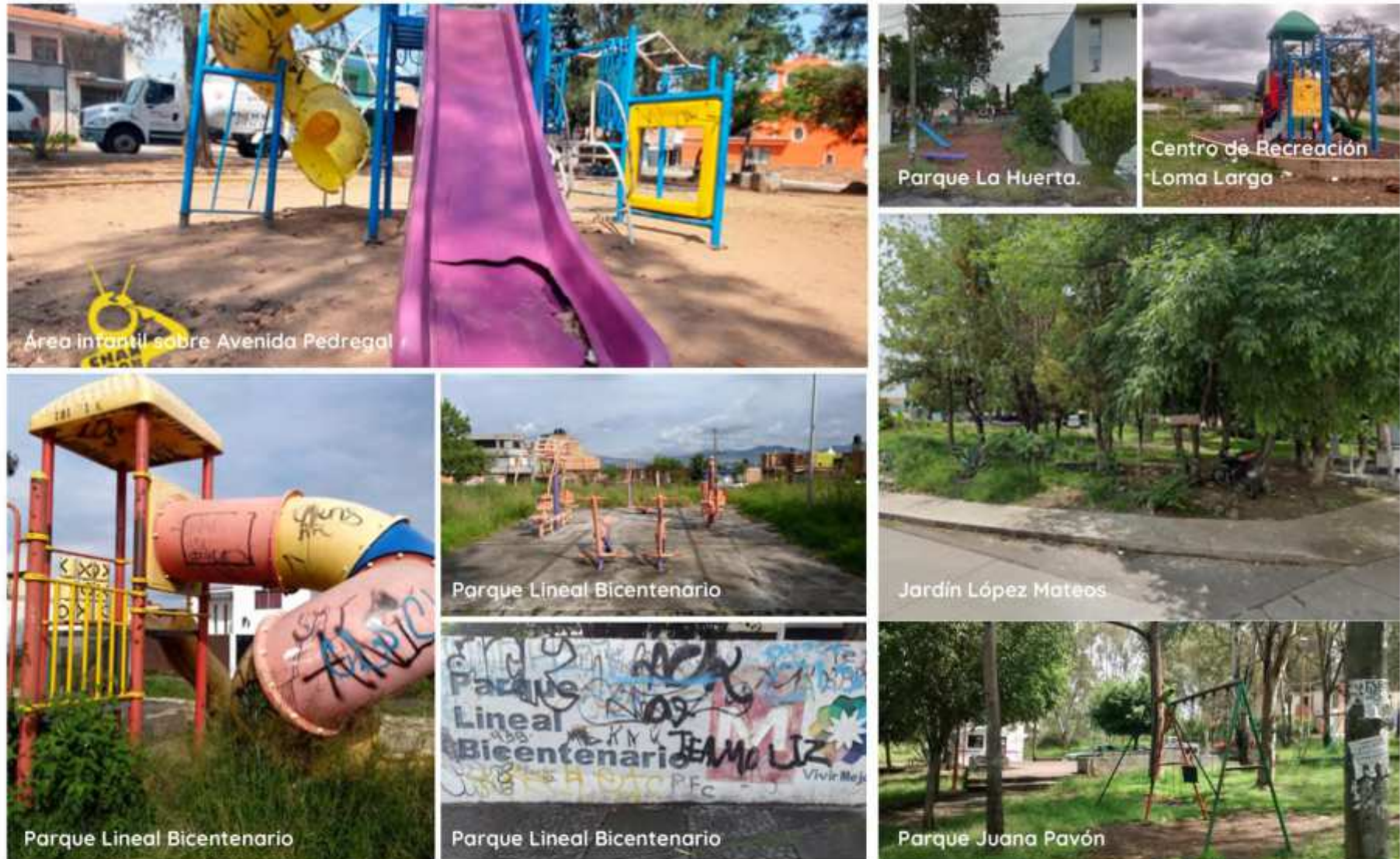


Figura 8. Collage de fotografías de parques vecinales en Morelia. Fuente: Elaboración propia con fotografías obtenidas de diversas páginas de internet con fines académicos y sin propósitos comerciales.

De esta forma, la investigación adopta como principal población beneficiada a personas adultas que habitan en una ciudad, que son quienes se encuentran constantemente expuestos a mayores situaciones de tensión y aceleramiento, y, de manera general, tienen un estilo de vida urbano, que como se explicó anteriormente, tiene consecuencias negativas en su bienestar.

La investigación aquí planteada, no concibe a estas personas como simples usuarios, sino como sujetos sensibles, emocionalmente relacionados con su entorno, dónde sus necesidades deben ser retomadas con empatía. Es importante señalar que, aunque el enfoque principal está orientado a personas adultas, no resulta en la exclusión de cualquier otro grupo etario. Por el contrario, se pretende encontrar la manera práctica de lograr que los parques vecinales sean más empáticos con todas las formas de recreación y esparcimiento.

Una vez definida la población destinataria adoptada, resulta importante definir que el objeto de estudio son los parques vecinales, lo cual demanda realizar un análisis a mayor profundidad y detalle.

Los parques y jardines vecinales se caracterizan por una dimensión menor, a los denominados parques o bosques urbanos y que están pensados para satisfacer las necesidades de los habitantes de zonas habitacionales colindantes para la relajación, socialización y contacto con la naturaleza durante el día (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2017).

De manera teórica, la ubicación de parques y jardines vecinales va en función de qué sean fácilmente accesibles

para los residentes, fomentando su uso regular y contribuyendo a la cohesión social y el bienestar comunitario, aunque en muchas ocasiones no se logre tal propósito (Peters, Elands, & Buijs, 2010; Kabisch, Qureshi, & Haase, 2015). A diferencia de las grandes áreas verdes, los parques y jardines vecinales, tendrían que reflejar, de manera más inmediata dinámicas sociales, culturales y ambientales que en el resto de la ciudad (Low, Taplin, & Scheld, 2005; Harnik & Welle, 2011).

Además, el enfoque a esta escala urbana facilita la identificación de estrategias de intervención que puedan ser replicadas en otros contextos urbanos similares.

En este punto, cobra relevancia la tarea de reconocer los antecedentes y referentes que ya han buscado responder a la pregunta de cómo diseñar espacios públicos que realmente se vinculen con las vivencias y cotidianidad de las personas, ya que permite identificar los avances en la manera de estudiar y diseñar la ciudad, pero también visibilizar los aspectos que aún quedan fuera de su alcance y que abren la oportunidad de pensar en nuevos marcos metodológicos que incorporen a mayor profundidad la diversidad de percepciones, narrativas subjetivas y dimensiones del bienestar que configuran la experiencia del espacio público.

Una de las aportaciones más influyentes es la metodología propuesta por Jan Gehl, a partir de observaciones sistemáticas de la vida pública y criterios de calidad urbana, introdujo un enfoque que desplazó la lógica del automóvil y la forma edificada hacia la experiencia del peatón y la escala humana.

La obra de Gehl (2010), consolidó un cambio de paradigma en el urbanismo contemporáneo: pasar de analizar la ciudad desde el tráfico y la morfología construida a observar sistemáticamente la vida pública y diseñar con base en la escala humana. Para ello, su metodología se centra en registrar cómo las personas se mueven, se detienen y conviven en los espacios públicos, bajo la premisa de que a través de entender estos patrones es posible construir ciudades que realmente respondan a quienes las habitan.

En términos operativos el método se estructura alrededor de dos pilares, por un lado, los estudios de vida pública que consisten en conteos peatonales y ciclistas, mapeos de estancias y recorridos, así como registros de actividades que ocurren en distintos momentos del día o del año. También la evaluación de la calidad del espacio mediante los 12 criterios de Gehl, organizados en tres bloques: protección (frente a tráfico, delitos o molestias sensoriales), confort (caminar, estar de pie, sentarse, orientarse, conversar, jugar) y disfrute (escala humana, microclima, calidad estética). Estos criterios buscan que el diseño urbano facilite la permanencia y el encuentro social.

La metodología de Gehl es ampliamente reconocida porque centró a las personas en la planificación urbana, desplazando la lógica del automóvil como eje principal, operativizó la noción de la escala urbana, convirtiéndola en criterios observables y aplicables, estandarizó herramientas replicables que permiten comparar situaciones en distintos contextos urbanos y demostró con datos, que cambios relativamente simples en el diseño

pueden incidir en el tiempo de permanencia, la diversidad de usuarios y las oportunidades de interacción social.

Sin embargo, resulta importante reconocer los límites de este enfoque. Al centrarse en conductas observables y cualidades físicas del espacio, la metodología de Jan Gehl no accede directamente a las percepciones subjetivas de los usuarios ni a la manera en que diferentes grupos sociales experimentan el parque. La seguridad, por ejemplo, se infiere por el uso y la permanencia, pero no necesariamente se analiza desde cómo se siente una mujer al transitar de noche o cómo percibe un adulto mayor la dignidad de su estancia.



Figura 9. Jan Gehl. Fuente: <https://www.gehlpeople.com/people/jan-gehl/>

Ahora bien, otra metodología con influencia en el diseño urbano es el Placemaking, impulsado por Project for Public Spaces (PPS). La cual se ha consolidado como una de las más influyentes dedicadas al diseño, transformación y gestión de espacios públicos. A diferencia de la metodología planteada anteriormente, el Placemaking coloca en el centro la participación comunitaria como

motor del diseño urbano, partiendo de la premisa de que un lugar sólo adquiere sentido cuando refleja los valores, las aspiraciones y las dinámicas de quienes lo habitan (PPS, 2017).

En términos operativos, el proceso de Placemaking suele desplegarse en distintas fases. La primera, se lleva a cabo la identificación del lugar y los actores involucrados, reconociendo tanto a los usuarios actuales como a los potenciales. Una segunda, se realiza un diagnóstico basado en la observación del uso del espacio y en la identificación de problemas percibidos por la comunidad. La tercera etapa se desarrolla una visión compartida del lugar, mediante talleres participativos en los que vecinos, comerciantes, instituciones locales y otros actores co-definen qué atributos debe tener el espacio. Una cuarta fase se centra en la implementación de intervenciones rápidas y de bajo costo, conocidas como *Lighter, Quicker, Cheaper* (LQC), que permiten ensayar ideas y medir reacciones de la comunidad antes de realizar transformaciones permanentes. Finalmente, se promueve la evaluación continua y la gestión colaborativa, reconociendo que un espacio público requiere procesos de adaptación permanente más que soluciones finales y cerradas (PPS, 2015; PPS, 2017).

Las aportaciones del Placemaking han sido múltiples. Por un lado, ha logrado democratizar la toma de decisiones urbanas, generando procesos de co-diseño donde las comunidades no son lo son consultadas, sino que se convierten en protagonistas del cambio urbano. En otro sentido se ha introducido la noción de que los espacios

públicos no deben entenderse únicamente como piezas físicas de la ciudad, sino como plataformas sociales y culturales que cobran sentido a partir de las relaciones humanas que posibilitan. Asimismo, al impulsar intervenciones rápidas y experimentales, el enfoque LQC ha permitido que la ciudadanía experimente transformaciones visibles en plazos cortos, lo cual fortalece la confianza en la acción colectiva y evita que la planeación se quede en misiones abstractas y demasiado prolongadas en el tiempo.

No obstante, también es importante señalar los límites de este enfoque. Aunque el Placemaking brinda una gran riqueza en la construcción participativa, en ocasiones carece de un marco metodológico sólido para traducir las visiones comunitarias en criterios de diseño concretos y en indicadores de impacto verificables. Esto puede generar intervenciones atractivas y con alto grado de apropiación social, pero con resultados desiguales en términos de calidad espacial, accesibilidad o contribución al bienestar de las personas. Dicho vacío abre la oportunidad de pensar en enfoques que, sin renunciar a la participación comuni-

**Project
for Public
Spaces**

Figura 10. Logo de Project for Urban Spaces. Fuente: <https://www.pps.org/>

taria, fortalezcan también la trazabilidad técnica y la evaluación objetiva de los efectos que el diseño del espacio público tiene en las personas.

Un referente que también tiene gran relevancia es el que impulsa la Organización Mundial de la Salud (OMS) y ONU-Hábitat. Estos organismos internacionales han desarrollado marcos conceptuales y metodológicos para la planificación de espacios públicos que integran explícitamente los determinantes sociales y ambientales de la salud (WHO & UN-Hábitat, 2020).

Estas propuestas parten de la idea de que la forma en que se planifica, diseña y gestiona el espacio público puede incidir directamente en aspectos como la actividad física, la exposición a contaminantes, la seguridad vial y el acceso equitativo a áreas verdes. En términos operativos, las metodologías de esos organismos también suelen estructurarse en distintas fases: en primer lugar, la constitución de instancias de gobernanza intersectorial, en el que participen sectores como la salud, transporte, medio ambiente y planeación.

Posteriormente, se realiza un diagnóstico de salud urbana, que recoge información sobre las condiciones ambientales (calidad del aire, ruido), movilidad activa, seguridad y disponibilidad de áreas verdes. A partir de ello, se formulan estrategias de intervención en el espacio público con un fuerte componente de infraestructura verde y azul, mejoras para la movilidad no motorizada, y espacios inclusivos para el juego y la socialización. Una fase adicional contempla la evaluación del impacto en la salud (Health Impact Assessment, HIA), donde se establecen indicadores

para monitorear los efectos de las intervenciones.

Finalmente, se plantean mecanismos de implementación y gestión a largo plazo, con énfasis en mantenimiento monitoreo y participación ciudadana continua (WHO & UN-Habitat, 2020; UN-Habitat, 2015).

Las aportaciones de esta metodología se consideran significativas, porque ofrecen un marco normativo y técnico de gran alcance, que permite a los gobiernos locales justificar inversiones en el espacio público desde la perspectiva de la salud pública. Además, introducen herramientas de evaluación que contribuyen a medir los efectos de las intervenciones en la calidad de vida de la población, lo que ayuda a legitimar el valor de los espacios públicos frente a otras prioridades urbanas.

No obstante, también pueden detectarse áreas de oportunidad. El enfoque, al estar profundamente anclado en indicadores de salud poblacional, tiende a privilegiar una lectura epidemiológica y ambiental de los espacios, dejando en segundo plano las dimensiones subjetivas, culturales y simbólicas que también conforman la experiencia del lugar. Así, se avanza hacia un diseño urbano que contribuye a la salud física y ambiental, pero se corre el riesgo de inviabilizar cómo las personas viven, narran y resignificar sus parques y plazas en lo cotidiano.

Reconocer estos alcances y límites permite dar un siguiente paso hacia metodologías que no sólo combinen la observación y la participación con indicadores de salud, sino que también integren de manera explícita las narrativas y percepciones de las comunidades.



Figura 11. Manual de consulta por la OMS y ONU-Habitat. Fuente: <https://onu-habitat.org/index.php/salud-y-planificacion-urbana>

En el panorama contemporáneo de metodologías de diseño, el Design Thinking se ha posicionado como un enfoque ampliamente difundido para abordar problemas complejos desde la creatividad y la innovación. Su esencia radica en situar a las personas en el centro del proceso, bajo la convicción de que las soluciones deben responder a necesidades reales, más que a suposiciones técnicas o abstractas. Este enfoque ha trascendido el campo del diseño de productos para permear también en ámbitos como la educación, la gestión y, más recientemente, en el diseño urbano (Brown, 2009; IDEO, 2015).

Entre sus aportaciones, el Design Thinking destaca por haber introducido de manera explícita la empatía con el

usuario como punto de partida del diseño, desplazando la lógica tradicionalmente centrada en la función técnica o la viabilidad económica. Asimismo, fomenta la iteración constante y el aprendizaje a partir del error, lo que promueve soluciones más ajustadas a las dinámicas reales. Finalmente, su flexibilidad metodológica lo convierte en una herramienta adaptable a contextos muy diversos, desde la innovación empresarial hasta proyectos comunitarios.

Sin embargo, la fase de empatización, aunque fundamental, tiende a quedarse en un nivel acotado y a veces superficial de las experiencias de los usuarios, condicionado por tiempos breves o técnicas rápidas de investigación. Esto puede resultar suficiente en el desarrollo de productos o servicios, pero insuficiente en el contexto urbano, donde intervienen estructuras sociales, culturales y simbólicas complejas.

Además de lo anterior, el Design Thinking está orientado principalmente a la resolución puntual de problemas de diseño, más que a la construcción de marcos metodológicos robustos capaces de integrar de forma sistemática la diversidad de percepciones, memorias y significados que confluyen en los espacios públicos. En este sentido, su alcance en entornos urbanos muestra la necesidad de avanzar hacia metodologías que logren captar con mayor profundidad las narrativas subjetivas y las múltiples formas de habitar el espacio, para traducirlas en criterios concretos de diseño que atiendan tanto la complejidad social como la experiencia vivida de las personas.

En la Tabla 1, se encuentra una síntesis comparativa de las cuatro metodologías que fueron analizadas como referentes de estudio para la investigación que se desarrolla en este documento.

Metodología	Enfoque principal	Aportaciones	Limitaciones
Jan Gehl – Vida pública y 12 criterios	Observación sistemática de la vida pública y evaluación de la calidad espacial en escala humana.	- Recentró el diseño urbano en las personas. - Operativizó la escala humana con criterios claros. - Proveyó herramientas replicables.	- Solo mide conductas observables. - No profundiza en percepciones ni diversidad de experiencias.
Placemaking - PPS	Creación de lugares con protagonismo de la comunidad.	- Democratiza la toma de decisiones. - Genera apropiación social y sentido de pertenencia. - Intervenciones rápidas fortalecen confianza.	- Carece de marco técnico sólido para traducir visiones en criterios de diseño. - Débil en indicadores verificables de bienestar.
OMS / ONU- Hábitat – Espacios públicos saludables	Vinculación entre urbanismo y salud pública.	- Marco técnico y normativo robusto. - Justifica inversiones con evidencia de salud. - Introduce indicadores claros.	- Lectura predominantemente técnica y epidemiológica. - Énfasis en lo ambiental y físico. - Poca sensibilidad hacia narrativas locales.
Design Thinking – IDEO / Stanford	Innovación centrada en las personas con procesos iterativos.	- Introduce la empatía como fase inicial. - Fomenta iteración y experimentación. - Flexible y adaptable a diversos contextos.	- Empatización superficial o acotada. - Poca sistematización en contextos urbanos complejos. - Orientado a soluciones puntuales más que a marcos metodológicos robustos.

Tabla 1. Síntesis comparativa de aportes y limitaciones de las metodologías tomadas como referentes de estudio. Fuente: Elaboración propia.

El análisis de las metodologías Jan Gehl, Project for Public Spaces, los marcos propuestos por la OMS y ONU-Hábitat, y el Design Thinking, muestra la relevancia de cada una en la transformación del pensamiento urbano contemporáneo. Gehl aportó un enfoque riguroso para observar la vida pública y operacionalizar la escala humana; el Placemaking colocó en el centro la participación ciudadana y la construcción colectiva de los lugares; los organismos internacionales legitimaron el espacio público como un determinante de la salud y el bienestar, ofreciendo un marco técnico y normativo de gran alcance; y el Design Thinking, introdujo de manera explícita la empatía como fase inicial del proceso de creación, fomentando la iteración y la experimentación constante como vías para generar soluciones ajustadas a las necesidades de las personas.

Sin embargo, más allá de sus diferencias, estas metodologías comparten un mismo límite: se concentran en lo observable, en la gestión participativa o en la medición de indicadores de salud, pero no logran incorporar de manera sistemática a las narrativas subjetivas, percepciones diversas y vivencias cotidianas que configuran la manera en que las personas habitan y resignificar los espacios urbanos, estos parecen permanecer en un terreno poco explorado, pese a su centralidad en la experiencia urbana.

Este vacío no desmerece sus aportes; al contrario, los hace más visibles como cimientos sobre los cuales es posible avanzar. Identificarlo abre la oportunidad de pensar en el desarrollo de metodologías que, sin renunciar a la rigu-

rosidad técnica y a la evidencia, integren la empatía hacia la experiencia individual y colectiva como un eje rector. Esto implica trascender la idea del usuario genérico para acoger la diversidad de formas de habitar el espacio, reconociendo que el bienestar urbano no se agota en patrones de uso o indicadores de salud, sino que se construye también en las memorias, emociones y significados que las personas proyectan sobre sus parques. En este marco que contextualiza el origen de la investigación, hace ineludible el cuestionamiento que se ubica como pregunta central de investigación: *¿Cómo puede enriquecerse la metodología tradicional de diseño en parques vecinales para ampliar su capacidad de acoger la diversidad de formas en que las personas buscan recrearse como estrategia de compensación frente a los efectos del estilo de vida urbano, de modo que estos espacios contribuyan a reducir los niveles de distrés urbano crónico y a promover el bienestar autopercebido?*

En consecuencia, surge como hipótesis central que: *La metodología tradicional de diseño en parques vecinales puede enriquecerse mediante la incorporación de una visión empática hacia las vivencias y narrativas subjetivas vinculadas a la diversidad de formas en que las personas buscan recrearse. Esta integración favorecerá la creación de espacios más sensibles a las experiencias y necesidades reales de los usuarios, contribuyendo a reducir los niveles de distrés urbano crónico y, en consecuencia, a promover su bienestar autopercebido.*

Finalmente, derivado de la hipótesis anterior, el objetivo central que guio la investigación realizada fue: *Desarrollar*

una metodología de diseño para parques vecinales fundamentada en la empatía hacia las vivencias y narrativas subjetivas asociadas a la diversidad de formas en que las personas buscan recrearse, como estrategia de compensación frente a los efectos del estilo de vida urbano, con el fin de enriquecer el diseño tradicional de parques vecinales y favorecer la creación de espacios que contribuyan a reducir los niveles de distrés urbano crónico y a promover el bienestar autopercebido.

A partir del planteamiento anterior, surgen las preguntas, hipótesis y objetivos específicos o particulares que guiarán el desarrollo de la investigación. La primera pregunta específica cuestiona acerca del diseño actual del parque que se tomó como caso piloto, y si este responde a las necesidades reales de recreación de sus visitantes: ¿Cuáles son las características del diseño actual del Parque Cosmos, considerado como caso piloto, y en qué medida estas reconocen y acogen la diversidad de formas en que las personas buscan recrearse para compensar los efectos del estilo de vida urbano, y con ello, favorecer su bienestar autopercebido?, donde se sustenta la primera hipótesis específica: el diseño actual del Parque Cosmos, considerado como caso piloto de parque vecinal, responde a una metodología de diseño tradicional centrada en la dotación de infraestructura básica, especialmente para el juego infantil, lo que limita su capacidad de reconocer y acoger la diversidad de formas en que las personas buscan recrearse para compensar los efectos del estilo de vida urbano. Esta limitación impide que el parque contemple de forma integral las seis dimensiones del

diseño empático, reduciendo así su potencial para contribuir a la mitigación del distrés urbano crónico de sus visitantes y con ello, favorecer su bienestar autopercebido. Consecuentemente, surge el primer objetivo específico: evidenciar que el diseño actual del Parque Cosmos, considerado como caso piloto de parque vecinal, responde a una metodología de diseño tradicional centrada en la dotación de infraestructura básica, especialmente para el juego infantil, lo que limita su capacidad de reconocer y acoger la diversidad de formas en que las personas buscan recrearse para compensar los efectos del estilo de vida urbano. Esta limitación impide que el parque contemple de forma integral las seis dimensiones del diseño empático, reduciendo así su potencial para contribuir a la mitigación del distrés urbano crónico de sus visitantes y con ello, favorecer su bienestar autopercebido.

La segunda pregunta específica interroga sobre cómo fue la construcción de la metodología del diseño empático: ¿cómo puede construirse una propuesta metodológica de diseño empático para parques vecinales a partir del cruce entre los hallazgos del diagnóstico del caso piloto Parque Cosmos y la revisión teórica relacionada con el bienestar? Donde se sostiene como segunda hipótesis específica que: la construcción de una propuesta metodológica de diseño empático para parques vecinales puede lograrse mediante un proceso de integración analítica entre los hallazgos del diagnóstico del caso piloto Parque Cosmos y la revisión teórica especializada, en el que se interpretan las necesidades, limitaciones y potenciales del espacio a partir de las dimensiones definidas a priori para el diagnóstico.

Este proceso permite identificar y fundamentar seis dimensiones clave del diseño empático: 1) estimulación sensorial y cognitiva, 2) apego al lugar, 3) cohesión social, 4) funcionalidad, 5) seguridad y permanencia digna, y 6) adaptación para la diversidad. Estas dimensiones enriquecen la metodología de diseño tradicional y orientan la creación de espacios más sensibles a la diversidad de formas en que las personas buscan recrearse para contrarrestar los efectos del estilo de vida urbano y favorecer su bienestar autopercebido. Y se define el objetivo específico correspondiente, en términos de: probar que la construcción de una propuesta metodológica de diseño empático para parques vecinales puede lograrse mediante un proceso de integración analítica entre los hallazgos del diagnóstico del caso piloto Parque Cosmos y la revisión teórica especializada, en el que se interpretan las necesidades, limitaciones y potenciales del espacio a partir de las dimensiones definidas a priori para el diagnóstico. Este proceso permite identificar y fundamentar seis dimensiones clave del diseño empático: 1) estimulación sensorial y cognitiva, 2) apego al lugar, 3) cohesión social, 4) funcionalidad, 5) seguridad y permanencia digna, y 6) adaptación para la diversidad. Estas dimensiones enriquecen la metodología de diseño tradicional y orientan la creación de espacios más sensibles a la diversidad de formas en que las personas buscan recrearse para contrarrestar los efectos del estilo de vida urbano y favorecer su bienestar autopercebido.

Finalmente, la tercera pregunta específica, cuestiona sobre si la metodología permitió generar propuestas concretas

para validar su utilidad: ¿de qué manera la aplicación de la metodología de diseño empático al caso piloto Parque Cosmos permite validar su utilidad como herramienta para generar propuestas de intervención concretas que respondan a las necesidades detectadas en el diagnóstico y promuevan el bienestar autopercebido de sus visitantes? Y surge la tercera hipótesis específica: la aplicación de la metodología de diseño empático al caso piloto Parque Cosmos permitió generar propuestas de intervención concretas basadas en las necesidades identificadas en el diagnóstico, lo cual valida su utilidad como herramienta metodológica para orientar el diseño de parques vecinales que reconozcan la diversidad de formas de recreación, mitiguen los efectos del estrés urbano crónico, con ello, y favorezcan el bienestar autopercebido de sus visitantes. Y el tercer objetivo específico correspondiente: demostrar que la aplicación de la metodología de diseño empático al caso piloto Parque Cosmos permitió generar propuestas de intervención concretas basadas en las necesidades identificadas en el diagnóstico, lo cual valida su utilidad como herramienta metodológica para orientar el diseño de parques vecinales que reconozcan la diversidad de formas de recreación, mitiguen los efectos del estrés urbano crónico, con ello, y favorezcan el bienestar autopercebido de sus visitantes.

Una de las partes más relevantes de explicar, para comprender cómo se desarrolló esta investigación, es definir la metodología utilizada que responde a un enfoque aplicado y proyectual por tener como objetivo desarrollar una metodología de diseño empático para parques vecina-

les. El enfoque de la investigación es cualitativo con algunos componentes mixtos, ya que se combina la interpretación de datos obtenidos mediante técnicas cualitativas (observación directa, entrevistas) con herramientas cuantitativas (encuestas estructuradas).

En cuanto al diseño metodológico, por tratarse de una investigación no experimental, sin embargo, es una investigación transversal y tiene un alcance exploratorio-descriptivo, ya que se realizó un análisis en un periodo específico de tiempo, con el fin de describir las condiciones actuales de un caso de estudio seleccionado que fungió como prueba piloto para desarrollar la metodología de diseño empático.

El caso seleccionado como "piloto" fue el parque vecinal de la Colonia Cosmos, ubicado en la ciudad de Morelia Michoacán. Que, a través del diagnóstico físico, social y perceptual del espacio, fue posible identificar limitaciones que se consideran comunes en la metodología de diseño tradicional de parques urbanos, así como las necesidades diversas de sus potenciales beneficiarios.

Este caso permitió, traducir los hallazgos del diagnóstico y la teoría revisada, en una herramienta metodológica para ser aplicable a otros contextos similares.

Sobre los métodos de diagnóstico en el Parque Cosmos, se utilizaron bajo un esquema complementario que construyó una lectura completa del parque: una caracterización físico-espacial del parque, donde se realizó una descripción sistemática de los elementos materiales y estructurales mediante la observación directa. Se elaboró un mapa que identifica componentes como accesos, mobiliario, equipo,

vegetación, entre otros. El análisis fue descriptivo, sirviendo como base contextual para las demás técnicas.

El segundo método, consistió en la aplicación de encuestas estructuradas a visitantes y vecinos del parque, esta encuesta fue diseñada con dimensiones de diagnóstico derivadas de la revisión de literatura especializada en aspectos de diseño urbano, y conocimientos relacionados con el bienestar y percepción de las personas. Estas dimensiones permitieron establecer un marco de análisis preliminar sobre las características y condiciones del caso piloto, y permitieron la aproximación a la experiencia subjetiva de las personas y habitantes cercanos al parque. Posteriormente se realizó un análisis de los resultados utilizando el software JASP, el cual permitió realizar estadísticos descriptivos (frecuencias, porcentaje, medias), correlaciones de Pearson y análisis de varianza (ANOVA). La intención de examinar relaciones entre el bienestar autopercebido y las diversas dimensiones de diagnóstico. Los resultados se visualizaron mediante mapas de calor y gráficos tipo nube con lluvia.

El tercer método de diagnóstico corresponde a la aplicación de entrevistas semiestructuradas, donde se definieron una serie de preguntas abiertas que fungieron como guía y facilitaron la conversación profunda con las personas acerca de su percepción hacia el partido. Para el análisis de los resultados de estas entrevistas se definieron categorías cómo: significado del parque, emociones asociadas, problemáticas y necesidades detectadas y propuestas hacia el parque.

Por otro lado, el proceso de construcción metodológica

que se siguió en esta investigación, combinó una lógica inductiva y abductiva. De observaciones, particulares y situadas, obtenidas a través del diagnóstico del parque cosmos, para derivar categorías generales de diseño siguiendo una estrategia inductiva. Asimismo, se recurrió a una lógica abductiva al proponer nuevas conexiones entre categorías empíricas y teóricas, en los casos en que los hallazgos no se ajustaban completamente a los marcos existentes. Esta combinación permitió construir una metodología de diseño empático fundamentada tanto en la teoría como en la experiencia contextual, notándola de aplicabilidad y validez conceptual.

Cabe mencionar que, si bien algunas de las dimensiones de diseño empático emergieron desde la revisión teórica inicial, formaron parte de las dimensiones de diagnóstico empleadas para estructurar las encuestas y entrevistas, otras se consolidaron o reformularon a partir del análisis de los resultados. Las correlaciones entre variables obtenidas por medio del análisis cuantitativo, así como las categorías surgidas del discurso de las personas entrevistadas, enriquecieron y redefinieron las categorías iniciales. De este modo, las seis dimensiones del diseño empático que propone esta investigación son resultado de un proceso de síntesis entre teoría y experiencia situada.

Finalmente, es preciso definir que la propuesta de metodología de diseño empático fue construida a partir del cruce entre el marco teórico y los hallazgos del caso piloto. La revisión teórica permitió definir principios claves sobre el bienestar, empatía, diseño urbano y experiencia del espacio. El diagnóstico del parque, evidenció carencias y

aspiraciones, desde la perspectiva muy particular de cada persona, lo cual permitió traducir conceptos teóricos en estrategias de diseño aplicables.

A partir de este cruce, fue que surgieron las seis dimensiones del diseño empático:

1. estimulación sensorial y cognitiva,
2. apego al lugar,
3. cohesión social funcionalidad,
4. seguridad y permanencia digna,
5. adaptación a la diversidad.

A partir de estas dimensiones se conformó la estructura metodológica propuesta para orientar el diseño de los parques a lo que se ha denominado empatía con las diversas formas de recreación y descanso para el bienestar de las personas.

De esta forma, el producto final de esta investigación es una metodología de diseño que puede ser aplicada a distintos parques vecinales en contextos urbanos similares. Aunque esta metodología fue desarrollada inductivamente con base en un caso piloto específico, está concebida como una herramienta de aplicación más amplia dentro del campo del diseño urbano para el bienestar.

A continuación, la figura 12 representa de manera gráfica la metodología descrita previamente:



Partiendo del marco introductorio que construye esta parte del documento, derivan cuatro capítulos que exponen los hallazgos de esta investigación. El primer capítulo está dedicado a desarrollar una lectura completa de las necesidades que las personas tienen con relación al parque. Lo anterior implica múltiples fases que van desde la selección del parque que fue tomado como caso de piloto, el diseño de los instrumentos para el diagnóstico, la aplicación de estos instrumentos, y finalmente, el análisis de los resultados obtenidos en la aplicación para el desarrollo de la metodología para su posterior aplicación.

El segundo capítulo plantea como el diseño de parques vecinales, puede adoptar una perspectiva empática, desarrollando los fundamentos conceptuales que esto implica. Este capítulo establece una relación directa con los hallazgos presentados en el primer capítulo, ya que traduce los resultados del diagnóstico en lineamientos y criterios de diseño, mostrando cómo las necesidades y percepciones identificadas en la población de estudio se convierten en la base para construir una propuesta metodológica empática con el bienestar de las personas.

El tercer capítulo presenta la Metodología de Diseño Empático para Parques (MEDEP), como resultado de la integración de los Marcos conceptuales y resultados expuestos en los capítulos anteriores. En este apartado se concretan y organizan las evidencias obtenidas durante el diagnóstico del caso piloto, con la finalidad de transformarlas en un procedimiento metodológico. A lo largo del capítulo, se describe paso a paso cómo se llevó a cabo este proceso en el parque seleccionado, explicando

Figura 12. Metodología de la investigación. Fuente: Elaboración propia.

la manera en que el análisis empírico y la reflexión teórica convergen en una propuesta aplicable y replicable para el diseño de parques con un enfoque empático.

Finalmente, el cuarto capítulo tiene como objetivo explicar de manera sintética el funcionamiento de la Metodología de Diseño Empático para Parques como una herramienta que oriente el proceso de intervención en los parques vecinales con una visión empática con la diversidad de formas de recreación de las personas con un fundamento basado en conocimientos teóricos y empíricos. El objetivo del presente capítulo es explicar la operatividad de la MEDEP.

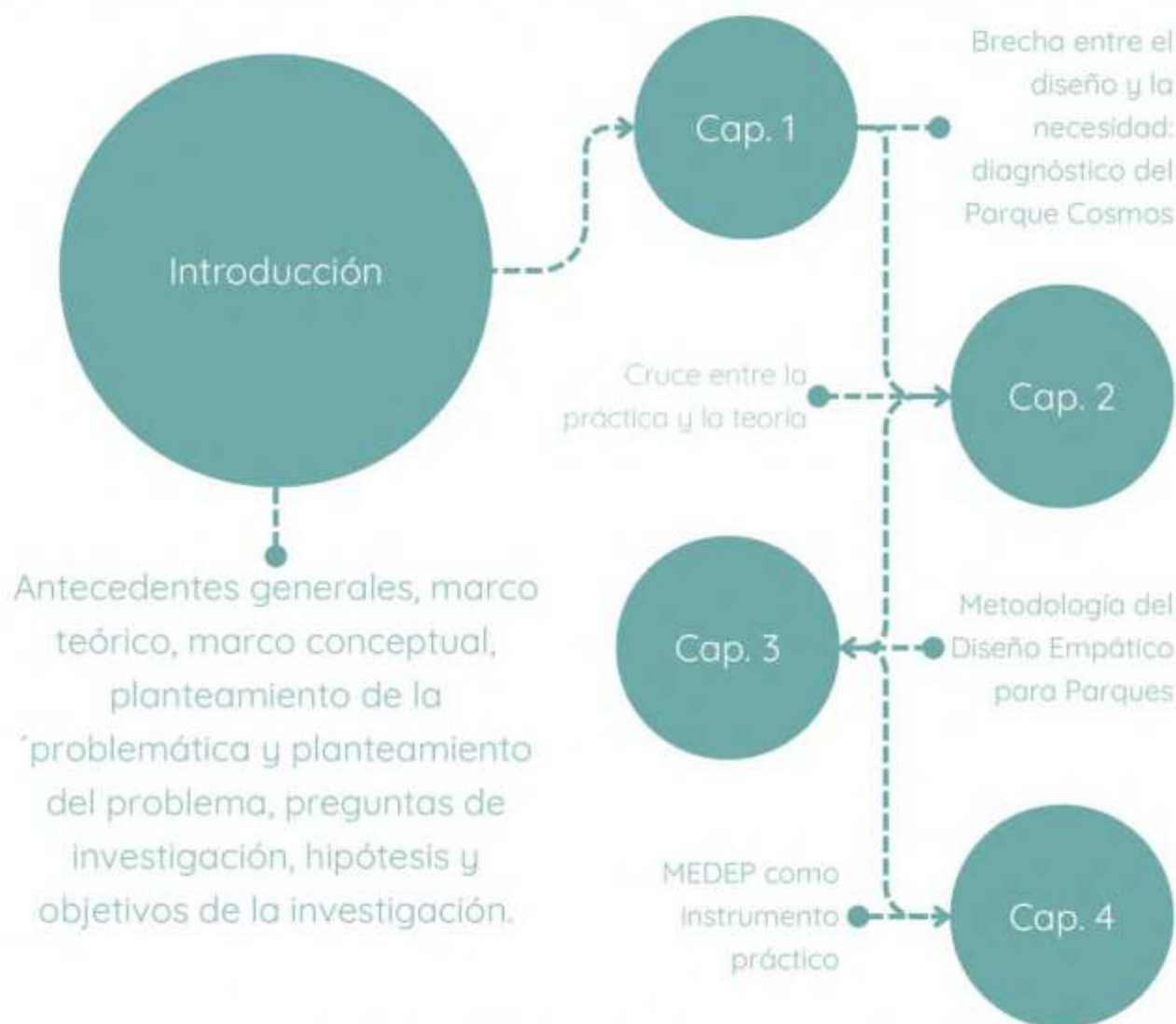


Figura 13. Estructura general de la tesis. Fuente: Elaboración propia.

Brecha entre el diseño
y la necesidad:
diagnóstico del Parque
Cosmos

Capítulo 01



Capítulo 1. Brecha entre el diseño y la necesidad: diagnóstico del Parque Cosmos

1.1 Selección del caso piloto

La elección del parque de la colonia Cosmos como caso piloto responde a una estrategia orientada a construir una base sólida para el desarrollo de una metodología que resulte en propuestas de mejora de este espacio público vecinal con un enfoque que se centre en el bienestar de las personas.

La ubicación del parque elegido tiene la dirección de Cosmos Sur #232, dentro de la Colonia Cosmos,

en la ciudad de Morelia Michoacán (Figura 15), además, para garantizar un acceso a la información contextual ordenado y simplificado, es importante señalar que el caso piloto corresponde al Área Geoestadística Básica con nomenclatura 1605300012054 (Figura 16).

En este sentido, las características de la población del caso Parque Cosmos, pueden sintetizarse en que predomina la población femenina sobre la masculina, además el grupo etario con mayor presencia es la de 30 a 59 años (Figura 14).

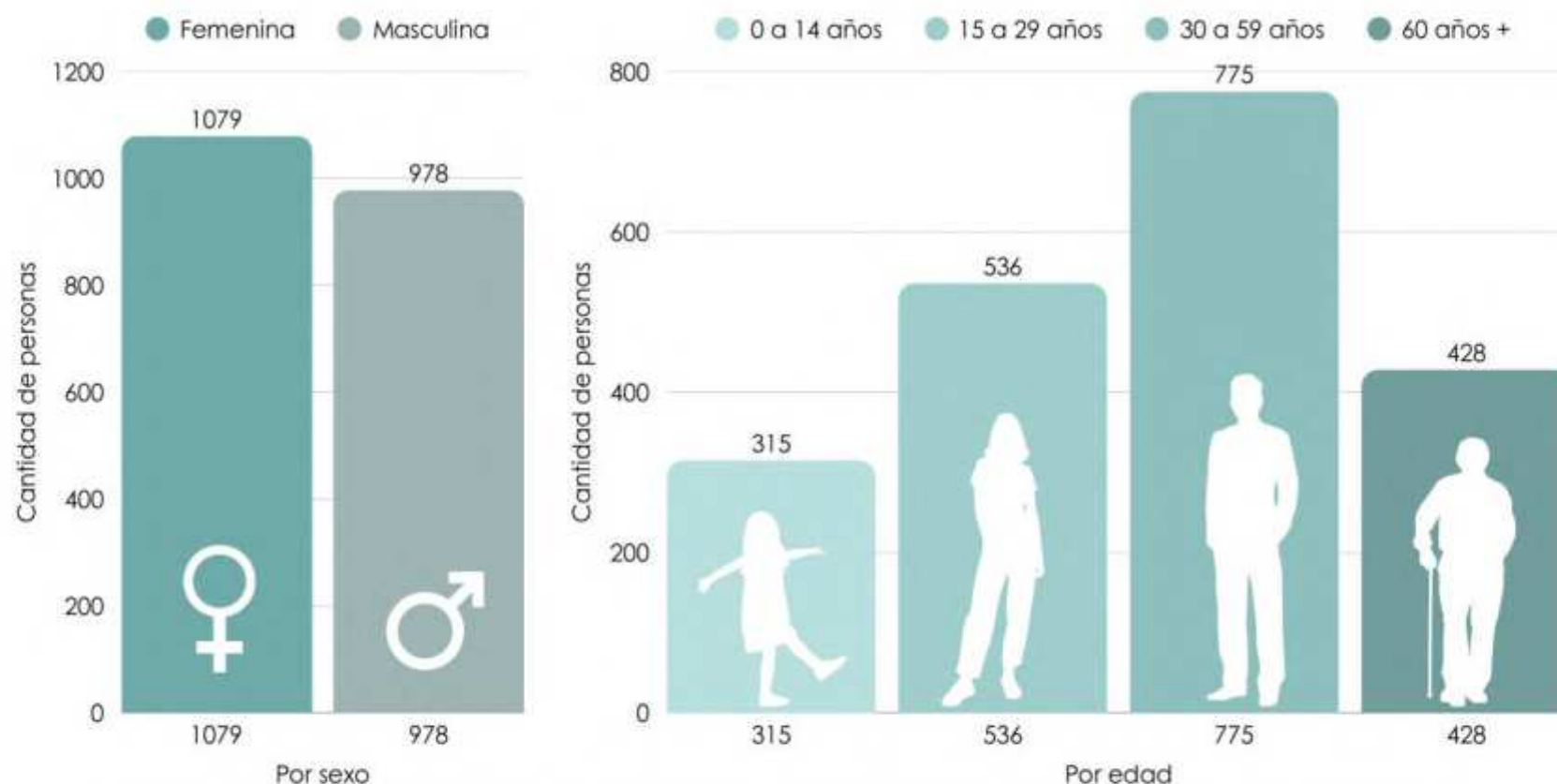


Figura 14. Características de la población, Fuente: Elaboración propia con información obtenida del Inventario Nacional de Vivienda.

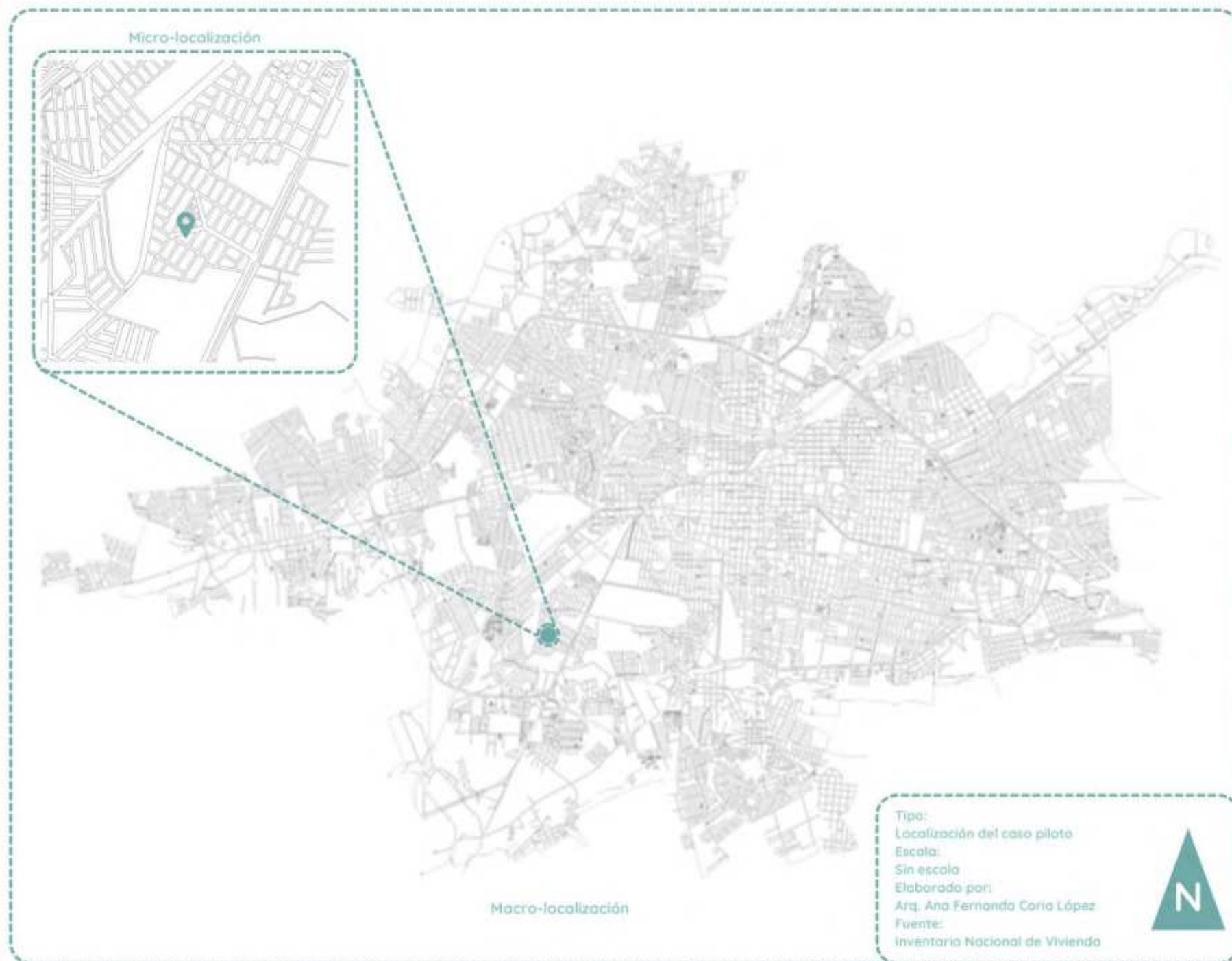


Figura 15. Plano de localización del Parque Cosmos. Fuente: Elaboración propia



Por otro lado, es importante señalar que el parque se localiza en una colonia predominantemente habitacional, con una densidad poblacional medio-alta (Figura 17).

La característica de densidad de población, sugiere una alta demanda potencial de uso, lo cual otorga al parque una función relevante en términos de provisión de espacio abierto para el descanso, recreación y disfrute de quienes habitan en la zona circundante. En contextos densamente habitados, como explica Jan Gehl (2010), los espacios públicos se vuelven aún más significativos, al fungir como extensiones de la vida privada y como plataforma que son necesarias para el bienestar de la población.

Es importante expresar que la zona donde se inserta el parque corresponde a un entorno de nivel socioeconómico medio, que de manera específica se identifican dos tipologías habitacionales:

- 1) Torres de departamentos de 4 niveles con 4 departamentos por nivel, con una superficie aproximada de 65 mts² cada uno, donde evidentemente sus habitantes no disponen de jardín, salvo las áreas verdes comunes que se integran al estacionamiento, pero que no cuentan con mobiliario no son utilizadas para la recreación o esparcimiento.
- 2) Viviendas unifamiliares, predominantemente de dos niveles con entre 200 y 260 mts² y donde los espacios de jardín se han transformado en cocheras o ampliaciones de las casas.

En ambos casos, el área verde de esparcimiento comunitario resulta necesaria por la carencia de espacios privados de recreación y la densidad habitacional del

entorno, lo que genera una alta demanda de uso del parque como espacio de encuentro, descanso y socialización.



Figura 18. Torres de departamentos en el contexto del Parque Cosmos. Fuente: <https://propiedades.com/cosmos-morelia/departamentos>



Figura 19. Vivienda tipo en el contexto del Parque Cosmos. Fuente: <https://www.lamudi.com.mx/michoacan-de-ocampo/morelia/cosmos-3/foreclosures/for-sale/>

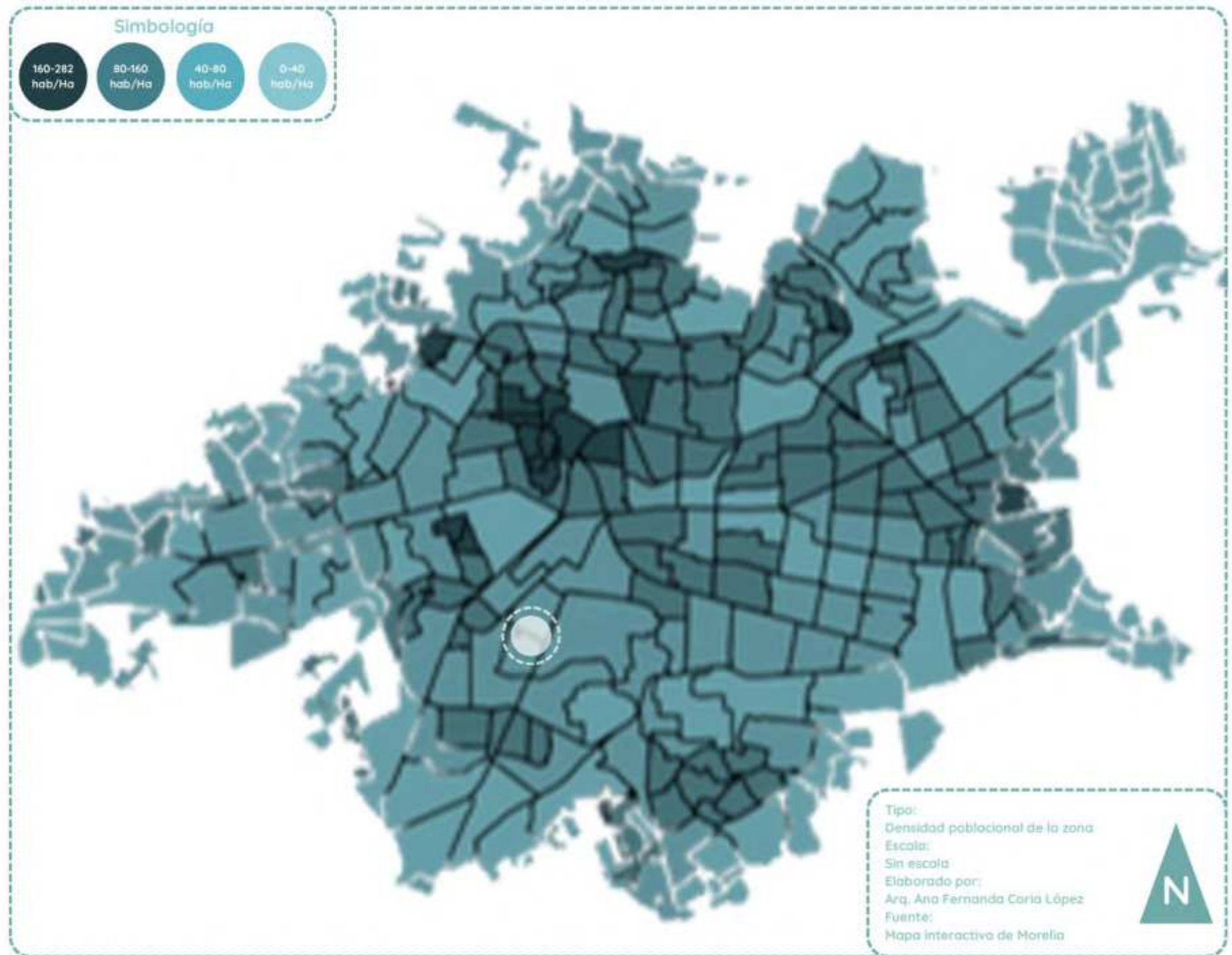


Figura 17. Plano de densidad de población de la zona del caso piloto. Fuente: Elaboración propia

Este tipo de contexto, sin condiciones extremas de marginación ni exclusividad, permite observar con mayor equilibrio las dinámicas sociales, espaciales dimensionales del parque, lo cual favorece la formación de herramientas analíticas y criterios metodológicos que pueda ser posteriormente adaptados a otros entornos con diferentes características. Como señala Flyvberg (2006), los estudios de caso piloto deben seleccionar panoramas que favorezcan la comprensión estructural de los fenómenos, sin verse condicionados por particularidades que en un futuro limiten su replicabilidad.

Desde el punto de vista espacial, el parque cuenta con infraestructura básica (la cual fue analizada a detalle), lo cual permite analizar tanto condiciones materiales existentes como las formas en que éstas se articulan, o no, con las necesidades reales de las personas. Esto representa condiciones intermedias, es decir, que no corresponde a una alta inversión, ni a uno completamente desprovisto, resulta óptima para evaluar de una manera favorable las oportunidades de mejora de diseño desde una perspectiva de bienestar.

Por otro lado, el hecho de que el parque sea utilizado principalmente por los habitantes del entorno inmediato, lo convierte en un caso que ayuda a comprender las relaciones barriales que se generan o interrumpen en torno al espacio público. Según Lynch (1981), los espacios urbanos adquieren sentido no sólo por su configuración física, sí no por la manera en que son recorridos, apropiados y sobre todo narrados por quienes lo habitan.

En el caso del Parque Cosmos se tiene un alto potencial simbólico y funcional, dado que cumple, al menos en teoría, con el papel que se le atribuye a este tipo de equipamiento urbano y que corresponde a estructurar parte de la vida social, es decir propiciar el encuentro y fortalecer los vínculos de convivencia de los habitantes de la colonia.

Con una superficie de aproximadamente 3,638 m², el Parque Cosmos se ubica en la categoría de parque vecinal de escala intermedia, conforme a los criterios establecidos por UN-Habitat y la normatividad nacional (SEDATU, SEMARNAT), que ubican los espacios de este tipo entre 1,000 y 10,000m², permite desarrollar un análisis profundo y viable, lo cual es indispensable en etapas formativas de una propuesta metodológica.



Figura 20. Fotografía de acceso al Parque Cosmos. Fuente: Google Earth Pro

En conjunto, el Parque Cosmos, ofrece un equilibrio entre la relevancia social, condicionantes urbanas observables y viabilidad operativa, lo que lo convierte en un espacio idóneo para funcionar como caso de estudio. Esto permitirá desarrollar conocimientos aplicables a otras realidades urbanas, al mismo tiempo que contribuye a visibilizar las necesidades y potencialidades de los espacios públicos de escala barrial en contextos de uso intensivo y alta demanda cotidiana.

1.2 Desarrollo de instrumentos para el diagnóstico

1.2.1 Encuestas

El primero de los instrumentos clave, para realizar un diagnóstico significativo, de los casos de estudio, es la en-

cuesta[1] con el propósito de tener un panorama sobre la percepción de las personas sobre el parque de su colonia.

Las dimensiones analíticas presentadas a continuación, fueron definidas como categorías a priori, elaboradas a partir de una revisión teórica sobre bienestar psicoemocional, diseño urbano y experiencia del espacio público. Su función fue guiar el diseño de los instrumentos de evaluación aplicados durante el diagnóstico, particularmente en la elaboración de ítems para encuestas. Es importante señalar que estas dimensiones operan como un punto de partida analítico que, posteriormente, fue contrastado con los resultados del diagnóstico y ampliado mediante una integración teórico-empírica.

Dimensión	Descripción	Definición operacional	Ítems propuestos
Restauración psicoemocional	Se refiere a la capacidad del entorno para facilitar la recuperación del estrés, la fatiga emocional y mental (Kaplan & Kaplan, 1989).	El parque ayuda a relajarse, calmarse, sentirse tranquilo o distraído de los problemas.	• Cuando vengo a este parque me siento más tranquilo. • Este parque me ayuda a olvidarme un rato de mis problemas. • Aquí puedo descansar y sentirme mejor. • Cuando estoy triste, venir a este parque me hace sentir un poco más feliz.
Conexión con la naturaleza	Hace referencia al sentimiento de cercanía o integración con elementos naturales como árboles, plantas, animales o el clima (Chiesura, 2004).	El parque tiene vegetación, sombra y permite sentir el contacto con lo natural.	• Me gusta estar aquí porque hay árboles, flores o plantas. • Escuchar los sonidos de la naturaleza (como pájaros) me hace sentir bien. • Este parque tiene muchos lugares verdes donde me gusta estar. • Me siento cerca de la naturaleza cuando juego o camino aquí.
Diseño y usabilidad	Hace referencia a la claridad en la organización del espacio, facilidad de uso, circulación y funcionalidad (Gehl, 2011).	Se puede caminar, jugar y usar el espacio fácilmente, sin sentirse perdido o incómodo.	• Es fácil saber por dónde caminar en este parque. • Todo está bien acomodado para poder jugar o descansar. • Hay lugares donde puedo estar cómodamente sin que estorbe a otras personas. • Puedo usar casi todas las partes del parque sin problema.

[1] Para consultar el formato de encuesta, ver anexo 1

Dimensión	Descripción	Definición operacional	Ítems propuestos
Interacción social y comunidad	Se vincula con el potencial del espacio para facilitar encuentros, convivencia y sentido de pertenencia (Carr et al., 1992).	En el parque se puede ver, conocer y convivir con otras personas.	• Aquí puedo jugar o platicar con otras personas. • Vengo con mi familia o amigos a pasar un buen rato. • Me gusta ver que hay otras personas en el parque. • Este lugar me hace sentir parte de mi colonia.
Estimulación sensorial y cognitiva	Es la capacidad del espacio para activar los sentidos y despertar la curiosidad, la imaginación o el interés (Ulrich, 1984).	El parque tiene colores, sonidos, texturas o elementos que llaman la atención. Ítems propuestos:	• Hay muchas cosas que me llaman la atención en este parque. • Me gusta ver los colores, formas o cosas que hay aquí. • En este lugar hay cosas que me dan ganas de explorar. • Este parque me hace imaginar cosas o pensar en historias.
Identidad y apego	Se refiere al sentido de pertenencia o vínculo emocional con un lugar, generado a través del tiempo, las experiencias y los recuerdos (Hernández et al., 2007).	El parque representa algo importante para quien lo usa; genera orgullo, nostalgia o cariño.	• Este parque es especial para mí. • Me gusta decir que este parque está en mi colonia. • Me siento contento de que este parque sea parte de mi vida. • Tengo buenos recuerdos en este parque.
Dimensión cultural y simbólica	Se relaciona con la presencia de elementos que representan la identidad cultural, valores o historia colectiva (Rishbeth & Powell, 2013).	El parque tiene cosas que me recuerdan a mi cultura, a mi gente o a lo que somos aquí.	• Este parque tiene cosas que me recuerdan a mi colonia o mi ciudad. • Aquí hay símbolos, colores o formas que son de mi cultura. • Me gusta cómo este parque representa lo que somos. • Este lugar me recuerda cosas importantes para mi familia o mi gente.
Inclusión y accesibilidad	Refiere a la posibilidad de que todas las personas, sin distinción de edad, capacidad o condición social, puedan usar el espacio (Imrie, 2012).	El parque puede ser usado por niños, personas adultas mayores, con discapacidades, etc.	• Aquí pueden venir todas las personas, sin importar cómo sean. • Es fácil entrar y moverse por el parque para cualquier persona. • Hay cosas para jugar o descansar para diferentes edades. • Este parque está hecho para todos.

Tabla 2. Definición de dimensiones e ítems para el diseño de la encuesta de diagnóstico. Fuente: Elaboración propia.

1.2.2 Entrevistas

Otra herramienta utilizada, fundamental para la fase de diagnóstico, corresponde a las entrevistas semiestructuradas; con el objetivo de recuperar in-

formación cualitativa sobre las experiencias de las personas en relación con el parque seleccionado como caso de estudio. Para ello, se puntualizó a partir de una serie de preguntas guía que orientaron la conversación sin

restringirla, lo cual permitió que los entrevistados expresaran libremente sus inquietudes, vivencias, necesidades y percepciones sobre el espacio.

La principal virtud de este tipo de entrevistas radica en su carácter flexible, ya que otorga la posibilidad de adaptar en diálogo al perfil de cada entrevistado, así como la posibilidad de explorar temas emergentes que no fueron contemplados inicialmente en el guion.

Las entrevistas fueron grabadas con permiso del entrevistado, y posteriormente se transcribieron para facilitar su procesamiento.

A continuación, se presenta una tabla donde la primera enumera las preguntas que se formularon para tener una guía para conducir la entrevista, y en la segunda columna, explica el uso y relevancia de cada pregunta dentro del carácter cualitativo del diagnóstico.

Pregunta	Justificación
1. ¿Cuál es su nombre?	Permite identificar al entrevistado y registrar su participación de forma personalizada.
2. ¿Qué edad tiene?	Ayuda a contextualizar las respuestas según la etapa de vida del participante.
3. ¿Cuánto tiempo ha vivido en esta colonia?	Brinda información sobre el grado de arraigo y familiaridad del entrevistado con el contexto local.
4. ¿Vive usted cerca del parque (a menos de 10 min caminando)?	Permite saber si la cercanía influye en la frecuencia de uso y percepción del parque.
5. ¿Qué representa para usted este parque en su vida cotidiana?	Explora el valor simbólico y afectivo del parque en la vida cotidiana del usuario.

Pregunta	Justificación
6. ¿Con qué frecuencia lo visita y en qué momentos del día suele hacerlo?	Permite conocer la regularidad y condiciones de uso del espacio público.
7. ¿Qué actividades realiza o le gustaría realizar en este parque?	Identifica los usos actuales o deseados del parque para detectar brechas en el diseño.
8. ¿Cómo se siente emocionalmente al estar en este espacio?	Permite conocer los efectos emocionales del parque en la experiencia del usuario.
9. ¿En algún momento ha dejado de venir al parque por alguna razón? ¿Cuál fue?	Explora factores contextuales o personales que limitan el uso del parque.
10. ¿Siente que este parque está pensado también para personas adultas como usted? ¿Por qué sí o por qué no?	Evalúa si el parque es inclusivo en términos de edad y etapa de vida.
11. ¿Cree que este parque le permite desconectarse del ritmo de vida urbano o del estrés diario? ¿De qué forma?	Indaga si el parque cumple funciones restaurativas ante el estrés urbano.
12. ¿Qué tan fácil o difícil le resulta encontrar un espacio tranquilo dentro del parque para descansar o simplemente estar sin hacer nada?	Permite valorar si existen zonas de descanso efectivas para el bienestar.
13. ¿Qué tipo de mobiliario o espacio desearía encontrar aquí para sentirse más cómodo/a o incluido/a?	Explora el grado de confort y adecuación del mobiliario existente.
14. ¿Cómo sería para usted un parque vecinal que realmente tomara en cuenta sus necesidades personales o familiares?	Indaga en las expectativas que tienen los usuarios respecto al diseño ideal.

Pregunta	Justificación
15. Si pudiera proponer un cambio concreto en este parque para hacerlo más acogedor o útil para usted, ¿Cuál sería?	Permite recoger propuestas directas que reflejan necesidades concretas.
16. ¿Cree que otras personas como usted también se sienten tomadas en cuenta en este parque?	Evalúa la percepción de inclusión de otros perfiles de usuarios diversos.
17. ¿Hay algo más que quiera compartir sobre cómo vive este parque o sobre cómo le gustaría que fuera?	Ofrece un espacio libre para expresar vivencias o necesidades no abordadas en las preguntas anteriores.

Tabla 3. Explicación del guion de entrevista por pregunta. Fuente: Elaboración propia.

1.2.3 Caracterización espacial del parque

Con la finalidad de contrastar la configuración actual que tiene el Parque Cosmos, con lo que vecinos y usuarios expresaron requerir o desear, se realizó una caracterización espacial a partir del levantamiento directo in situ. Este ejercicio implicó dos fases complementarias, en primer lugar, la elaboración de un plano detallado que muestra aspectos de ubicación y tipo de mobiliario y/o equipo, áreas que componen el parque, andadores, vegetación, áreas pavimentadas, y cualquier otro elemento que lo caracteriza. En segundo lugar, se llevó a cabo un registro fotográfico que documenta visualmente las características físicas, el estado de conservación y los aspectos relevantes del espacio.

La caracterización espacial del parque permite visualizar la distribución de zonas y usos, pero, sobre todo, constituye un lienzo sobre el cual se sitúan los hallazgos detectados en las dos fases previas de diagnóstico.

1.3 Aplicación de los instrumentos para el diagnóstico

1.3.1 Aplicación de encuestas

Con la intención de que el levantamiento de encuestas sea realmente representativo, se calculó la muestra, teniendo en cuenta un panorama deseable por sexo y grupo etario. Para la población en la zona circundante al Parque Cosmos, con un nivel de confiabilidad del 95% y un margen de error del $\pm 9.01\%$, el tamaño de la muestra total fue de 112 personas. Las cuales se distribuyeron de la siguiente manera:



Figura 21. Cálculo de la muestra para el Parque Cosmos. Fuente: Elaboración propia.

Los datos obtenidos a partir de las encuestas fueron procesados y analizados con apoyo del software JASP,

donde se generaron estadísticos descriptivos como frecuencias, porcentajes y medias, así como correlaciones de Pearson y análisis de varianza (ANOVA), a continuación, se presentan los resultados obtenidos:

1.3.1.1 Caracterización general de la población

El grupo etario con mayor representación fue el de 30 a 59 años, con 56 personas (50%). Le sigue el grupo de 15 a 29 años, con 32 (28.57%), mientras que el grupo con menor participación fue el de mayores de 60 años, con 24 personas (21.42%). En cuanto al sexo, la mayoría de las personas encuestadas se identificaron como mujeres con 70 personas (62.5%), seguidas por hombres con 39 personas (34.82%), y en menor porción, 3 personas respondieron "otro" (2.67%) (Tabla 4).

Edad	Número	Porcentaje
15-29 años	32	28.571
30-59 años	56	50
60 años y más	24	21.429
Total	112	100
70 mujeres (62.5%)	39 hombres (34.8%)	3 otro (2.6%)

Tabla 4. Caracterización general de la población. Fuente: Elaboración propia.

El análisis de los estadísticos descriptivos explica que la mayoría de las personas que visita el parque, independientemente de la frecuencia, pertenecen a los grupos etarios de 30 a 59 años y mayores de 60 años. Esto se refleja en las medias de edad[1], las cuales oscilan entre los 2.583 y 3.500, lo que corresponde principalmente a adultos y adultos mayores (Tabla 5).

Variable	Frecuencia de visita	Válido	Media
Edad	Nunca	12	2.583
Edad	Ocasionalmente	59	2.864
Edad	1 vez al mes	7	3.000
Edad	2 veces por mes	4	3.500
Edad	1 vez a la semana	16	3.000
Edad	Diariamente	14	3.214

Tabla 5. Distribución de edad en cuanto a su visita al parque. Fuente: Elaboración propia.

Resulta importante señalar que a medida que aumenta la frecuencia de visita, aumenta también la edad promedio, lo que indica que las visitas más frecuentes (como una vez por semana o diariamente) son realizadas en su mayoría por personas mayores. Las cifras revelan que las personas que nunca o rara vez asisten pertenecen principalmente a los grupos de 15 a 29 años; lo que pudiera explicarse en función de que este sector etario suele priorizar actividades

[1] Estos valores no representan edades en años, sino promedios numéricos asignados a rangos de edad (1=niños, 2 = jóvenes, 3 = adultos, 4 = adultos mayores).

de recreación vinculadas a contextos distintos al parque vecinal, como centros comerciales, espacios digitales o de socialización más amplios. Asimismo, los jóvenes suelen presentar una carga académica y laboral que limita su tiempo disponible, además de una menor percepción de la utilidad del parque como espacio de descanso o encuentro, en comparación con los adultos mayores, quienes valoran más estos entornos como lugares accesibles para la convivencia, el ejercicio ligero o la restauración emocional. En cuanto al sexo, se observa una ligera predominancia femenina en todos los rangos de frecuencia, las medias^[1] oscilan entre los 1.500 y 1.857 (Tabla 6).

Variable	Frecuencia de visita	Válido	Media	Desviación típica
Sexo	Nunca	12	1.583	515
Sexo	Ocasionalmente	59	1.678	507
Sexo	1 vez al mes	7	1.857	378
Sexo	2 veces por mes	4	1.500	577
Sexo	1 vez a la semana	16	1.625	500
Sexo	Diariamente	14	1.786	699

Tabla 6. Distribución de sexo en cuanto a su visita al parque. Fuente: Elaboración propia.

En conjunto estos datos sugieren que los parques son utilizados principalmente por mujeres adultas y mayores.

[1] Estos valores representan promedios numéricos asignados al sexo (1=Hombre, 2=Mujer, 3=Otro)

1.3.1.2 Correlación entre el bienestar y las dimensiones de diagnóstico

Una parte del análisis de los resultados del levantamiento de encuestas es la correlación de Pearson que, ilustra la relación entre el bienestar auto percibido de las personas y las diversas dimensiones de diagnóstico del parque (Tabla 7)

Variable dependiente	Variable independiente	R de Pearson	p
Bienestar	Restauracion psicoemocional	.236	.012
Bienestar	Conexion con la naturaleza	.268	.004
Bienestar	Diseño y usabilidad	.206	.030
Bienestar	Interaccion social y comunidad	.320	< .001
Bienestar	Estimulación sensorial y cognitiva	.235	.013
Bienestar	Identidad y apego	.315	< .001
Bienestar	Dimension cultura y simbolica	.332	< .001
Bienestar	Inclusion y accesibilidad	.093	.329

Tabla 7. Correlación de Pearson entre el bienestar y las dimensiones de análisis. Fuente: Elaboración propia.

Con el propósito de facilitar la interpretación de las relaciones entre las variables analizadas, se presenta un mapa "de calor" que representa gráficamente los coeficien-

tes de correlación de Pearson obtenidos en la tabla anterior. Esta visualización permite identificar de manera más clara y rápida los grados de asociación entre las distintas dimensiones del diagnóstico y el bienestar percibido. Los colores del mapa reflejan la intensidad de las correlaciones, mientras más intenso es el color más alto es la relación entre variables (Figura 22).

Se destaca que el bienestar percibido se relaciona de forma significativa con diversas dimensiones del parque, sobresaliendo la dimensión cultural y simbólica ($r = .33$, $p < .05$), seguida por la interacción social y comunidad y la identidad de apego. Esto pone en evidencia que, para las personas el bienestar no depende exclusivamente de aspectos funcionales del espacio, sino que se ve fuertemente influido por la presencia de elementos simbólicos, la posibilidad de generar vínculos afectivos con el lugar y el fomento de relaciones interpersonales significativas.

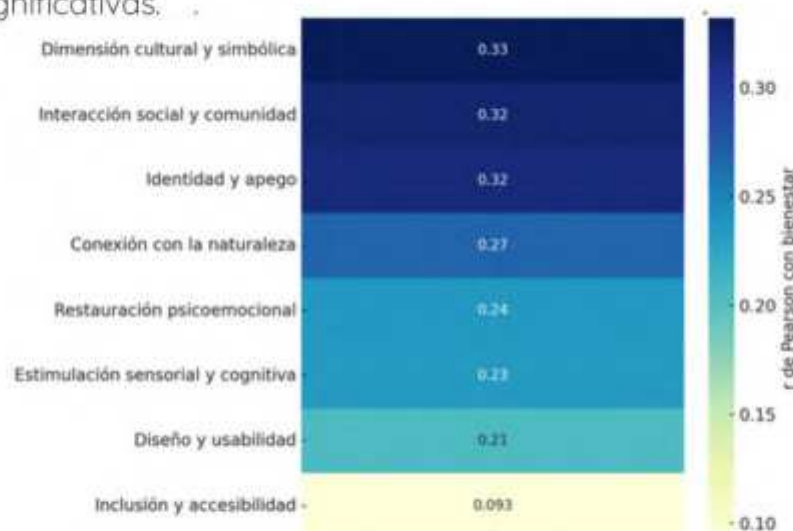


Figura 22. Mapa de calor: Correlación entre el bienestar y las dimensiones de análisis. Fuente: Cortesía Dra. Fabiola González Betanzos.

1.3.1.4 Diferencias entre la frecuencia de visita al parque y las dimensiones de diagnóstico

Con respecto a los resultados de análisis de varianza (ANOVA), existen diferencias significativas entre los niveles de bienestar percibido y la frecuencia con la que las personas visitan el parque. Asumiendo que la relación con el espacio incide de manera diferenciada, en la experiencia de las dimensiones con respecto al diagnóstico el parque.

En primer lugar, se realizó un análisis de varianza de un factor para examinar las diferencias en la restauración psicoemocional según la frecuencia de visita al parque. Los resultados mostraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, $F(5, 106) = 11.99$, $p < .001$, con un tamaño del efecto grande ($\eta^2 = .361$) (Tabla 8). Estos datos indican que los niveles percibidos de restauración emocional varían en función de la frecuencia de visita, aunque, el análisis no permite establecer relaciones causales; se observa una tendencia, entre quienes visitan el parque con mayor frecuencia y los niveles más altos de restauración, que podría reflejar una mayor familiaridad, comodidad o identificación con el entorno.

ANOVA - Restauración psicoemocional						
Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
Visita	19.186	5	3.837	11.990	< .001	.361
Residuals	33.925	106	.320			
Nota. Suma de Cuadrados Tipo III						

Tabla 8. Análisis de varianza entre las visitas al parque y la restauración psicoemocional. Fuente: Elaboración propia.

A continuación, se presenta un gráfico (Figura 23) de tipo nube con lluvia que permite visualizar de manera gráfica lo que el análisis ANOVA arrojó; a fin de expresar de manera más intuitiva cómo varía la percepción del bienestar emocional en función de la intensidad en el uso del parque.

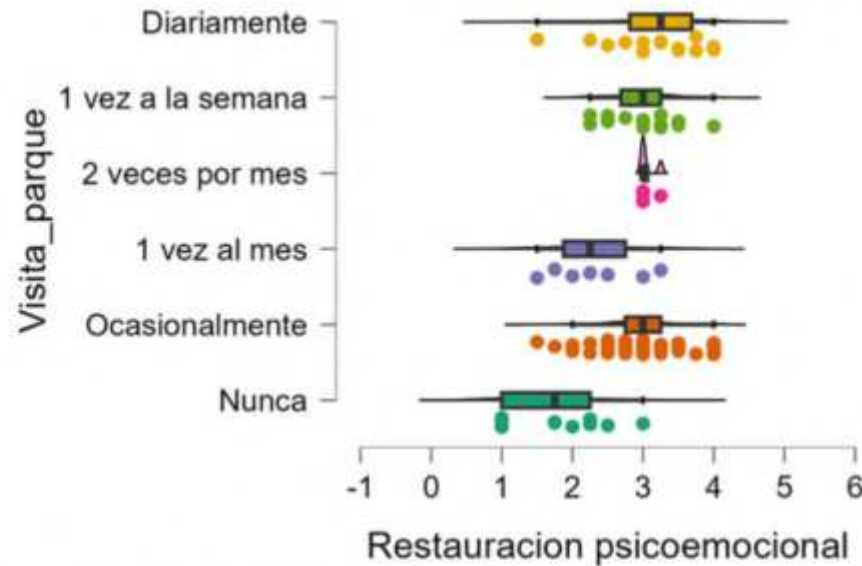


Figura 23. Gráfico tipo nube con lluvia; Visita al parque - Restauración psicoemocional. Fuente: Elaboración propia.

Con respecto a los resultados del análisis de varianza (ANOVA) aplicado a la dimensión de conexión con la naturaleza, con el propósito de determinar, si la frecuencia de visita al parque influye significativamente en la percepción de vínculo con el entorno natural; los resultados mostraron diferencias entre los grupos, $F(5, 106) = 7.652$, $p = <.001$, con un tamaño del efecto moderado ($\eta^2 = .265$). Este análisis permite identificar que, el uso más constante del espacio verde, puede asociarse con una mayor sensación de conexión ambiental por parte de los usuarios (Tabla 9).

ANOVA - Conexión con la naturaleza						
Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
Visita	17.039	5	3.408	7.652	< .001	.265
Residuals	47.208	106	.445			

Nota: Suma de Cuadrados Tipo III

Tabla 9. Análisis de varianza entre las visitas al parque y la conexión con la naturaleza. Fuente: Elaboración propia.

Como en el caso anterior, se presenta el gráfico (Figura 24) tipo nube con lluvia que brinda una representación más intuitiva:

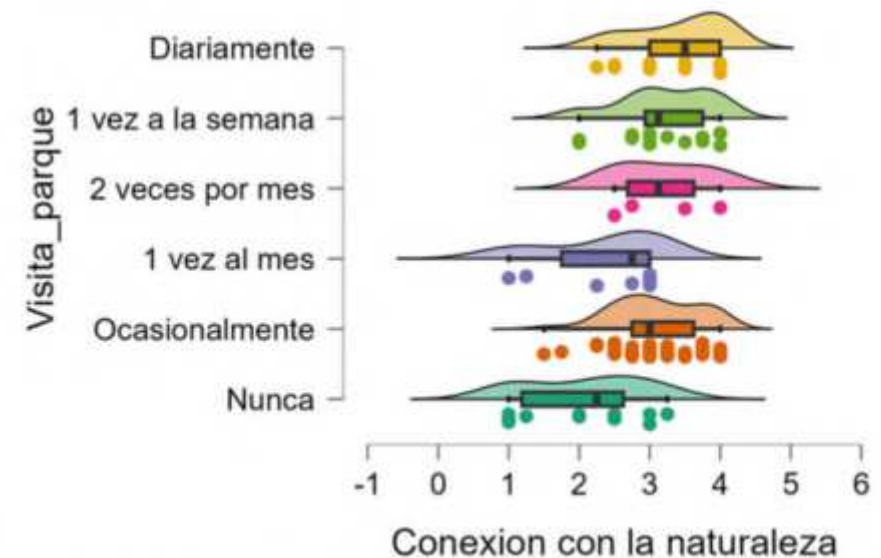


Figura 24. Gráfico tipo nube con lluvia; Visita al parque - Conexión con la naturaleza. Fuente: Elaboración propia.

En la dimensión de diseño y usabilidad, se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, $F(5, 106) = 3.19$, $p = .010$, con un tamaño del efecto pequeño a moderado ($\eta^2 = .131$). Esto indica que existen variaciones

en la percepción de la funcionalidad y adecuación del parque, en función de la frecuencia de uso (Tabla 10). Aunque las diferencias son significativas, el tamaño del efecto sugiere que otros factores no medidos podrían estar influyendo en esta percepción, por lo que estos hallazgos deben considerarse con mesura.

ANOVA - Diseño y usabilidad						
Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
Visita	7.915	5	1.583	3.193	.010	.331
Residuals	52.553	106	.496			
Nota. Suma de Cuadrados Tipo III						

Tabla 10. Análisis de varianza entre las visitas al parque y el diseño y usabilidad. Fuente: Elaboración propia.

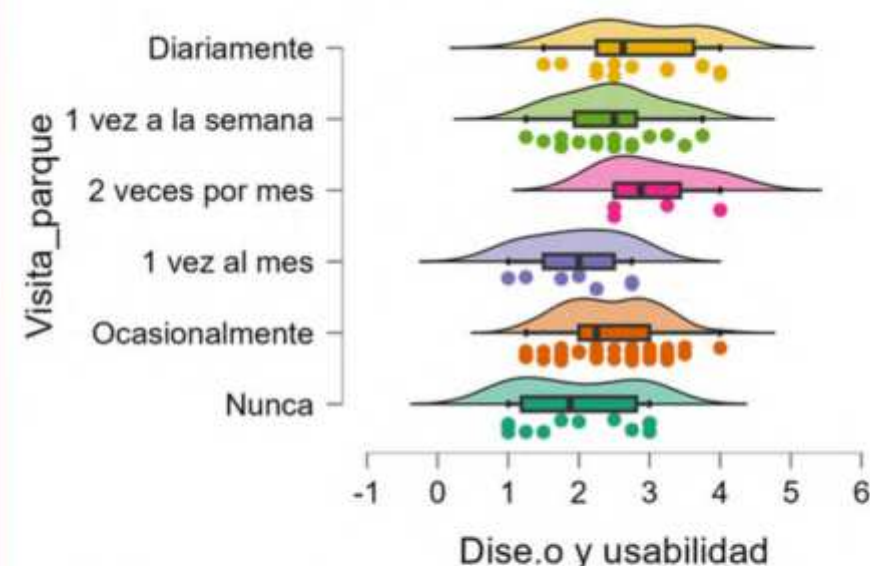


Figura 25. Gráfico tipo nube con lluvia: Visita al parque - Diseño y usabilidad. Fuente: Elaboración propia.

El análisis de varianza para la dimensión de interacción social y comunidad, reveló diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, $F(5, 106) = 10.05$, $p < .001$, con un tamaño del efecto grande ($\eta^2 = .321$). Esto indica que la percepción del parque como espacio de convivencia social varía según la frecuencia de visita. Sin embargo, estos resultados deben interpretarse en términos de asociación, no de causalidad. Es posible que quienes acuden más frecuentemente perciban mayores oportunidades de interacción, o bien que quienes valoran esa interacción tiendan a acudir más, lo cual requiere investigación complementaria para aclarar la dirección de esta relación (Tabla 11).

ANOVA - Interacción social y comunidad						
Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
Visita	19.063	5	3.813	10.045	< .001	.321
Residuals	40.235	106	.380			
Nota. Suma de Cuadrados Tipo III						

Tabla 11. Análisis de varianza entre las visitas al parque y la interacción social y comunidad. Fuente: Elaboración propia.

Como en las demás análisis de varianza, a continuación se presenta la representación gráfica de tipo nube con lluvia para representar de manera simplificada la información que se presentó previamente (Figura 26).

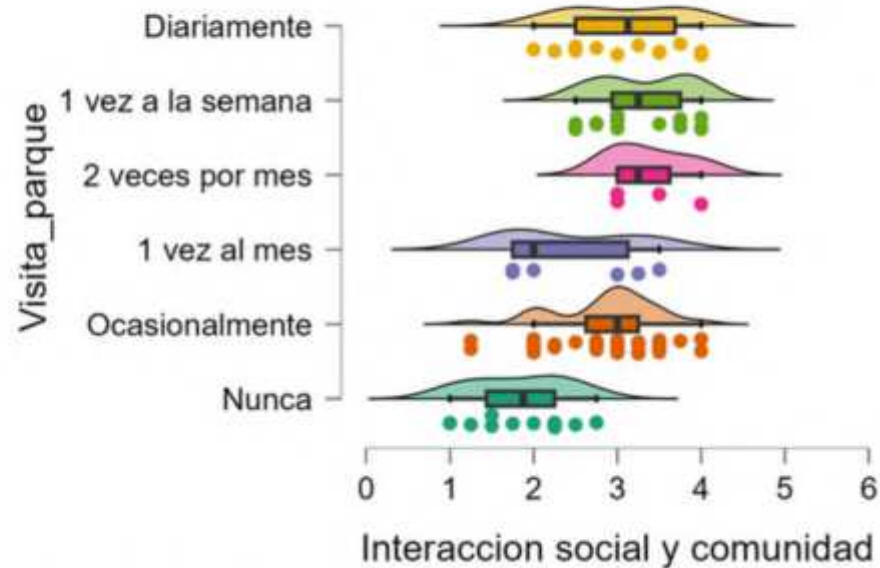


Figura 26. Gráfico tipo nube con lluvia: Visita al parque - Interacción social y comunidad. Fuente: Elaboración propia.

Se identificaron diferencias estadísticamente significativas en la dimensión de estimulación sensorial y cognitiva según la frecuencia de visita al parque, $F(5, 106) = 6.30$, $p < .001$, con un tamaño del efecto moderado ($\eta^2 = .229$). Estos resultados indican que la percepción de estímulos sensoriales y cognitivos varía entre los distintos grupos. No obstante, no puede afirmarse que una mayor frecuencia de visita potencie esta estimulación, sino que ambos fenómenos podrían estar asociados sin una relación de causa-efecto directa (Tabla 12).

Y, posteriormente, se presenta el gráfico (Figura 27) tipo nube con lluvia que brinda una representación más intuitiva:

ANOVA - Estimulación sensorial y cognitiva						
Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
Visita	14.210	5	2.842	6.302	< .001	.229
Residuals	47.805	106	.451			

Nota: Suma de Cuadrados Tipo III.

Tabla 12. Análisis de varianza entre las visitas al parque y la estimulación sensorial y cognitiva. Fuente: Elaboración propia.

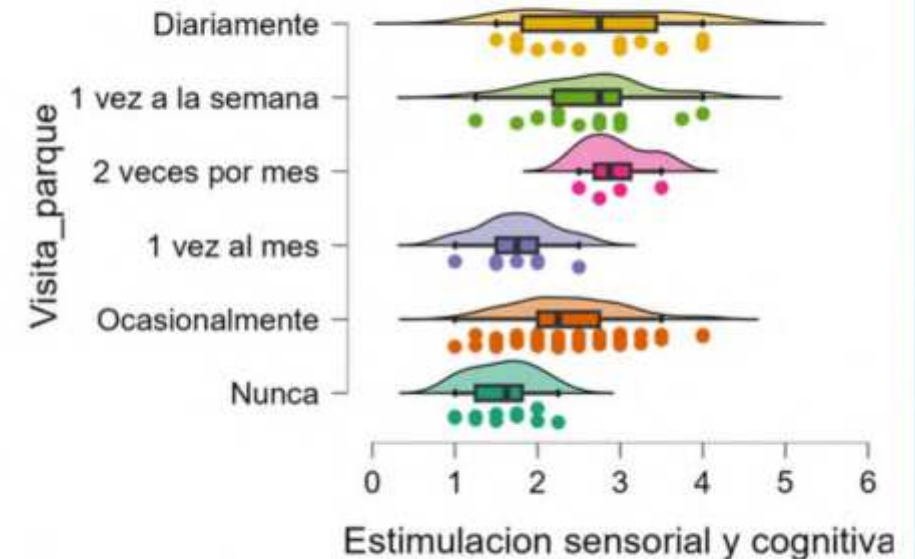


Figura 27. Gráfico tipo nube con lluvia: Visita al parque - Estimulación sensorial y cognitiva. Fuente: Elaboración propia.

En la dimensión de identidad y apego se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, $F(5, 106) = 12.91$, $p < .001$, con un tamaño del efecto grande ($\eta^2 = .378$). Los resultados sugieren que la sensación de pertenencia y el vínculo emocional con el parque varían según la frecuencia de uso. Sin embargo, al tratarse de un

análisis no experimental, no puede concluirse que la frecuencia de visita sea la causa del apego; es igualmente posible que el apego motive visitas más frecuentes. La asociación observada destaca la relevancia de esta dimensión en la experiencia del usuario, pero debe ser complementada con evidencia cualitativa o longitudinal para comprender su origen (Tabla 13).

ANOVA - Identidad y apego						
Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
Visita	33176	5	6635	12.906	< .001	.378
Residuals	54497	106	.514			
Nota: Suma de Cuadrados Tipo III						

Tabla 13. Análisis de varianza entre las visitas al parque e Identidad y apego.
Fuente: Elaboración propia.

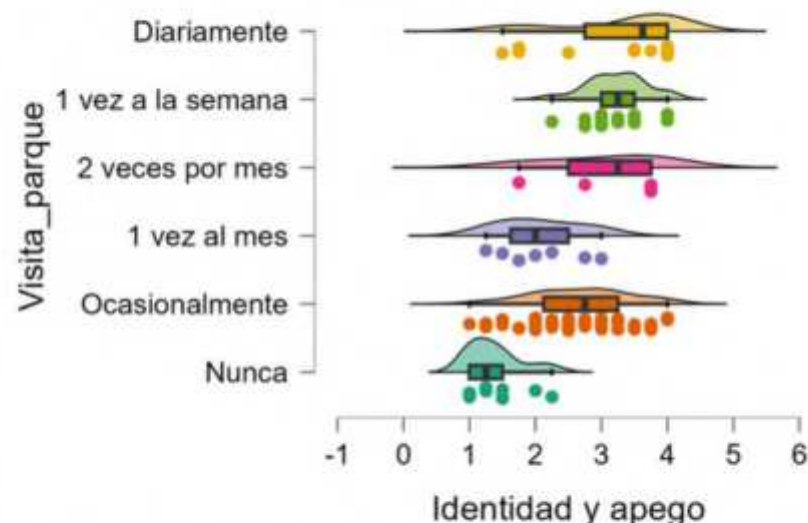


Figura 28. Gráfico tipo nube con lluvia: Visita al parque - Identidad y apego.
Fuente: Elaboración propia.

El análisis ANOVA mostró diferencias significativas en la percepción de la dimensión cultural y simbólica del parque, $F(5, 106) = 5.84$, $p < .001$, con un tamaño del efecto moderado ($\eta^2 = .216$). Esto indica que las percepciones sobre los aspectos simbólicos, patrimoniales o culturales del espacio varían entre grupos con distinta frecuencia de visita. Aunque los resultados son estadísticamente significativos, el tamaño del efecto sugiere una influencia moderada, y no se puede asumir que la frecuencia de uso determine una mayor valoración cultural, sino que puede tratarse de una relación mutua o mediada por otros factores como el conocimiento del entorno o la historia del lugar (Tabla 14).

ANOVA - Dimensión cultura y simbólica						
Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
Visita_parque	17.294	5	3.459	5.838	< .001	.216
Residuals	62.804	106	.592			
Nota: Suma de Cuadrados Tipo III						

Tabla 14. Análisis de varianza entre las visitas al parque y la dimensión cultural y simbólica. Fuente: Elaboración propia.

Al igual que en los demás análisis de varianza realizados, en este apartado se incluye una representación gráfica en formato de nube con lluvia, la cual permite visualizar de manera más clara y sintética la información previamente expuesta (Figura 29).

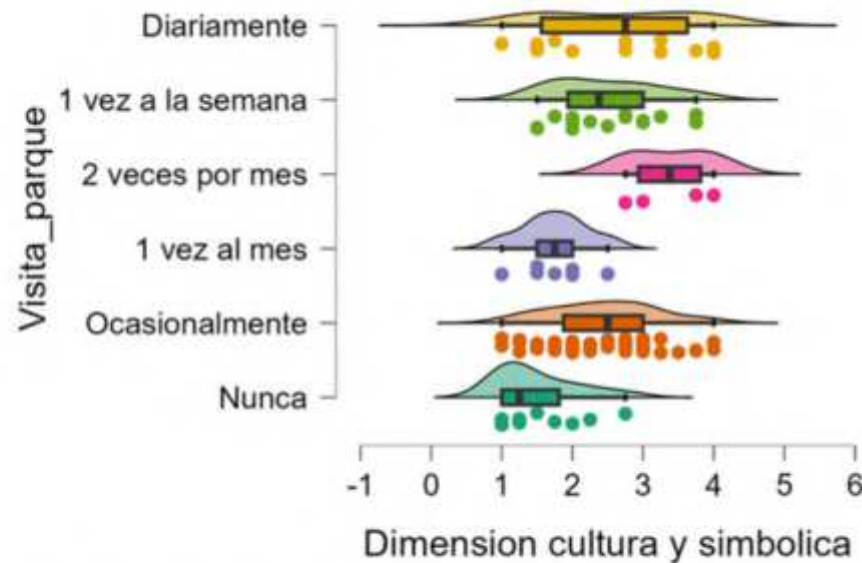


Figura 29 Gráfico tipo nube con lluvia: Visita al parque - Dimensión cultural y simbólica. Fuente: Elaboración propia.

Finalmente, el análisis de la dimensión de inclusión y accesibilidad también arrojó diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, $F(5, 106) = 2.48$, $p = .036$, aunque con un tamaño del efecto pequeño ($\eta^2 = .105$). Esto indica que hay una variación leve en cómo distintos grupos perciben la inclusión y accesibilidad del parque, según su frecuencia de visita. Si bien el resultado es estadísticamente significativo, su impacto práctico es limitado, y debe interpretarse con prudencia. Es posible que esta dimensión no esté tan fuertemente asociada con el uso habitual, o que su percepción esté influida por factores externos como condiciones físicas, edad o movilidad (Tabla 15).

Posteriormente, se muestra el gráfico tipo nube con lluvia correspondiente para este último análisis de varianza (Figura 30).

ANOVA - Inclusión y accesibilidad						
Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
Visita	7.622	5	1.524	2.482	.36	.105
Residuals	65.108	106	.614			

Nota. Suma de Cuadrados Tipo III

Tabla 15. Análisis de varianza entre las visitas al parque y la inclusión y accesibilidad. Fuente: Elaboración propia.

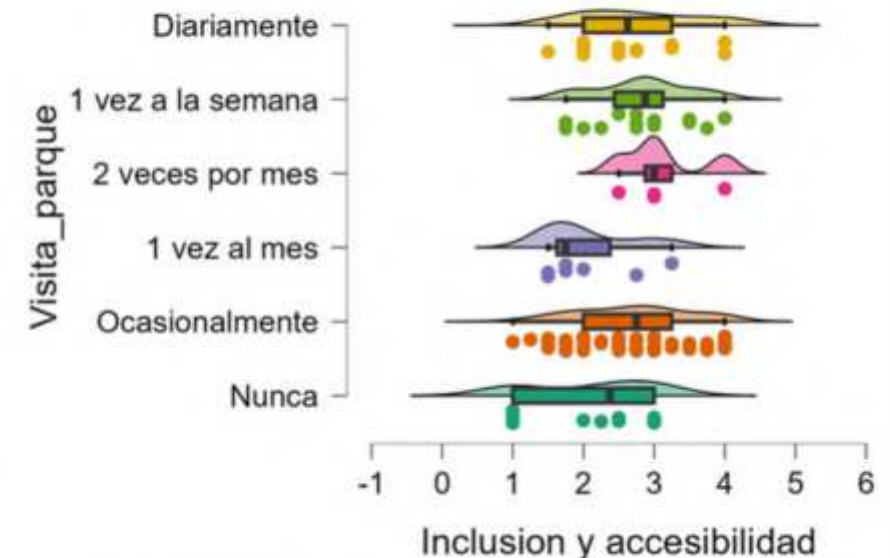


Figura 30. Gráfico tipo nube con lluvia: Visita al parque - Inclusión y accesibilidad. Fuente: Elaboración propia.

Los análisis de varianza realizados permitieron identificar diferencias estadísticamente significativas en todas las dimensiones evaluadas, en función de la frecuencia con la que las personas visitan el parque. Aunque no es posible establecer relaciones causales, los resultados muestran asociaciones consistentes entre el uso más frecuente del

espacio y una mayor valoración de aspectos como la restauración psicoemocional, el apego al lugar y la interacción social, dimensiones que presentaron los tamaños del efecto más elevados.

Para facilitar la comprensión comparativa de estos hallazgos, se elaboró un mapa "de calor" que sintetiza visualmente el impacto de cada dimensión a través del valor de η^2 (tamaño del efecto). Esta representación gráfica permite observar con claridad cuáles dimensiones presentan mayor variabilidad entre los grupos y, por tanto, pueden considerarse prioritarias en términos de diseño e intervención del espacio (Figura 31).



Figura 31. Mapa de calor: Tamaño del efecto η^2 por dimensión. Fuente: Elaboración propia.

1.3.2 Aplicación de entrevistas

Con la finalidad de profundizar más allá de los aspectos estadísticos, de orden cuantitativo, a través de las entrevistas se pretende identificar aspecto de orden cuali-

tativo que permita explicar algunas de las tendencias o relaciones identificadas estadísticamente. Para explicar el reporte general de resultados de las entrevistas aplicadas, los resultados se sintetizan en la tabla 16.

Nombre	Edad	Tiempo en la colonia	Distancia al parque	Uso actual del parque
Maria Gavito	39	15 años	2 cuadras	Ejercicio con vecinas, con sus hijos y pareja, además organiza actividades infantiles en la colonia para niños
Maria de la Paz	65	33 años	5 minutos	Clases de yoga, se encarga de la gestión del parque
Celina Reyes	54 años	42 años	2 cuadras	Uso de paso principalmente, a veces va a platicar con amigas vecinas

Nombre	Edad	Tiempo en la colonia	Distancia al parque	Uso actual del parque
Stephanie Zapata	30 años	7 meses	5 minutos	No usa el parque

Tabla 16. Perfil de las personas entrevistadas. Fuente: Elaboración propia.

La primera pregunta que se les hizo fue orientada hacia saber qué significado tiene el parque en la vida cotidiana de cada individuo, los resultados son los siguientes:

-  **Gavito y de la Paz** lo ven como espacio activo y organizativo (ejercicio comunitario, socialización).
-  **Celina** lo considera un espacio de paso que permite descanso y charla con vecinas.
-  **Stephanie** lo valora como elemento paisajístico y con potencial, pero aún no lo incorpora activamente por barreras como la inseguridad nocturna.

Figura 32. Significado que tiene el parque en la vida cotidiana de cada entrevistada. Fuente: Elaboración propia.

Con relación a las emociones que las personas entrevistadas reportan tener en el parque se destacan las siguientes:

Emociones positivas	Emociones negativas
Tranquilidad entre árboles (Celina, Stephanie)	Miedo a balonazos (Gavito, Celina)

Emociones positivas	Emociones negativas
Comunidad y familiaridad (de la Paz)	Incomodidad por miradas masculinas durante yoga (de la Paz, Gavito)
Frescura, verdor (Stephanie)	Inseguridad nocturna por falta de iluminación y consumo de alcohol (Stephanie)

Tabla 17. Emociones de las entrevistadas con relación al parque. Fuente: Elaboración propia.

Durante las entrevistas se detectaron problemas que las entrevistadas expresaron (Tabla 18).

Problema	Entrevistadas que lo mencionan
Solo una entrada al parque, rodeo necesario para ingresar	Gavito, Stephanie
Terreno rugoso, tropiezos para adultos mayores	Celina
Imposibilidad de usar silla de ruedas o bastón	Gavito, de la Paz, Celina
Falta de iluminación nocturna	Stephanie
Dinámicas de consumo de alcohol cerca del parque	Stephanie

Tabla 18. Problemas que las entrevistadas detectan. Fuente: Elaboración propia.

De la misma forma, las entrevistadas manifestaron necesidades que desde su perspectiva eran importantes para el diseño del parque (Tabla 19).

Necesidad	Observaciones
Bancas cómodas con respaldo y sombra	Celina menciona que las actuales son incómodas cubos de concreto.
Espacios delimitados para actividades específicas	Yoga, patinaje, caminata (Gavita, de la Paz, Stephanie).
Iluminación adecuada	Urgente para activar el parque en horario vespertino.
Andadores y caminos accesibles	Especialmente alrededor del parque (Gavita, Celina).
Contención visual (pantallas verdes)	Para evitar exposición a miradas externas (Stephanie y de la Paz).
Kiosco o espacio de convivencia	De la Paz sugiere su construcción como zona social.
Mirador en tanque elevado	Stephanie propone aprovechar estructuras existentes.
Juegos para todas las edades	Gavita menciona exclusividad actual de juegos para +7 años.

Tabla 19. Necesidades detectadas por las entrevistadas. Fuente: Elaboración propia.

Durante el diagnóstico, se detectaron usos que actualmente ya tiene el parque, así como posibilidades de uso que las entrevistadas podían visualizar (Tabla 20).

Actividades actuales/posibles	Comentarios clave
Ejercicio con tapetes/yoga	Común entre mujeres adultas, pero obstaculizado por miradas y basura
Caminatas y charlas	Celina y de la Paz lo usan como lugar de interacción tranquila
Mirador para ver el atardecer	Propuesta de Stephanie para resignificar estructuras existentes
Activación nocturna	Deseada por Stephanie; requiere iluminación y control ambiental
Estimulación multisensorial (jardines temáticos)	Stephanie propone modelo tipo "Parque de los Pies Descalzos" en Medellín.

Tabla 20. Actividades actuales y posibles en el parque. Fuente: Elaboración propia.

Por medio del análisis de los hallazgos recuperados de las entrevistas, pudo hacerse una detección de patrones o similitudes de opinión con relación a los obstáculos a las que se enfrentan las personas entrevistadas (Tabla 21).

Patrones detectados	Entrevistadas
Mal diseño de juegos para infancias pequeñas	Gavita, indirectamente compartido por todas
Necesidad de zonas separadas por actividad	Gavita, de la Paz, Celina, Stephanie
Incomodidad de mujeres durante el yoga	Gavita, de la Paz
Falta de accesibilidad universal	Gavita, de la Paz, Celina, Stephanie
Carencia de iluminación	Stephanie (pero relevante para las demás al limitar horarios)
Falta de espacios restauradores	Todas mencionan dificultad para lograr desconexión emocional
Deseo de un parque más inclusivo	Todas

Tabla 21. Coincidencias y patrones compartidos. Fuente: Elaboración propia.

Finalmente, se reúnen en la tabla 22, todas las estrategias que las entrevistadas expresaron abiertamente durante la conversación, estas son especialmente relevantes de recuperar para tomar en cuenta en la propuesta final del parque para aumentar su capacidad de empatía hacia las distintas formas de recreación y desconexión de sus visitantes.

Estrategia sugerida durante la entrevista
Crear espacios delimitados para yoga, meditación, y relajación sensorial.
Instalar andadores lisos perimetrales y rampas estratégicas.
Añadir bancos cómodos con sombra, más botes de basura y luminarias.
Incorporar un kiosco central y zonas de encuentro intergeneracional.
Colores neutros, vegetación para contención visual, jardines terapéuticos.
Revisión de dinámicas sociales con barreras vegetales o reubicación de accesos.
Incorporar experiencias táctiles, visuales y auditivas inspiradas en parques sensoriales.

Tabla 22. Estrategias sugeridas por las entrevistadas. Fuente: Elaboración propia.

La conversación con las cuatro personas entrevistadas evidencia un parque con gran potencial, pero con carencias que limitan su capacidad para ser considerado un espacio empático con todas las formas de recreación de las personas que habitan en su entorno, más allá de si lo usan o no. Se puede concluir que los ejes de mejora que las entrevistadas señalan, apuntan hacia la capacidad de adaptarse a la diversidad, la estimulación sensorial y cognitiva, la seguridad y permanencia digna, la cohesión social y la funcionalidad.

El Parque Cosmos, como se vive actualmente, cumple de manera parcial con el propósito de espacio vecinal. Su rediseño a partir de una visión de empatía podría convertirlo en un promotor para el bienestar de quienes lo visitan, así como de quienes actualmente no lo hacen.

1.3.3 Caracterización espacial

El parque presenta una morfología triangular y se caracteriza por una densa cobertura arbórea. Su interior, se puede diferenciar tres zonas de juegos infantiles distribuidas alrededor del núcleo central del espacio.

El elemento estructural dominante es una cancha de básquetbol ubicada al centro del parque, la cual funge como elemento organizador del equipamiento disponible. En torno a esta cancha se concentra prácticamente toda la infraestructura activa y de servicio, como son luminarias, botes de basura, bancas, e incluso una construcción que alberga baños públicos y una bodega. Sin embargo, más allá del perímetro inmediato de la cancha, el resto del parque carece de iluminación y mobiliario urbano.

En términos de accesibilidad, el parque cuenta únicamente

con un acceso peatonal ubicado hacia el norte, y si bien, hay rampas en el exterior que permiten el ingreso desde la banqueta, al interior del parque no existen adecuaciones para personas con discapacidad o con alguna condición que limite su movilidad dentro del espacio. Finalmente, es importante mencionar que el parque se encuentra totalmente cercado en sus tres lados (Figura 33).



Figura 33. Registro planimétrico. Fuente: Elaboración propia.

Asimismo, se presenta el registro de fotografías realizado:



Figura 34. Registro fotográfico del parque. Fuente: Elaboración propia.

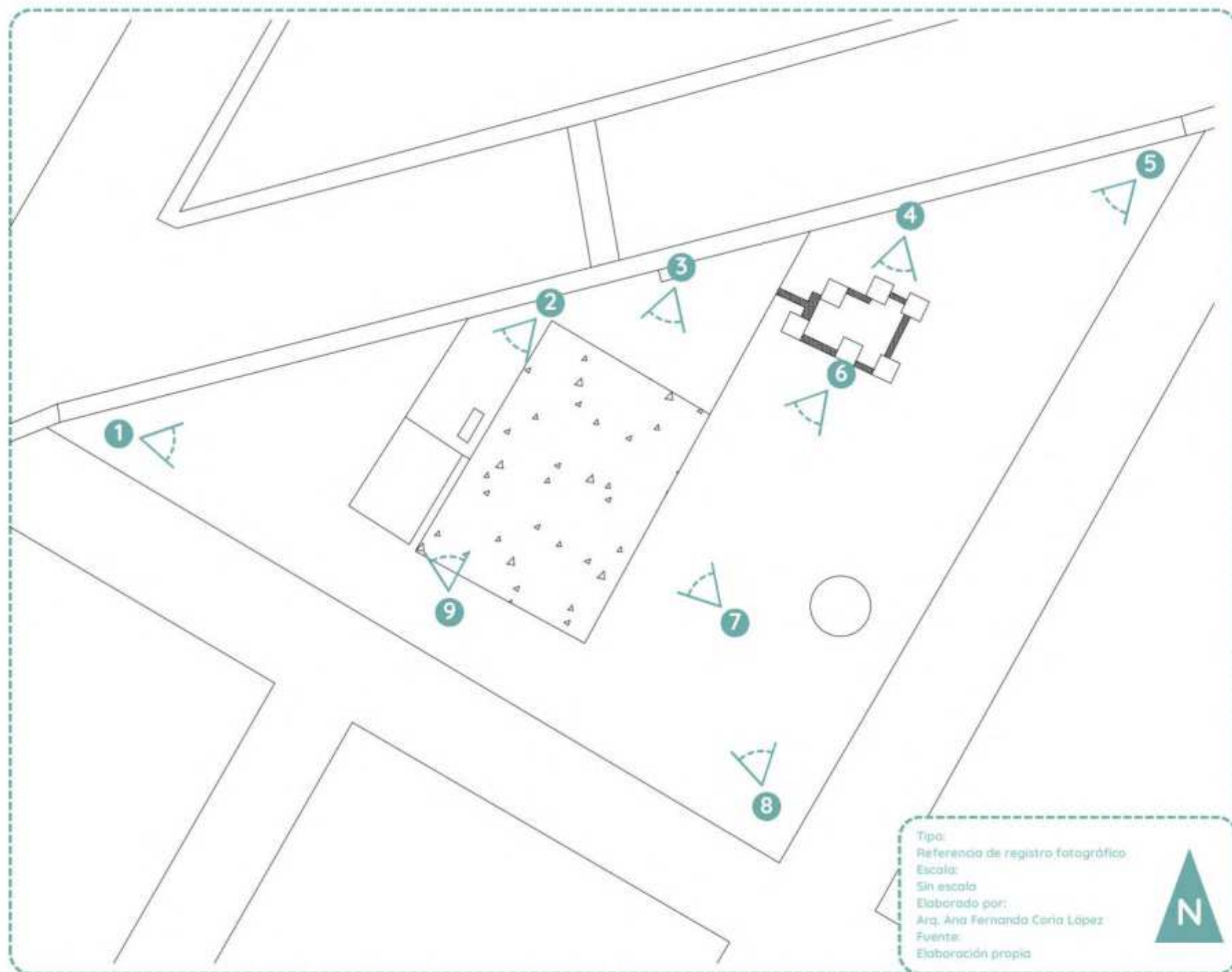


Figura 35. Plano de referencias del registro fotográfico del parque. Fuente: Elaboración propia.

Diseño empático, una
nueva relación de
personas con el espacio

Capítulo 02



Capítulo 2. Diseño empático, una nueva relación de personas con el espacio

Bajo la premisa que plantea la investigación, se propone que un parque vecinal puede adoptar el calificativo de empático cuando se ha diseñado para responder de manera efectiva diversas necesidades humanas que surgen en la vida cotidiana. Esta característica, a diferencia de los modelos tradicionales de planificación, basados en criterios funcionales y estéticos, el diseño empático considera a la persona como un ser integral, cuya experiencia está mediada por factores sensoriales, emocionales, sociales y contextuales (Gehl, 2010; Montgomery, 2013).

La empatía, entendida como la capacidad de ponerse en el lugar del otro y responder adecuadamente a sus necesidades, puede trasladar al campo del diseño de parques vecinales por medio de decisiones que acojan, visibilice y favorezcan las múltiples formas de habitar el espacio público. En este sentido, se asume que un parque empático tiene la capacidad de adaptarse, escuchar y contener simbólicamente a las personas el lugar de imponerse.

Tras la aplicación de las dimensiones de análisis a priori en el diagnóstico piloto, se desarrolló un proceso de análisis que permitió identificar cuáles de estas dimensiones respondían efectivamente a las experiencias, necesidades y problemáticas expresadas por los beneficiarios y potenciales beneficiarios del espacio, y cuáles debían ser ajustadas, unificadas o descartadas para desarrollar los ejes proyectuales de una metodología de diseño empático.

En primer lugar, se integraron las dimensiones "identidad y apego" con la "dimensión cultural y simbólica" en una nueva categoría denominada "apego al lugar", al reconocer que ambas compartían una base experiencial relacionada con la apropiación, la significación subjetiva y la construcción de vínculos emocionales y simbólicos con el espacio. Esta fusión permitió consolidar la dimensión "Apego al lugar", la cual resulta más robusta ya que articula tanto el arraigo emocional como las expresiones culturales e identitarias de la comunidad.

Por otra parte, se eliminaron las dimensiones de "restauración psicoemocional" y "conexión con la naturaleza", no por considerarlas irrelevantes, sino por tratarse de efectos secundarios o emergentes del buen diseño de un parque vecinal, más que de condiciones que puedan ser diseñadas de forma directa. Ambas dimensiones resultaron demasiado específicas y, en consecuencia, poco operativas como guías para el diseño. En el caso de la restauración psicoemocional, su carácter transversal quedó absorbido en otras dimensiones más estructurales, como la estimulación sensorial, el apego al lugar o incluso la seguridad. En cuanto a la conexión con la naturaleza, se entendió que esta se manifiesta como resultado de un diseño funcional, sensorialmente estimulante y adaptado al contexto ecológico, por lo que no se requirió mantenerla como una dimensión independiente.

En cambio, la dimensión de "diseño y usabilidad" fue reformulada bajo el término de "funcionalidad", con el objetivo de ampliar su alcance y enfocarse en la capaci-

dad del espacio para adaptarse a diferentes actividades, horarios y tipos de usuarios. Esta reformulación enfatiza la idea de un parque como sistema dinámico y flexible, que responde a múltiples usos cotidianos, superando la visión técnica centrada únicamente en la forma.

La dimensión de "estimulación sensorial y cognitiva" fue la única que se mantuvo con el mismo nombre, al comprobarse su relevancia transversal y su vínculo directo con el bienestar subjetivo. No obstante, su permanencia no implicó una inmutabilidad conceptual: durante el proceso analítico, se reconoció que esta dimensión absorbía parcialmente elementos de las ahora eliminadas "restauración psicoemocional" y "conexión con la naturaleza", ya que una estimulación sensorial positiva, coherente con el entorno y culturalmente significativa, puede promover experiencias de calma, desconexión y contacto con lo natural, sin que ello dependa exclusivamente de una dimensión aislada.

Por su parte, la dimensión "interacción social y comunidad" evolucionó hacia "cohesión social", una categoría más amplia que no solo se enfoca en la posibilidad de interacción, sino también en la generación de lazos de confianza, pertenencia y reciprocidad entre los visitantes del parque, como elementos fundamentales para fortalecer el tejido comunitario.

Finalmente, la dimensión "inclusión y accesibilidad" se transformó en "adaptación para la diversidad", ampliando así su enfoque para no limitarse a las condiciones físicas de accesibilidad, sino incluir también las diferencias culturales, generacionales, sensoriales y cognitivas de los

usuarios.

Este cambio responde a una visión más compleja y empática del espacio público como lugar de encuentro entre personas diversas, con necesidades, habilidades y formas de habitar distintas.

A partir de los hallazgos del diagnóstico, se identificó también la necesidad de incorporar una dimensión completamente nueva: "seguridad y permanencia digna". Esta dimensión surgió como una demanda de la población consultada, quienes expresaron preocupaciones en torno a la vulnerabilidad, la falta de iluminación, la percepción de abandono y el derecho a permanecer en el espacio sin ser expulsados por estigmas sociales o dinámicas de exclusión. Su inclusión en la metodología de diseño empático responde a que la seguridad no solo es un requisito funcional, sino una condición fundamental para que el parque pueda ser habitado de manera libre, placentera y continua.

En conjunto, estas transformaciones reflejan un proceso en el que las categorías iniciales fueron utilizadas como marco exploratorio y, posteriormente, refinadas a partir del diálogo entre teoría, experiencia y realidad empírica. Así, las seis dimensiones finales son una reorganización que responde de forma más precisa a la complejidad de diseñar espacios empáticos con el bienestar subjetivo de las personas (Figura 36).

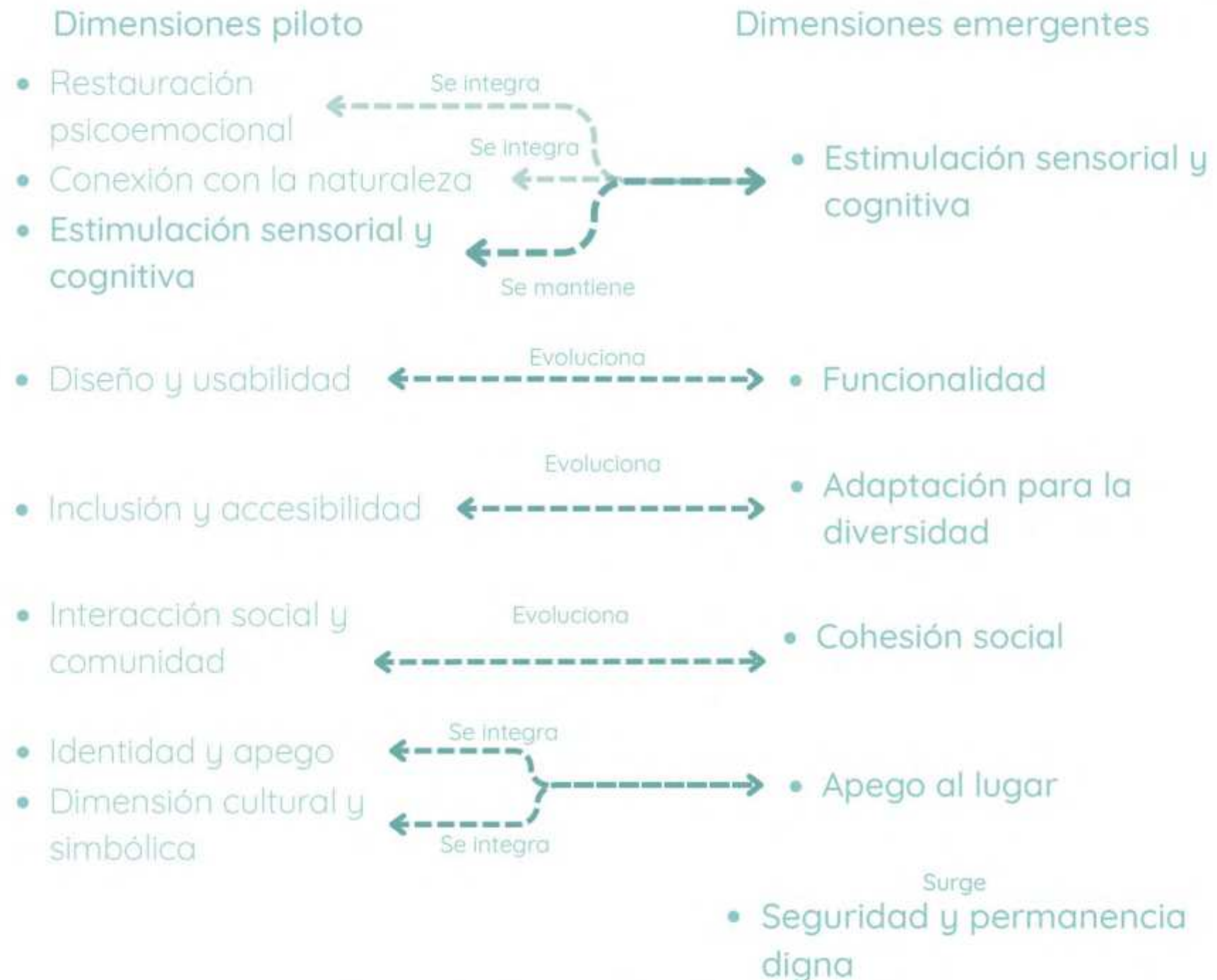


Figura 36. Proceso de transformación de las dimensiones. Fuente: Elaboración propia.

De esta forma, se muestra un diagrama (Figura 37) que sintetiza las seis dimensiones finales que conforman la metodología de diseño empático:



Figura 37. Ejes para el diseño empático. Fuente: Elaboración propia.

2.1 Dimensión de diseño para la estimulación sensorial y cognitiva

Resulta fundamental considerar que la manera en que las personas experimentan el espacio se ve influida, entre otras cosas, por los sentidos y procesos mentales que suceden al interactuar con los estímulos que se encuentran en el ambiente.

En la actualidad, son diversas las áreas del conocimiento que estudian cómo, estos estímulos sensoriales y cognitivos, influyen en las emociones, comportamiento y percepción de bienestar de las personas. Al diseñar tomando en cuenta esta dimensión, se espera que los individuos pueden disfrutar de espacios que abonen a su recuperación psicológica y emocional, aprendizaje informal estímulos a la creatividad, cuál e incluso puede desarrollarse un vínculo afectivo con el propio entorno.

Kaplan y Kaplan (1989) acuñan la Teoría de la Restauración de la Atención, la cual sostiene que los am-

bientes naturales logran captar la atención de las personas de forma involuntaria, de esta forma, se da lugar a que los procesos cognitivos fatigados, que son propios del ritmo de vida urbano, logren restaurarse.

Es un fenómeno de fascinación suave (*soft fascination*), presente en elementos tan simples como la textura de las hojas, sonidos de agua, o patrones de luz y color, son estrategias clave para el descanso mental. Esta Teoría ha sido confirmada ampliamente en estudios posteriores (Berto, 2005; Hartig et al., 2003).

Otro aspecto relevante que compone esta dimensión es la estimulación sensorial, la cual ha sido explorada por la neuro arquitectura como un factor que también incide en los estados emocionales y cognitivos. Los entornos que poseen diversos estímulos auditivos, visuales, olfativos e incluso táctiles, provocan una mayor activación del sistema límbico y la corteza prefrontal, ambos asociados con la regulación emocional y la motivación (Eberhard, 2009; Sternberg, 2010). Los colores, aromas naturales, texturas del suelo objetos, y sonidos ambientales promueven estados de relajación, curiosidad y aprendizaje.

Asimismo, se ha identificado que, el juego libre durante la etapa infantil, en espacios que estimulen la curiosidad, el movimiento y la observación, favorece el desarrollo cognitivo en las primeras etapas de las personas. La Organización Mundial de la Salud (2020) recomienda que los entornos urbanos que sean diseñados bajo una perspectiva de desarrollo neurológico temprano, a través de estímulos sensoriales variados, esto particularmente en zonas densamente urbanas donde las experiencias natura-

les suelen ser escasas.

A continuación, se presenta la Tabla 23 que sintetiza a lo que se refiere la dimensión de estimulación sensorial y cognitiva y su traducción a estrategias de diseño aplicables.

Dimensión	Definición	Referencias	Traducción a estrategias de diseño
Estimulación sensorial y cognitiva	Propone diseñar espacios que activen los sentidos y procesos mentales para fomentar bienestar emocional, curiosidad, aprendizaje informal y restauración cognitiva.	Kaplan & Kaplan (1989); Berto (2005); Hartig et al. (2003); Eberhard (2009); Sternberg (2010); OMS (2020); Gehl (2010)	- Incorporar elementos naturales que generen fascinación suave (agua, texturas vegetales, movimiento de luz y sombra). - Diseñar senderos con variedad de estímulos visuales, auditivos, táctiles y olfativos (árboles aromáticos, flores, gravilla, fuentes, campanas de viento, etc.). - Usar colores y materiales naturales que favorezcan estados de calma y atención. - Generar espacios de juego libre con estímulos sensoriales para niños. - Diseñar para el aprendizaje informal y la exploración (paneles informativos, huertos, laberintos verdes). - Incluir zonas de contemplación multisensorial. - Aplicar principios de escala humana que favorezcan la percepción y la interacción sensorial.

Tabla 23. Síntesis de dimensión "Estimulación sensorial y cognitiva" y traducción a estrategias de diseño. Fuente: Elaboración propia.

En el área del diseño urbano, Gehl (2010) advierte que frecuentemente los espacios públicos carecen de estímulos sensoriales que incentiven la permanencia, pues estos han sido diseñados únicamente tomando en cuenta la funcionalidad. Por ello, abogan por poner como prioridad la escala humana, donde los sentidos y la cognición juegan un rol fundamental.

2.2 Dimensión de diseño para el apego al lugar

En la experiencia de la vida urbana, especialmente en espacios de uso cotidiano, como lo son los parques vecinales el concepto que refiere al vínculo emocional y simbólico, que las personas pueden desarrollar en el entorno físico, influye al favorecer su bienestar auto percibido.

Para diseñar parques que, fomenten este tipo de apego, implica trascender la funcionalidad, para crear lugares car-

cargados de significado, donde los individuos que los visitan puedan proyectarse, apropiarse y reconocerse en él. Desde la psicología ambiental, el concepto de apego al lugar ha sido conceptualizado como una construcción multidimensional que integra componentes afectivos, cognitivos y conductuales (Low & Altman, 1992). Este vínculo afectivo suele producirse al tener experiencias cotidianas como interacciones sociales significativas, memorias personales o la percepción de que el lugar refleja los valores de quien lo habita. Giuliani (2003) explica que el apego es un proceso de apropiación simbólica y práctica del espacio, y no sólo un sentimiento de arraigo. Otra área del conocimiento que ha aportado a esta noción es la sociología. Tuan (1977), en su teoría de la "topofilia", define el amor al lugar como una dimensión esencial en la experiencia humana del espacio, y para que este sentimi-

ento surja el entorno debe ser legible, habitable y emocionalmente provocador. Lynch (1960), explica que los espacios urbanos significativos son aquellos que permiten a las personas identificarse con ciertos elementos físicos y simbólicos, tales como hitos, rutas y bordes, los cuales estructuran su sentido del lugar.

Recientes estudios, han relacionado el apego al lugar con la resiliencia urbana y la salud mental.

Scannell y Glifford (2010) expresan que, el apego, podría amortiguar los efectos de estrés urbano, y que, para promover una disposición a cuidar, conservar y defender, en este caso a los parques, es indispensable que estos sean emocionalmente significativos para las personas.

Se presenta en la Tabla 24 un resumen del significado de la dimensión apego al lugar y plantea su posible implementación mediante estrategias de diseño empático.

Dimensión	Definición	Referencias	Traducción a estrategias de diseño
Apego al lugar	Se refiere al vínculo emocional, simbólico y cognitivo que las personas desarrollan con un espacio físico, el cual fortalece el sentido de pertenencia, el bienestar y el deseo de conservación del entorno.	Low & Altman (1992); Giuliani (2003); Tuan (1977); Lynch (1960); Scannell & Gifford (2010)	- Incorporar elementos simbólicos locales (murales, esculturas, motivos culturales o identitarios). - Diseñar espacios que permitan vivencias cotidianas memorables (zonas para reuniones, celebraciones barriales, juegos tradicionales). - Fomentar la participación comunitaria en el diseño o mantenimiento del parque. - Incluir referencias físicas reconocibles: hitos, bordes, caminos definidos, con potencial de convertirse en puntos de referencia. - Crear espacios personalizables o adoptables por grupos sociales. - Utilizar materiales, vegetación y mobiliario que eviten la sensación de anonimato o neutralidad. - Favorecer la generación de memorias colectivas a través de intervenciones artísticas, señalética histórica o relatos locales.

Tabla 24. Síntesis de dimensión "Apego al lugar" y traducción a estrategias de diseño. Fuente: Elaboración propia.

2.3 Dimensión de diseño para la cohesión social

Una de las funciones más significativas de todo espacio público urbano es fomentar la cohesión social, especialmente en el caso de los parques vecinales donde la escala humana y la proximidad residencial los ubica como el escenario preponderante para propiciar el encuentro cotidiano. Esta dimensión hace referencia a la capacidad que tiene el entorno para que los lazos entre personas se vean fortalecidos, se fomente la convivencia

pacífica y se construyan entre vecinos el denominado tejido social.

La cuestión social, ha sido abordada desde diferentes disciplinas, en el contexto urbano, se entiende cómo una integración de las personas en la colectividad, su participación en redes comunitaria y su identificación con valores compartidos (Chan, To & Chan, 2006). Desde esta perspectiva, los parques vecinales, tienen el potencial de facilitar estas dinámicas, al proveer escenarios donde la

diversidad social se pueda encontrar, observar y dialogar. Un importante referente para esta dimensión es Oldenburg (1989), quién acuñó el concepto de "tercer lugar", como referencia a los espacios que, más allá del hogar y el trabajo, propician la construcción de comunidad; tal es el caso de cafeterías, plazas públicas, parques públicos; entre otros más que tienen la característica de ser neutrales y accesibles, por ser para la permanencia, la interacción y la familiaridad. Cuando los parques vecinales se diseñan atendiendo a estas características, se convierten en catalizadores del capital social (Putnam, 2000), el cual se entiende como la red de relaciones que producen confianza, reciprocidad y sentido de pertenencia entre los individuos.

Desde la planificación urbana, Gehl (2010) asegura que el diseño puede promover o inhibir la interacción social. Variables como la escala humana, la visibilidad, la mezcla

de usos, y la escala humana, son aspectos que influyen en la probabilidad de que las personas se tomen un momento para construir relaciones. El autor menciona que cuando los espacios se encuentran vacíos, sobredimensionados o monofuncionales tienden a desalentar estas dinámicas.

Por otro lado, la cohesión social se ve fortalecida cuando el espacio se convierte en un bien común, es decir, cuando las personas genuinamente sienten que tienen derecho a estar ahí, que su presencia no se ve condicionada a un consumo o vigilancia. Harvey (2012) explica que el derecho a la ciudad implica el derecho a encontrarse, a ejercer colectividad y así formar comunidad en el espacio urbano. A través de la Tabla 25, se esquematiza la dimensión cohesión social y se vincula con propuestas de diseño orientadas a fomentar relaciones interpersonales significativas en el parque.

Dimensión	Definición	Referencias	Traducción a estrategias de diseño
Cohesión social	Se refiere a la capacidad del entorno para fortalecer los lazos comunitarios; promover la convivencia pacífica y facilitar redes de apoyo, construyendo espacios de encuentro, diálogo y pertenencia.	Chan, To & Chan (2006); Oldenburg (1989); Putnam (2000); Gehl (2010); Harvey (2012)	- Diseñar zonas que inviten a la permanencia compartida, como bancas en círculo, mesas comunitarias, áreas para picnic o terrazas sombreadas. - Incluir plazas o explanadas abiertas para eventos barriales, mercados vecinales o actividades culturales. - Crear "terceros lugares" neutros y accesibles, que no requieran consumo o pertenencia específica (jardines abiertos, foros, espacios de descanso colectivos). - Favorecer la visibilidad y la mezcla de usos (cancha + huerto + foro + zona de descanso). - Utilizar el mobiliario para estimular la interacción, como columpios dobles, juegos cooperativos o mesas de ajedrez. - Aplicar principios de escala humana y evitar sobredimensionamientos que dificulten el encuentro. - Promover la participación comunitaria en el diseño, gestión y activación del parque. - Cuidar que el espacio sea un bien común, evitando barreras físicas o simbólicas que excluyan o condicionen el acceso (rejas, señalética excluyente, control de consumo).

Tabla 25. Síntesis de dimensión "Cohesión social" y traducción a estrategias de diseño. Fuente: Elaboración propia.

2.4 Dimensión de diseño para la funcionalidad

Esta es una de las más evidentes, pero no por ello menos profunda. Refiere a la capacidad que tiene un espacio público, en este caso el parque vecinal, para responder de manera efectiva a las necesidades prácticas de los visitantes, como acceso, uso, confort, cobertura de mobiliario, equipo y su operación cotidiana. Para fines de este proyecto, un parque funcional no es aquel que sólo "sirve", sino que lo hace de una manera flexible e intuitiva; promoviendo el confort y la operatividad en todas las condiciones.

Desde la arquitectura y el urbanismo, la funcionalidad ha estado ligada históricamente al movimiento moderno, incluso uno de sus principales postulados fue "la forma sigue a la función" (Sullivan, 1896). Y a pesar de que esta perspectiva fue criticada por su rigidez y simpleza, es innegable que la idea, de que el diseño debe responder a las necesidades del uso, sigue vigente en la actualidad tanto en el espacio construido como en el espacio público.

Gehl (2010) brinda una lectura más humanizada referente a la funcionalidad, la cual se basa en la escala del cuerpo y tiempos sociales. Según su propuesta, un parque debe permitir al menos tres tipos de actividades, las necesarias (caminar, sentarse, descansar), opcionales (jugar, convivir, observar) y sociales (interactuar, participar). Mismas que serán posibles en función de la ubicación, el número, accesibilidad y calidad del mobiliario, así como el equipo que dota a un espacio público.

Carmona (2010), por su parte, introduce la idea de "calidad del entorno urbano" como el resultado de la suma de fac-

tores que incluyen la funcionalidad y que se materializa en aspectos como la claridad del recorrido, la distribución jerárquica del espacio, la lógica del equipamiento y su mantenimiento. En este sentido, cuando la funcionalidad falla -por ejemplo, si no hay bancas suficientes o los senderos son confusos- se ve comprometida la habitabilidad del lugar.

Otra perspectiva relevante para considerar es la del diseño inclusivo, la funcionalidad que también abarca el acceso equitativo. De esta forma La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (ONU, 2006) establece que los entornos públicos deben asegurar condiciones de accesibilidad universal. En definitiva, un espacio funcional no puede, excluir por diseño, a niños pequeños, personas mayores o personas con alguna discapacidad.

La ergonomía ambiental también ha aportado valiosos conocimientos, asegurando que el mobiliario debe adaptarse a los cuerpos y a los usos reales. Por ejemplo, bancas con respaldo y sombra, bebederos a distintas alturas, señalética clara y superficies que no sean resbalosas con la lluvia. El conjunto de todo lo anterior garantiza que un espacio sea funcional para la vida real.

En la Tabla 26 se sintetiza el enfoque de la dimensión funcionalidad, acompañado de una serie de estrategias aplicables que la traducen en decisiones concretas de diseño:

Dimensión	Definición	Referencias	Traducción a estrategias de diseño
Funcionalidad	Se refiere a la capacidad del parque para responder eficaz, cómoda e intuitivamente a las necesidades prácticas y operativas de las personas, asegurando confort, claridad espacial y acceso equitativo.	Sullivan (1896); Gehl (2010); Carmona (2010); ONU (2006)	- Asegurar recorridos claros y jerárquicos, con señalética visible y accesible. - Diseñar mobiliario ergonómico y bien distribuido (banacas con respaldo, mesas, bebederos, basureros, etc.). - Garantizar accesibilidad universal: rampas, senderos sin obstáculos, mobiliario a distintas alturas, pavimentos antideslizantes. - Disponer de zonas sombreadas y protegidas del clima para el descanso y permanencia. - Incorporar iluminación funcional para seguridad y orientación nocturna. - Asegurar mantenimiento y operación cotidiana: limpieza, reparación de mobiliario, gestión de residuos. - Diseñar con criterios de flexibilidad de uso (espacios que permiten diversas actividades según la hora o el grupo etario). - Atender a necesidades específicas según usuarios: juegos seguros, zonas tranquilas, bebederos accesibles, estacionamientos para bicicletas, baños públicos. - Integrar elementos de escala humana que faciliten el uso intuitivo y el confort diario.

Tabla 26. Síntesis de dimensión " Funcionalidad" y traducción a estrategias de diseño. Fuente: Elaboración propia.

2.5 Dimensión diseño para la seguridad y permanencia digna

La seguridad en el espacio público ha sido históricamente estudiada, desde una perspectiva defensiva y controladora. Sin embargo, para esta investigación, debe comprenderse de manera más compleja: no sólo como la ausencia de violencia, sino como la garantía de una permanencia digna, libre de amenazas físicas, simbólicas o estructurales. Esta dimensión tiene una estrecha vinculación con la justicia espacial, la equidad y el derecho a habitar el espacio sin miedo, con respeto a la privacidad, pero sin aislamiento.

La teoría del diseño ambiental ha demostrado que ciertas características físicas del entorno inciden en la percepción de seguridad en las personas. Oscar Newman (1972), En su teoría del espacio defendible, propuso que la vigilancia natural, el control territorial y la delimitación clara de zonas de uso pueden disolver comportamientos antisociales.

Estos principios se retoman en la prevención del delito a través del diseño ambiental (Crime Prevention Through Environmental Design, CPTED), El cual promueve una configuración espacial que fomenta la visibilidad, el acceso controlado y el sentido de pertenencia (Cozens & Love, 2015).

Sin embargo, enfoques más recientes, advierten contra una visión exclusivamente tecnocrática de la seguridad. Jane Jacobs (1961), por ejemplo, había planteado previamente que "los ojos en la calle"; es decir, la presencia activa y diversa de personas en el espacio público, son el mejor recurso para mantenerlo seguro. En contraposición, cuando los espacios excluyen, vigilan el exceso o controlan, tienden a perder vida urbana y se vuelven inseguros.

Bajo esta investigación, la seguridad también se relaciona con el respeto a la dignidad; que implica el diseño de lugares donde las personas además de estar protegidas

pueden permanecer sin sentirse hostigadas, estigmatizadas o expulsadas por dinámicas de exclusión urbana. En otras palabras, lo que Mitchell (2003) denomina "el derecho a la permanencia", como una dimensión de gran relevancia para garantizar el derecho a la ciudad.

Bajo el marco anterior, la iluminación adecuada, las barreras naturales y la organización del espacio son elementos necesarios; las luces cálidas, postes a escala humana y ausencia de puntos ciegos contribuyen a una percepción de seguridad sin generar una sensación carcelaria. Una manera de permitir privacidad, sin aislar, son las barreras visuales parciales, como vegetación media y estructuras semi abiertas; elementos que fortalecen la

percepción subjetiva de seguridad y la vigilancia comunitaria.

En cuanto a la inclusividad de la seguridad, debe tomarse en cuenta que mujeres, infancias, personas mayores o grupos vulnerables perciben y viven la inseguridad de manera distinta (Koskela, 1999). La legitimidad con la que las personas se sienten acogidas en el espacio, y no solamente no haya delitos, garantiza que es verdaderamente segura.

La Tabla 27 tiene como objetivo representar de manera clara los principales aspectos que conforman la dimensión seguridad y permanencia digna, junto con las estrategias de diseño que pueden garantizarla en el entorno:

Dimensión	Definición	Referencias	Traducción a estrategias de diseño
Seguridad y permanencia digna	Comprende la seguridad no solo como ausencia de violencia, sino como la posibilidad de habitar y permanecer en el espacio sin miedo, hostigamiento ni exclusión, garantizando justicia espacial y dignidad para todos los usuarios.	Newman (1972); Cozens & Love (2015); Jacobs (1961); Mitchell (2003); Koskela (1999)	- Diseñar con criterios de vigilancia natural: buena visibilidad entre zonas, senderos conectados, vegetación baja en bordes. - Instalar iluminación cálida, continua y a escala humana, que evite puntos ciegos. - Evitar rejas excesivas o cámaras visibles que generen sensación carcelaria; priorizar seguridad comunitaria. - Incorporar barandales vegetales o estructuras semitransparentes que otorguen privacidad sin aislar. - Asegurar zonas inclusivas para mujeres, personas mayores e infancias, con mobiliario seguro, accesible y bien ubicado. - Ofrecer espacios dignos de permanencia: bancas limpias, zonas sombreadas, refugios contra clima. - Incluir disposición estratégica de usos que favorezcan permanencia activa: canchas, juegos, áreas culturales o huertos. - Favorecer la diversidad de usuarios en simultáneo, como recurso disuasivo. - Garantizar legitimidad de uso sin condicionamientos (sin consumos obligatorios, sin exclusión de personas en situación de calle u otras condiciones vulnerables).

Tabla 27. Síntesis de dimensión "Seguridad y permanencia digna" y traducción a estrategias de diseño. Fuente: Elaboración propia.

2.6 Dimensión de diseño para la adaptación para la diversidad

La ciudad, es un espacio compartido por personas, con múltiples formas de ser, de habitar y de relacionarse con el

entorno. La diversidad, para fines de esta investigación, en términos de edad, género, cultura, capacidades físicas, orientaciones recreativas, etc., debe ser tomada como punto de partida para el diseño urbano. En este sentido, los

parques vecinales deben ofrecer experiencias inclusivas, equitativas y adaptables, donde ninguna forma de recreación quede excluida y coexistan sin conflicto.

Una de las herramientas teóricas y prácticas que, más ha tenido peso para pensar en la adaptación a la diversidad, es el "diseño universal". Este fue planteado originalmente por Ron Mace (1998), donde proponía diseñar productos y entornos que pudieran ser utilizados por la mayor cantidad de personas posible, sin necesidad de adaptaciones o soluciones especiales. Retomando esta perspectiva, se traslada hacia una idea más compleja de inclusión, reconociendo que la diferencia no es algo a "compensar", si no a celebrar.

Bajo el contexto urbano, Imrie (2012), hace una crítica a la tendencia que tiene las ciudades con un diseño para un sujeto homogéneo: ágil, productivo, adulto y masculino. En contraposición, propone una visión que habla de justicia espacial la cual reconoce las desigualdades estructurales que afectan la accesibilidad de ciertos grupos al intentar usar y disfrutar el espacio público. La inclusión de un espacio público no se logra únicamente con rampas, sino con una planificación que respete los distintos tiempos, deseos y formas de estar en el mundo.

A nivel práctico, Carmona et al. (2010), sostienen que la diversidad funcional y social de un espacio se refleja en su diversidad espacial. La mono funcionalidad de un espacio tiende a excluir o generar choques de uso. Es por ello que, los parques más exitosos, son aquellos que permiten distintas actividades sin generar interferencia. Lo cual implica una zonificación meticulosa, pero también una gran

apertura desde el diseño.

El enfoque interseccional, propuesto por Crenshaw (1991) y rescatado por estudios urbanos contemporáneos, asegura que las formas de exclusión se entrecruzan. No es lo mismo diseñar para personas con discapacidad que para mujeres con discapacidad, para infancias que para adultos mayores. La diversidad además de ser compleja es cambiante, lo cual exige una sensibilidad aguda contextual. Finalmente, se retoma el concepto de "espacio hospitalario" (Dehaene & De Cauter, 2008), el cual propone concebir el parque como un lugar que acoge sin jerarquías, sin condicionar la presencia de las personas a un consumo o a una productividad. De este último apartado, debe entenderse que diseñar para la diversidad es diseñar para el derecho a ser.

De esta forma, un parque empático, es aquel que por medio de diseño responde a las necesidades físicas, emocionales, sociales y culturales de las personas que lo habitan. Su objetivo no se reduce a proporcionar un lugar para el ocio, si no que busca convertirse en un refugio urbano donde se cuide al cuerpo y sobre todo se reconozca la subjetividad. En este marco, la empatía se plantea como un principio proyectual que, une justicia espacial, bienestar mental y convivencia armónica. En tiempos donde la ciudad tiene una tendencia a invisibilizar al individuo, la propuesta de diseñar parques empáticos adquiere una dimensión de política urbana, como respuesta a la tan necesaria resiliencia social.

A continuación, se introduce la Tabla 28 que organiza los elementos clave de la dimensión adaptación para la diversidad, proponiendo acciones de diseño que permitan responder a las múltiples formas de habitar el espacio.

Dimensión	Definición	Referencias	Traducción a estrategias de diseño
Adaptación para la diversidad	Reconoce la pluralidad de identidades, capacidades, edades, géneros y formas de habitar. Propone un diseño inclusivo, flexible y hospitalario, que permita experiencias equitativas, sin jerarquías ni exclusión, respondiendo a la complejidad cambiante del cuerpo y la subjetividad.	Mace (1998); Imrie (2012); Carmona et al. (2010); Crenshaw (1991); Dehaene & De Cauter (2008)	- Aplicar principios del diseño universal: rampas suaves, mobiliario accesible, juegos inclusivos, señalética comprensible. - Incorporar zonas diversas que respondan a distintos tipos de uso, edad, energía o necesidad (juegos activos, espacios de contemplación, áreas de ejercicio, zonas culturales). - Evitar monofuncionalidad y permitir usos simultáneos sin conflicto, a través de zonificación cuidadosa. - Diseñar con enfoque interseccional, reconociendo las diferencias dentro de los grupos (e.g., mujeres mayores, niñas neurodivergentes). - Asegurar baños públicos, bebederos, mobiliario adaptable y señalética multisensorial. - Favorecer la libertad de estar sin requerimientos de consumo o productividad. - Ofrecer espacios hospitalarios que reconozcan y validen la presencia sin condiciones (sombra, descanso, expresión, privacidad). - Considerar ritmos corporales y tiempos distintos (zonas lentas, itinerarios tranquilos, áreas de transición). - Diseñar desde la empatía: preguntarse ¿quién queda fuera? ¿quién no está siendo visto?

Tabla 28. Síntesis de dimensión "Adaptación para la diversidad" y traducción a estrategias de diseño. Fuente: Elaboración propia.

Metodología del Diseño Empático para Parques

Capítulo 03



Capítulo 3. Metodología del Diseño Empático para Parques

El proceso de investigación sobre el diseño urbano, descrito en este documento, fue construido a partir del diagnóstico de un caso piloto, como resultado, se propone la Metodología de Diseño Empático para Parques (MEDEP). A medida que se aplicaron las herramientas tentativas de diagnóstico, con la intención de tener un acercamiento a la información relacionada con el parque (encuestas, entrevistas y levantamiento físico-espacial), se realizaron observaciones y retroalimentaciones que no habían sido previstos inicialmente. Estos hallazgos permitieron realizar ajustes progresivos en la formulación de los ejes para lograr un diseño empático, así como la forma en que estos fueron analizados e integrados. De esta manera, la MEDEP se propone como un método de diseño, basado en la reflexión que, implica un proceso iterativo en constante retroalimentación con la realidad empírica observada.

La MEDEP fue desarrollada como una herramienta metodológica que se plantea complementar las tareas de diseño, que van desde diagnosticar, interpretar y proponer mejoras en parques vecinales a partir de la inquietud de promover el bienestar de las personas por medio de la disminución de los niveles de estrés que ocasiona la vida en la ciudad, al visitar el parque. El enfoque que sustenta la MEDEP propone que el diseño de los espacios se debe hacer a partir de asumir una visión acorde a la complejidad propia de un parque vecinal, es decir, no sólo tomar en cuenta lo funcional o lo estético, solo así se considera posible responder empáticamente a las nece-

sidades diversas de quienes habitan el parque.

3.1 MEDEP aplicado al Parque Cosmos

3.1.1 Levantamiento de encuestas

El levantamiento de encuestas permitió recopilar información sobre percepciones cuantificables sobre la experiencia de las personas con relación a dimensiones de diagnóstico. El formato de encuesta definitivo[1] fue resultado del trabajo in situ y responde a una codificación donde cada ítem está vinculado a una de las dimensiones del diseño empático.

Respecto a las encuestas, fueron aplicadas inicialmente en formato físico (papel y pluma) en las manzanas que corresponden a la AGEB del Parque Cosmos, lo cual permitió recopilar respuestas de un número significativo de personas que viven cerca del parque. Posteriormente la información recolectada fue sistematizada a partir del Google Forms, lo cual permitió el uso de la información en programas estadísticos.

Para el procesamiento de estos resultados, fue relevante utilizar el software JASP, donde el análisis principal corresponde a la varianza para cada una de las dimensiones que se definieron para el diagnóstico. Los ANOVA permitieron determinar si existen diferencias significativas en el bienestar autopercebido según los distintos ítems vinculados a cada dimensión de diagnóstico. Este análisis estadístico permitió identificar que presentes están ciertas cualidades del parque en su diseño, de manera comparativa entre dimensiones.

Una vez obtenido el resultado del ANOVA, con ayuda de inteligencias artificiales, se realizó un mapa de calor que

permitió representar de manera gráfica los resultados obtenidos, donde los colores más intensos representan las dimensiones del diseño empático que están más presentes en el parque y con colores más tenues las que están ausentes o menos desarrolladas. Este insumo fue fundamental para el llenado de la matriz de integración para justificar de manera objetiva las prioridades de intervención.

3.1.2 Levantamiento de entrevistas

Las entrevistas semiestructuradas tienen como propósito, capturar de manera más profunda las narrativas, emociones, significados simbólicos y observaciones subjetivas acerca del parque. Se seleccionaron vecinos del parque con diferentes perfiles de edad y preferencias respecto del espacio. Estas se aplicaron de forma personalizada, para respetar la espontaneidad y los ritmos de cada persona entrevistada.

Para esta fase, fue fundamental el apoyo de un guion de preguntas, con el objetivo de orientar la conversación, pero permitiendo que fluyera naturalmente. Esto favoreció obtener datos profundos, relatos personales, memorias afectivas y opiniones espontáneas sobre el parque y su diseño actual.

En el caso de estudio, cada entrevista fue grabada con consentimiento del entrevistado y posteriormente transcrita, lo que facilitó su análisis riguroso y sistemático.

Para el análisis de estas entrevistas, se requirió de una lectura de carácter interpretativo, qué resultó en datos cualitativos, donde comprender el sentido de lo expresado fue esencial. Para ello, se identificaron fragmentos clave

que, aluden al bienestar, malestar, apropiación, deseos vinculados al parque, o cualquier forma de expresión que las personas entrevistadas hacían con relación a sus vivencias en el parque.

Estos fragmentos se fueron sintetizando en tablas que, organizaban la información en emociones positivas y negativas, problemas explícitamente detectados, necesidades, etc. Esta organización de los hallazgos obtenidos facilitó la tarea de clasificar los resultados en relación con las dimensiones de diagnóstico.

3.1.3 Registro espacial

El registro espacial fue una herramienta relevante, tanto para documentar elementos presentes en el parque, como para ubicar espacialmente los aspectos positivos y negativos detectados mediante la observación. Se realizó un plano del parque durante una primera visita de observación, señalando con la mayor precisión posible la ubicación del mobiliario, equipo, zonas activas e inactivas, vegetación, accesos, iluminación, y condiciones generales del parque.

Este registro, fue acompañado de fotografías y anotaciones que, permitieron complementar el análisis visual con observaciones específicas sobre el estado de conservación y mantenimiento del parque.

Esta fase, cumplió una doble función dentro del diagnóstico, por un lado, permitió contrastar y verificar lo dicho por las personas encuestadas y entrevistadas. Por ejemplo, si alguien mencionó falta de botes de basura o iluminación, el plano confirmó su existencia y ubicación real. Por otro lado, sirvió como base para identificar y ubi-

car en los espacios los hallazgos más relevantes detectados en fases anteriores, se identificaron zonas de conflicto, espacios vacíos, etc.

Este registro contribuyó a la fase de diseño al permitir pensar en soluciones espacialmente situadas y adaptadas a la morfología, condiciones y oportunidades reales del lugar.

3.1.4 Empatización

La fase de empatización representó un puente interpretativo, entre el procesamiento de los datos obtenidos en el diagnóstico y la construcción de propuestas de diseño. Su propósito fue traducir los hallazgos del diagnóstico, tanto cuantitativos como cualitativos, en significados que permitieran comprender de manera empática cómo las personas experimentan el parque. A partir de esta traducción se identificaron necesidades emocionales y sociales específicas, que posteriormente se convirtieron en ejes que orientaron las propuestas de intervención en el parque.

Para ejecutar esta etapa se construyó una lámina de evidencias, significados y necesidades, se elaboró una herramienta gráfica denominada "Lámina de evidencias, significados y necesidades", que funcionó como dispositivo de síntesis e interpretación de la información obtenida en el diagnóstico.

La lámina se estructuró en dos grandes componentes:

a) Tabla de síntesis de hallazgos. En la primera parte se organizó una tabla que recoge los resultados del diagnóstico, clasificados según las seis dimensiones de la MEDEP (estimulación sensorial y cognitiva, apego al lugar,

cohesión social, funcionalidad, seguridad y permanencia digna, y adaptación para la diversidad), para cada dimensión se integraron los hallazgos según la fuente de información: encuestas, entrevistas y observación físico-espacial. Posteriormente, se asignó un nivel de presencia actual (alta, media o nula), el cual permite valorar en qué medida dicha dimensión se manifiesta en el parque. En el caso del Parque Cosmos, todas las dimensiones fueron calificadas con presencia media, salvo "estimulación sensorial y cognitiva", que resultó nula. Finalmente, se incorporó una columna adicional que registró los núcleos experienciales: estas son las "dimensiones reales" que emergen del cruce entre los datos empíricos y las seis dimensiones ideales del diseño empático. Dichos núcleos revelan cómo las personas efectivamente experimentan el parque, más allá de las categorías conceptuales predefinidas.

b) Plano interpretativo del parque. A un costado de la tabla se elaboró un plano del diseño actual del Parque Cosmos, en el que se espacializaron los principales hallazgos del diagnóstico. Cada núcleo experiencial fue interpretado y representado en el plano mediante tres categorías analíticas: 1. Evidencia: cómo se manifiesta la situación en los datos del diagnóstico. 2. Significado: la interpretación empática que traduce la evidencia en experiencia humana, revelando percepciones, emociones y barreras invisibles. 3. Necesidad: la condición que el espacio debe atender para responder a esa experiencia de manera adecuada.

A continuación, el resultado de esta lámina:

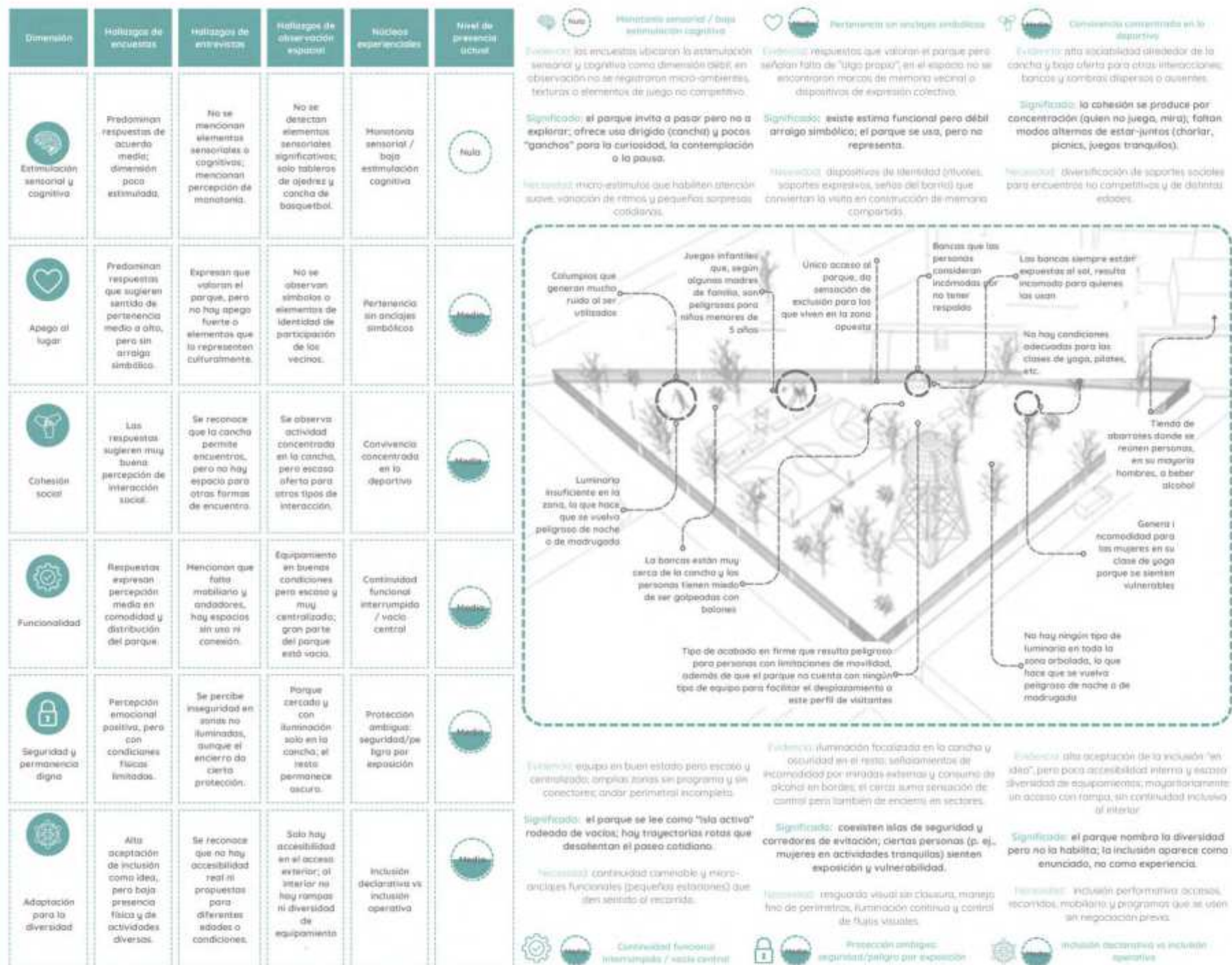


Figura 38. Lámina de evidencias, significados y necesidades. Fuente: Elaboración propia.

Una vez identificados los núcleos experienciales a partir de la lámina de hallazgos, significados y necesidades, se procedió a establecer su conexión mediante un ejercicio interpretativo que permitió comprender cómo dichas dimensiones no operan de manera aislada, sino en redes de interacción que configuran la experiencia del parque. La Figura 39, presenta el resultado de este ejercicio:



Figura 39. Conexión de los núcleos experienciales. Fuente: Elaboración propia.

A partir de la comprensión de la conexión entre los núcleos experienciales, la metodología procedió a formular las tensiones diseñables, entendidas como pares opuestos que expresan los dilemas centrales de la experiencia en el parque. Estas tensiones no se enuncian como problemas técnicos, sino como preguntas abiertas que orientan el ejercicio proyectual, convirtiéndose en el puente entre la interpretación empática y la acción de diseño.

Cada núcleo experiencial fue traducido en una tensión que plantea un desafío de equilibrio a resolver. De esta manera, la MEDEP asegura que las propuestas no se generen desde la abstracción técnica, sino desde preguntas que recogen los significados y necesidades expresadas por los usuarios. El resultado se muestra en la Figura 40.

Tensiones diseñables derivadas de los núcleos experienciales

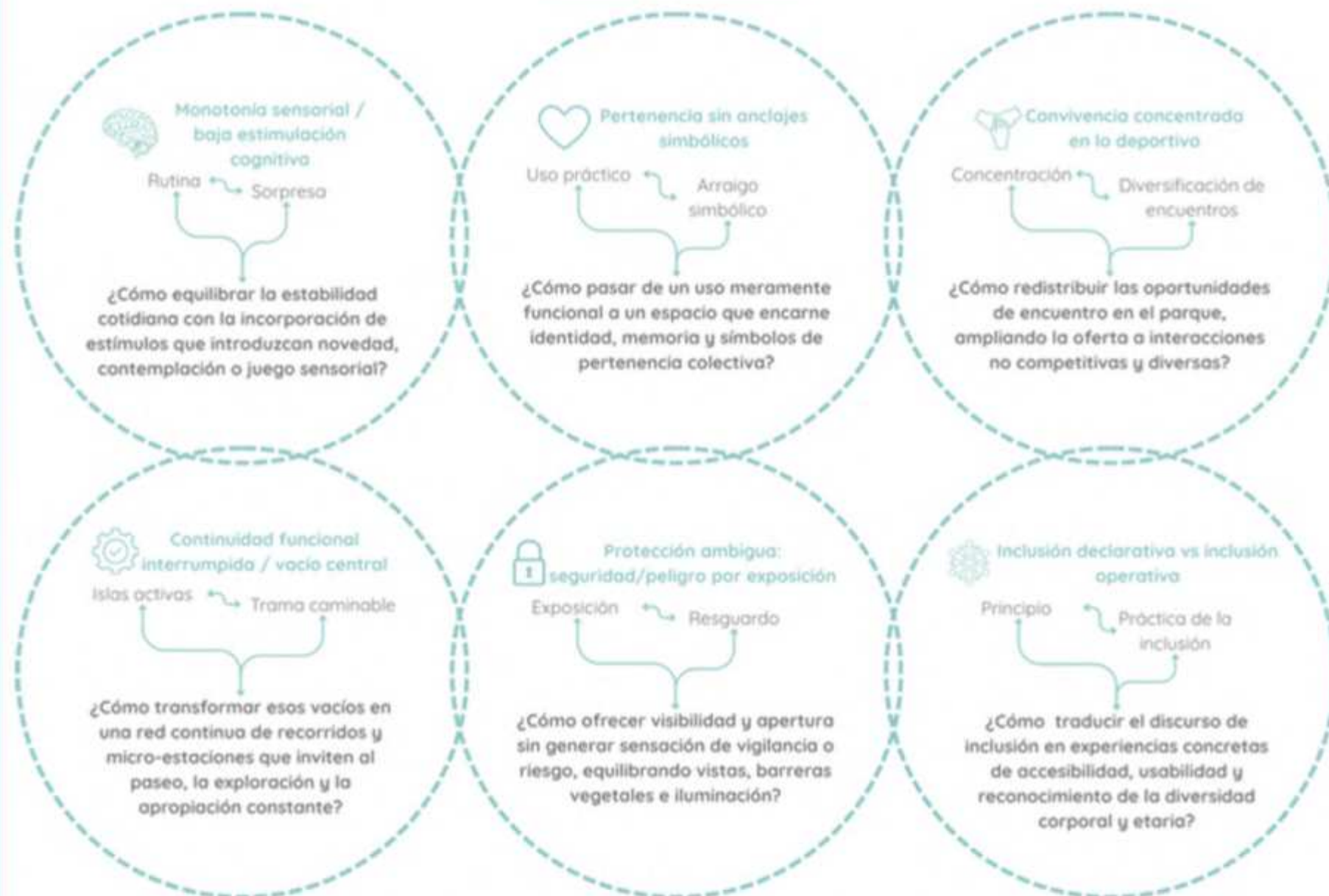


Figura 40. Definición de tensiones diseñables a partir de los núcleos experienciales. Fuente: Elaboración propia.

3.1.5 Exploración propositiva de estrategias

En esta etapa, las tensiones diseñables previamente definidas se transforman en estrategias espaciales concretas, con el objetivo de imaginar cómo podrían resolverse los dilemas detectados a través del diseño.

El resultado de esta fase fue una lámina de exploración propositiva (Figura 41), donde se plasmaron de forma integrada las estrategias de diseño derivadas de las tensiones.

En total se integraron 17 estrategias, cada una asociada a un hallazgo, una tensión y una necesidad, lo que asegura que la exploración no sea un ejercicio basado en el diseño tradicional con un "usuario hipotético", sino un proceso fundamentado en la empatización.

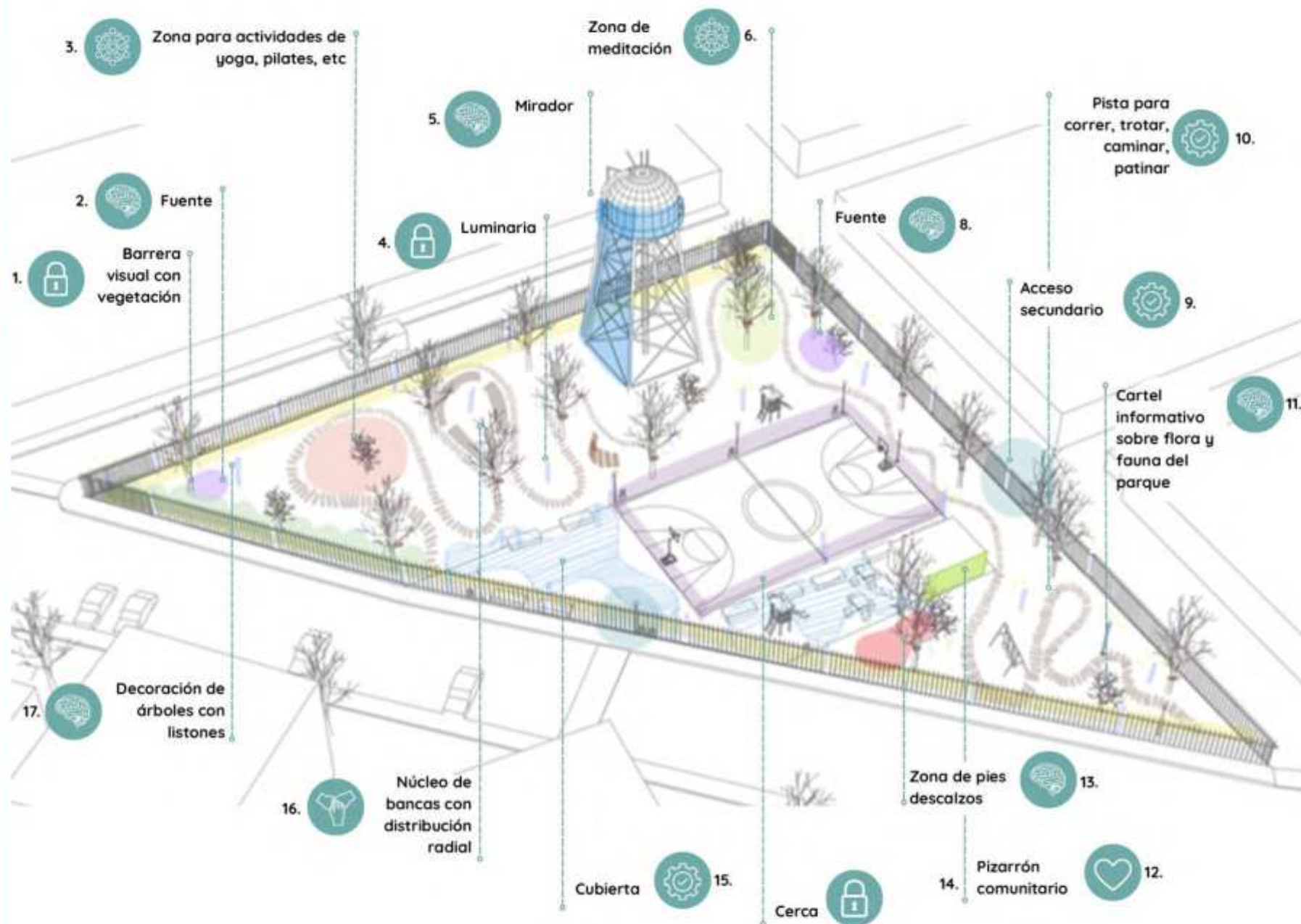


Figura 41. Lámina de exploración propositiva. Fuente: Elaboración propia.

- 1) Se propone para generar separación visual entre zonas activas y de descanso, aumentando la percepción de seguridad sin recurrir a barreras rígidas. Mejora el confort y permite usos simultáneos del espacio.
- 2) Aporta sonido natural y movimiento visual, lo que favorece la relajación y la restauración emocional. Enriquece la experiencia multisensorial del parque.
- 3) Se propone para ofrecer espacios que promuevan el bienestar físico y emocional de adultos, especialmente mujeres. Amplía la gama de actividades no convencionales en el parque.
- 4) Mejora la visibilidad y la percepción de seguridad en horarios con poca luz. Promueve el uso del parque en distintos momentos del día.
- 5) Formaliza un uso espontáneo y lo resignifica como espacio simbólico y de contemplación. Refuerza el sentido de pertenencia y apropiación.
- 6) Espacio tranquilo para la introspección y el descanso emocional. Favorece la regulación del estrés y el contacto con uno mismo.
- 7) Mejora la circulación para personas con diferentes capacidades. Facilita el acceso a todas las áreas del parque y lo hace más inclusivo
- 8) Refuerza los estímulos naturales como el sonido del agua y la humedad ambiental. Puede actuar como punto central y atractivo visual.
- 9) Mejora la conectividad del parque con su entorno inmediato. Evita la exclusión espacial de quienes viven en zonas menos privilegiadas.
- 10) Permite actividad física constante sin interrumpir otros usos. Fomenta la salud física y el uso compartido del espacio.
- 11) Promueven el aprendizaje, el juego y la observación activa. Fomentan la curiosidad y una relación más rica con la naturaleza local.
- 12) Espacio libre para la expresión personal y comunitaria. Refuerza el vínculo emocional y la apropiación colectiva del espacio.
- 13) Invita a una experiencia táctil directa con el entorno. Favorece la relajación, el juego y el contacto con la tierra.
- 14) Reduce riesgos para otros usuarios del parque. Aumenta la seguridad sin restringir la práctica deportiva.
- 15) Provee sombra y refugio contra el clima. Permite el uso del parque en más momentos del día y del año.
- 16) Facilita la conversación cara a cara y el encuentro entre personas. Fomenta la interacción y fortalece el tejido comunitario.
- 17) Introduce color y movimiento en el paisaje sin ser invasivo. Estimula la vista y el oído, generando ambientes más lúdicos y atractivos.

3.1.6 Validación con las personas

La fase de validación con las personas representa el cierre del ciclo metodológico de la MEDEP. Su propósito es contrastar las estrategias de diseño empático con la comunidad que acude al parque, asegurando que las propuestas no respondan únicamente a interpretaciones de quien diseña, sino que se reflejen efectivamente las percepciones, necesidades y expectativas de quienes habitan y utilizan el espacio. La jornada de socialización de las propuestas se realizó directamente en el Parque Cosmos, para ello, se dispusieron láminas ilustrativas y materiales gráficos que sintetizaban las estrategias de diseño obtenidas a partir de la aplicación de la MEDEP.

Durante la presentación, los vecinos expresaron en general comentarios muy positivos respecto a las exploraciones estratégicas derivadas de la aplicación de la MEDEP. Manifestaron entusiasmo por las propuestas planteadas, al reconocer en ellas un esfuerzo por responder a sus necesidades y mejorar la experiencia del parque. Como parte de la retroalimentación, surgieron dos observaciones específicas: por un lado, la solicitud de que la cancha de basquetbol también fuera techada, aspecto que no había sido contemplado en la propuesta inicial; y, por otro, el desacuerdo expresado por una vecina en relación con la apertura de un acceso secundario, al considerar que ello podría comprometer el control y la seguridad del espacio. Fuera de estos señalamientos puntuales, las opiniones fueron favorables y evidenciaron la aceptación comunitaria hacia el proyecto.

Esta retroalimentación se concibe como un insumo valioso

que, en una etapa posterior, podría integrarse en el diseño ejecutivo del parque. En consecuencia, los resultados obtenidos se consideran positivos, pues además de validar la eficacia de la Metodología de Diseño Empático para Parques, la posicionan como una alternativa frente al diseño tradicional, capaz de potenciar la función de los parques vecinales como promotores de bienestar al empatizar con las diversas formas de habitar y significar el espacio. Las siguientes imágenes documentan el encuentro (Figura 42).



Figura 42. Fotografías en el momento de validación con las personas. Fuente: Elaboración propia.

A continuación, se muestran las ilustraciones derivadas de la exploración propositiva de estrategias. El siguiente plano indica la perspectiva que representa cada ilustración:

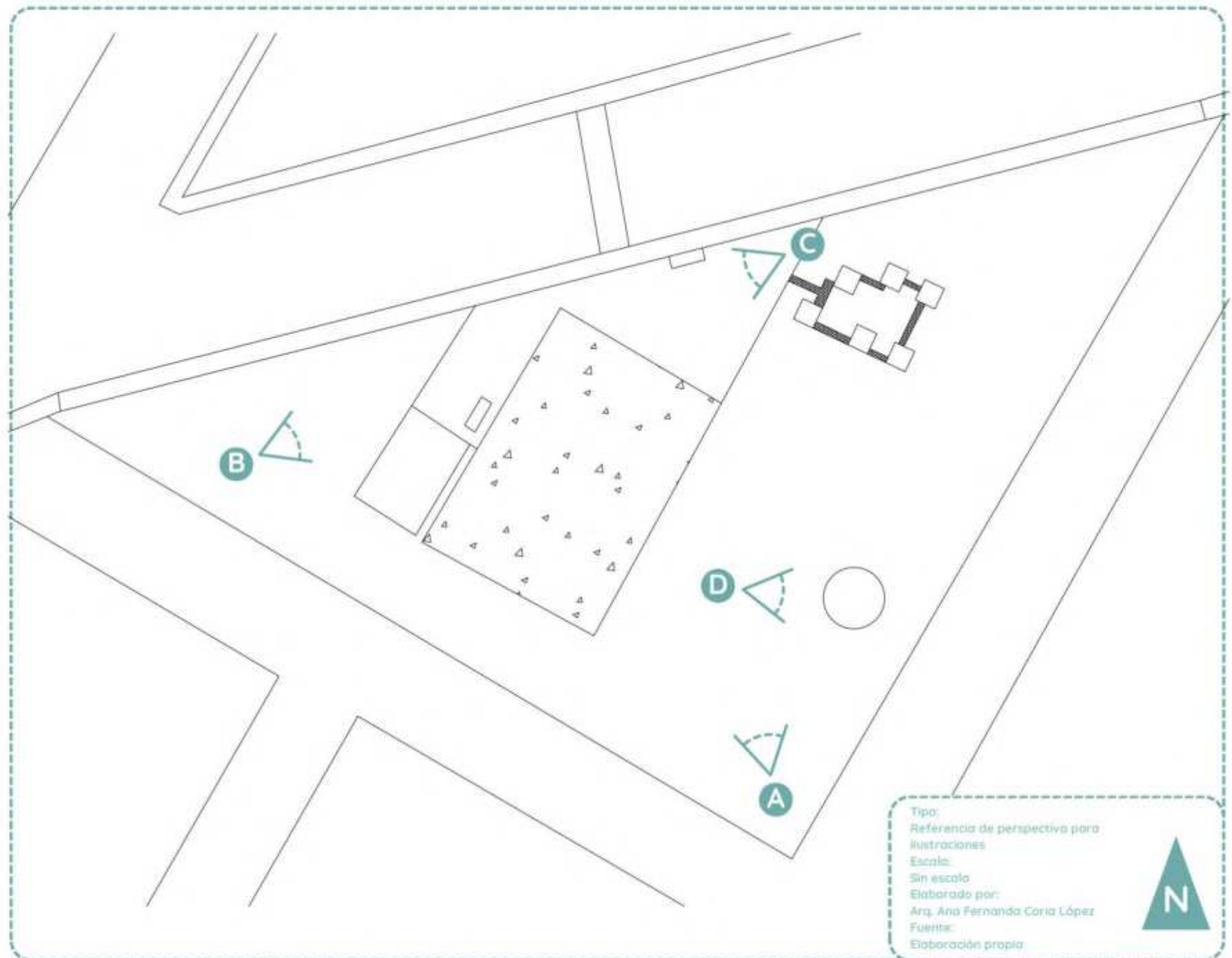


Figura 43. Plano de ubicación de perspectiva que representa cada ilustración. Fuente: Elaboración propia



Carteles informativos y lúdicos

Con datos de flora, fauna, propuestas para incentivar el juego y exploración, o con datos de interés acerca del parque.



Andador para caminar, trotar o correr

Promueve la actividad física, la movilidad segura y el disfrute del entorno completo natural del parque.



Vegetación con características aromáticas

Enriquece la experiencia sensorial y fortalece la conexión de los usuarios con el entorno natural.



Zona de meditación

Destinada a la contemplación y el descanso psicoemocional, que favorece la conexión con la naturaleza y el bienestar integral.



Decoración con listones en árboles

Aporta vitalidad visual, invita a la interacción y refuerza el sentido de identidad comunitaria.

Figura 44. Ilustración de propuesta de diseño para el Parque Cosmos, "Zona de meditación". Fuente: Elaboración propia.

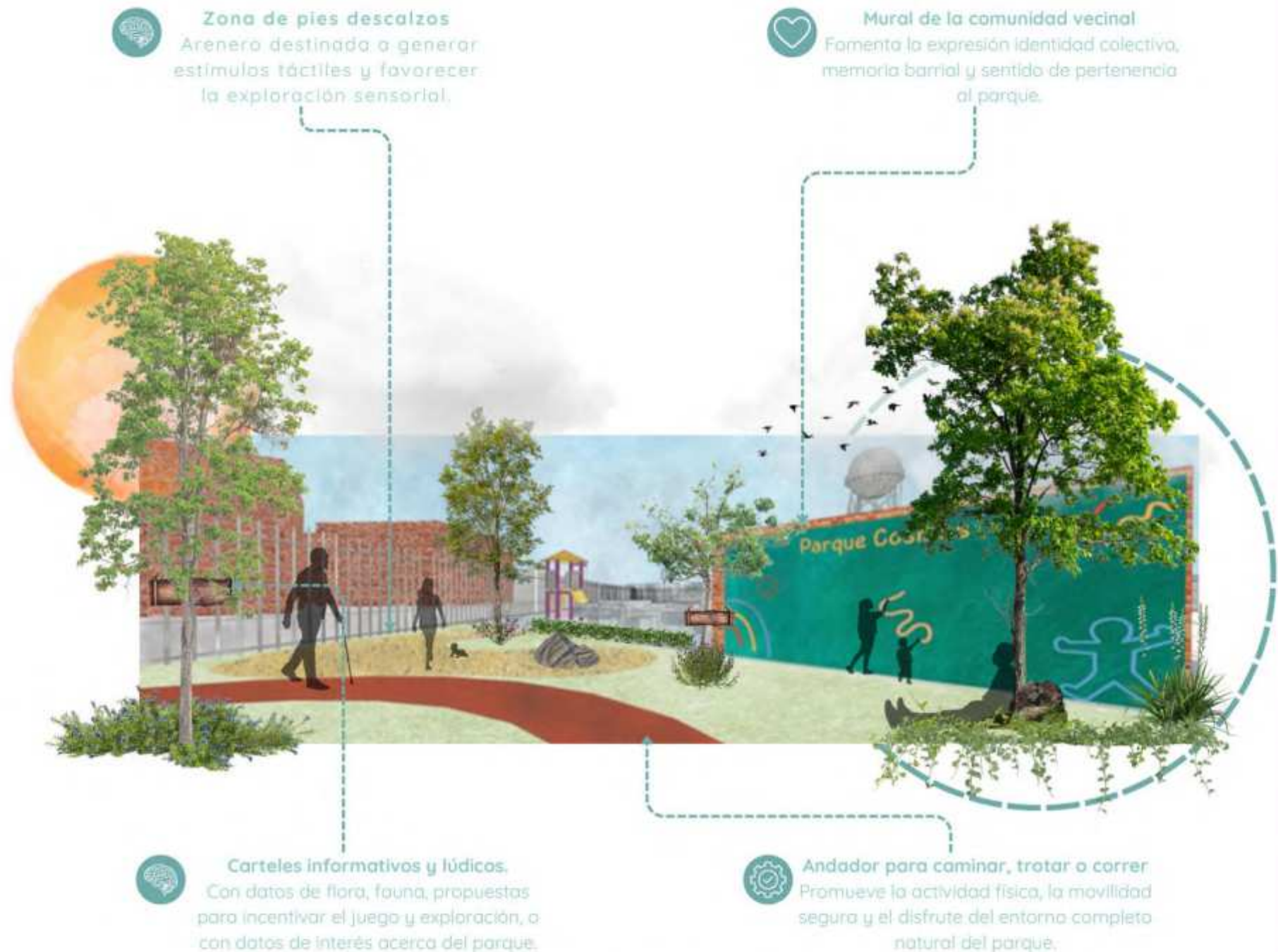


Figura 45. Ilustración de propuesta de diseño para el Parque Cosmos, "Zona de mural". Fuente: Elaboración propia.

Mirador en el tanque elevado del parque
Formaliza un uso espontáneo y lo resignifica como espacio simbólico de contemplación y encuentro con el entorno.



Figura 46. Ilustración de propuesta de diseño para el Parque Cosmos, "Zona de tanque elevado". Fuente: Elaboración propia.



Figura 47. Ilustración de propuesta de diseño para el Parque Cosmos, "Zona de cubierta". Fuente: Elaboración propia.

MEDEP como
instrumento práctico

Capítulo 04



Capítulo 4. MEDEP como instrumento práctico. Manual de diseño Empático para Parques.

Como resultado del capítulo tres se logra sintetizar la Metodología de Diseño Empático para Parques (MEDEP), reconociendo que esta queda conformada por seis fases consecutivas que ordenan el proceso de trabajo y que permiten guiar al diseñador en la elaboración de proyectos urbano bajo un enfoque empático. A continuación, se presenta el diagrama que las representa de manera gráfica (Figura 48)

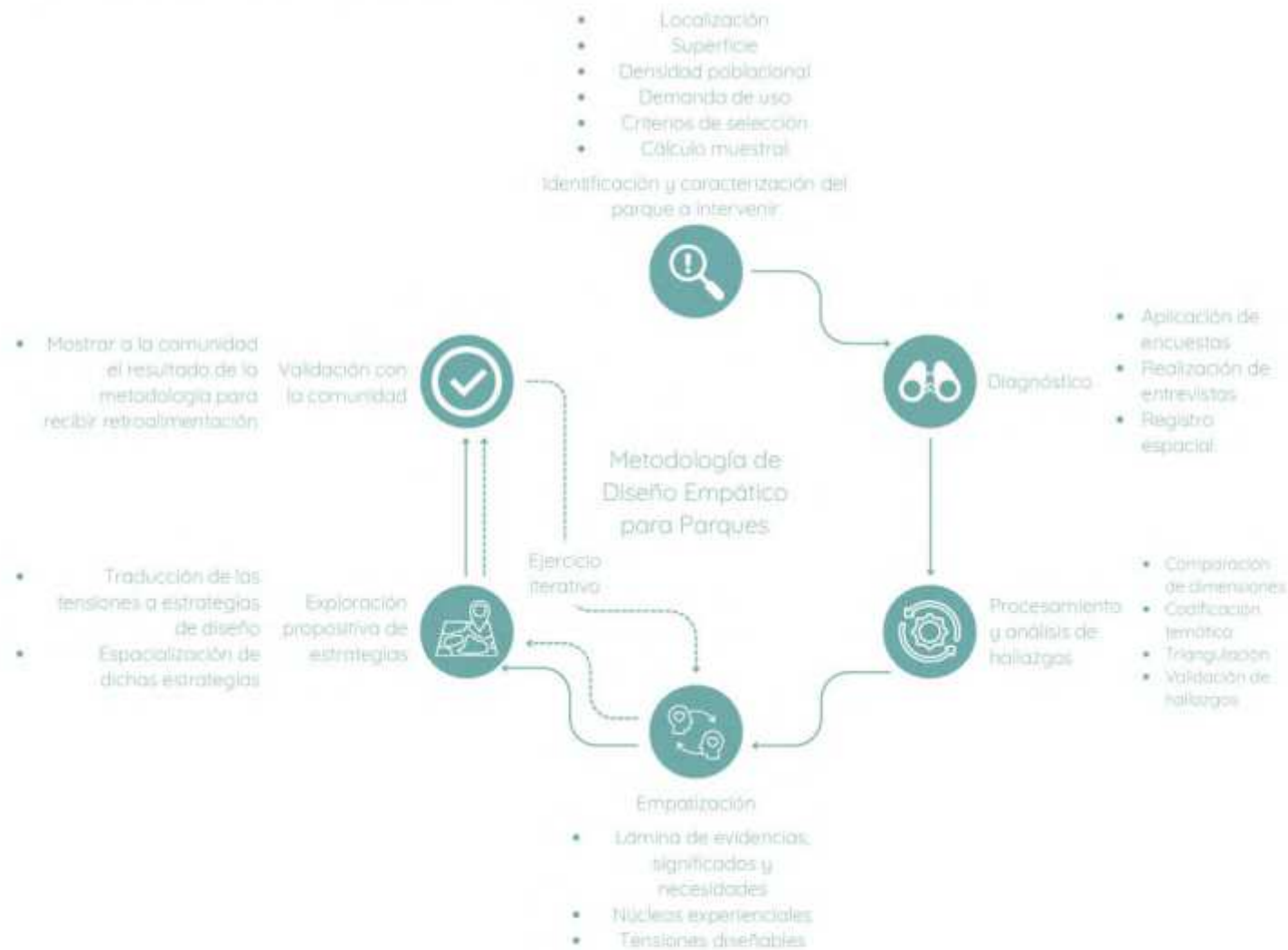


Figura 48. Metodología de Diseño Empático para Parques. Fuente: Elaboración propia.

Una vez delimitados los fundamentos conceptuales y metodológicos de la Metodología de Diseño Empático para Parques (MEDEP), resulta indispensable reconocer que el conocimiento generado, no puede permanecer únicamente en el plano teórico, ni en la esfera de la investigación académica. Para cumplir con su propósito, la metodología desarrollada y aplicada en el caso de la investigación requiere de un instrumento capaz de comunicar de manera clara, accesible y operativa los pasos que la integran a los profesionales que, en la práctica, serán responsables de diseñar, intervenir o gestionar los parques vecinales. De esta forma, se optó por desarrollar un Manual concebido como una guía para traducir el marco metodológico en procedimientos aplicables por arquitectos, urbanistas y diseñadores de paisaje, partiendo de la necesidad de construir un puente entre la reflexión académica y la acción proyectual, de modo que las estrategias derivadas de la investigación se conviertan en recursos operativos.

Para ello, el Manual se plantea como una herramienta que propone un recorrido secuencial que acompañan al diseñador en cada fase del proceso. En este sentido, durante el desarrollo del manual se identificó que, para asegurar la efectividad del proceso, era necesario complementarlo con dos fases adicionales a la aplicación estricta de la MEDEP: la fase de gestión inicial y la fase de gestión final. Ambas fases enfatizan en la dimensión práctica de la metodología, asegurando que el proceso de diseño no se reduzca a un ejercicio académico, sino que disponga de herramientas para consolidar su legitimidad desde el inicio y su viabilidad hacia el cierre.

La gestión inicial establece las condiciones de vinculación y primer acercamiento al caso que se pretende intervenir, mientras que la gestión final analiza los caminos posibles para la realización del proyecto. A continuación, la descripción detallada de lo que involucra cada fase.

4.1 Gestión inicial

La gestión inicial corresponde al primer acercamiento entre el diseñador y la comunidad, y tiene como función asegurar la pertinencia y viabilidad del parque a intervenir. Esta fase, además de proponer criterios para seleccionar el caso de estudio (acceso público, escala adecuada, ausencia de conflictos legales), introduce mecanismos de vinculación social y ética. De esta forma, se propone la elaboración de cuatro distintos formatos que facilitan este propósito: una ficha de selección del caso, un mapa de actores involucrados, una carta de intenciones y un acuerdo de colaboración.

4.1.1 Selección del caso

La ficha de selección del caso es el primer instrumento metodológico, su finalidad es evaluar la viabilidad del parque que se propone intervenir a partir de criterios objetivos, tales como el acceso público, la escala de superficie compatible con la MEDEP, la pertinencia urbana del espacio y la ausencia de conflictos legales o de seguridad que impidan el trabajo. El formato permite al diseñador fundamentar por qué un parque resulta idóneo para la aplicación de la metodología, al mismo tiempo que incorpora variables de impacto social, como la densidad poblacional del entorno o la demanda comunitaria de mejora. En este sentido, la ficha asegura que el proceso se

sustente en una decisión analítica y transparente.

4.1.2 Mapa de actores

El mapa de actores involucrados es una herramienta de carácter social y estratégico, donde su objetivo es identificar a las personas, colectivos e instituciones que mantienen alguna relación con el sitio (parque), así como el nivel de interés e influencia que cada uno se espera ejerza durante el proceso. Este instrumento busca comprender la red de actores y sus relaciones en torno al espacio, reconocer liderazgos, posibles aliados y eventuales resistencias. Al organizar visualmente estas interacciones (por medio de tablas y diagramas), el mapa dota al diseñador de una visión sobre los vínculos comunitarios e institucionales, permitiéndole anticipar conflictos, priorizar contactos y respaldar su labor desde el inicio.

4.1.3 Carta de intenciones

La carta de intenciones es un documento de carácter comunicativo y ético, donde su función principal es presentar de manera accesible los propósitos del diseñador ante la comunidad y, en su caso, las autoridades municipales. En ella se explicita quién es el responsable del proceso, qué acciones se llevarán a cabo en el parque (observaciones, registros, encuestas o entrevistas), y cuáles son los alcances que implica la intervención. La carta también cumple un papel ético al establecer compromisos de confidencialidad, respeto y voluntariedad en la participación de los vecinos. En general, funciona como un gesto de transparencia que sienta las bases de confianza necesarias para la construcción de una relación de coope-

ración.

4.1.4 Acuerdo de colaboración

Finalmente, el acuerdo de colaboración formaliza la disposición conjunta de las partes para llevar a cabo el diagnóstico del parque bajo la MEDEP. Este documento tiene un carácter declarativo, en el que el diseñador, la comunidad y, en algunos casos, las autoridades municipales establecen compromisos para el desarrollo de la fase diagnóstica. El acuerdo delimita alcances, asegura condiciones de trabajo, define tiempos y garantiza la confidencialidad de los datos. Su valor radica en que convierte la intención en un compromiso compartido, dotando el proceso con un marco de corresponsabilidad.

Estos instrumentos son relevantes porque configuran un marco de confianza, legitimidad y transparencia que otorgará solidez al trabajo posterior.

4.2 Gestión nuclear

La gestión nuclear es donde se aplica la MEDEP propiamente dicha. En esta fase se despliega el proceso completo de identificación, diagnóstico, procesamiento de hallazgos, empatización, exploración de estrategias y validación con la comunidad. El aporte central del manual radica en el acompañamiento de cada fase con formatos concretos que guían al diseñador.

4.2.1 Identificación y caracterización del parque a intervenir.

En la fase de identificación y caracterización del parque a intervenir, el manual plantea un conjunto de recursos que resultan en un procedimiento verificable y comparable entre casos. En términos operativos, estos recursos son dos:

una ficha de localización y una ficha de demanda de uso y cálculo muestral.

La ficha de localización establece el punto de partida físico-administrativo del caso. Se busca situar e identificar el parque en su contexto urbano inmediato para obtener una lectura general del entorno que influye en su uso. Por ello, además de los datos generales (nombre oficial, dirección, colonia o barrio, municipio, coordenadas geográficas, superficie aproximada y, cuando es posible, entidad responsable de la administración), la ficha orienta a observar los usos de suelo colindantes y a registrar observaciones del diseñador que ayuden a entender particularidades del sitio. La inclusión de esquemas o croquis de macro y micro-localización permite anclar los hallazgos futuros a una cartografía mínima compartida y, sobre todo, sostener la posterior espacialización de evidencias cualitativas y cuantitativas. El resultado es una identificación contextual de estudio y un primer retrato de su inserción urbana que, más adelante, hará posible relacionar percepciones con condiciones materiales.

La ficha de demanda de uso y cálculo de la muestra vincula ese "dónde" con el "para quién", evitando que el diagnóstico se apoye en muestras convenientes o en intuiciones sobre el público usuario. Partiendo de un área de influencia explícita (por ejemplo, radios caminables de 250 a 500 metros ajustados al caso), se documenta densidad poblacional, condiciones socioeconómicas y rasgos de vivienda que impactan la necesidad de áreas verdes de proximidad. Esta lectura demográfica tiene como objetivo proyectar una demanda potencial de uso y, con base en

ella, definir el universo al que se pretende representar. De allí se deriva un tamaño de muestra para encuestas con criterios de calidad estadística (nivel de confianza y margen de error definidos) y con una distribución que anticipe diversidad por sexo y por grupos etarios, de modo que el parque no quede interpretado desde una fracción sesgada de usuarios. El valor metodológico de esta ficha radica en dos aspectos: por un lado, transparenta la lógica de representatividad; por otro, deja preparado el terreno para que la comparación entre dimensiones en la encuesta sea consistente y, por ende, accionable en el diseño.

4.2.2 Diagnóstico

Sobre esa base, el Manual propone una estructura de encuesta desarrollada con la MEDEP: cada dimensión (estimulación sensorial y cognitiva, apego al lugar, cohesión social, funcionalidad, seguridad y permanencia digna, y adaptación para la diversidad) se operacionaliza en un pequeño conjunto de ítems equivalentes, redactados siempre con la intención de facilitar la comprensión y la respuesta, y medidos en una escala homogénea que haga posible la comparación transversal. La economía de ítems por dimensión pretende estandarizar un "módulo" de medición que, agregado a una muestra representativa, permita construir promedios comparables y ordenar, con criterios explícitos, aquello que el parque ofrece bien y aquello que requiere ser ajustado. De ahí que la encuesta sea, a la vez, un dispositivo de medición y un traductor: toma percepciones individuales y las devuelve como patrones colectivos legibles, listos para ser convertidos en prioridades de intervención.

Además de la encuesta, la propuesta de complementar con entrevistas se orienta a cubrir lo que el análisis cuantitativo no capta con precisión: las narrativas, los matices afectivos, las tensiones vividas y las apropiaciones del espacio. Por eso se propone un guion conciso, igualmente alineado con las seis dimensiones, que convoca a respuestas abiertas y sitúa al entrevistado en el centro de la experiencia. La entrevista busca comprender cómo se articulan memorias, expectativas y obstáculos cotidianos en el uso del parque; qué significa estar o no estar ahí; qué prácticas emergen pese al diseño y cuáles quedan canceladas por él. En la práctica, esto exige escucha consciente, repreguntas cuidadosas, registro responsable y, sobre todo, una lectura posterior en clave de codificación temática que permita pasar de testimonios singulares a temas recurrentes. El valor de esta estructura reside en que produce insumos cualitativos comparables con la encuesta sin subordinarse a ella.

Finalmente, el registro espacial se apoya en dos listas de verificación que aseguran un levantamiento sistemático de las condiciones materiales del parque, reduciendo el riesgo de omisiones y estandarizando lo observable entre equipos o entre visitas. La primera lista, de registro planimétrico, ordena la captura de límites y superficie, accesos y recorridos, zonas activas y pasivas, ubicación y estado del mobiliario y equipamiento, elementos naturales relevantes (árboles, sombra, áreas verdes), condiciones de iluminación y puntos ciegos, así como aspectos de accesibilidad vinculados a pendientes, pavimentos y cambios de nivel. Su propósito es producir una representación gráfica y una

narrativa técnica coherentes con lo que más tarde el análisis temático y la encuesta podrían estar señalando, de manera que la “evidencia física” se ubique, se mida y se interprete con base en un mismo piso metodológico. La segunda lista, de registro fotográfico, complementa esa planimetría con una bitácora visual sistemática: panorámicas desde cada acceso principal, imágenes de cada zona funcional, detalles de mobiliario en buen y mal estado, evidencias de accesibilidad, de sombra e iluminación, y documentación de zonas conflictivas o en desuso. La intención es obtener una colección curada para el análisis; funciona como respaldo empírico y como insumo comunicacional para devolver hallazgos a la comunidad y a las autoridades, sosteniendo con imágenes lo que los datos y relatos ya sugieren.

Leído en conjunto, este andamiaje metodológico cumple dos cometidos decisivos. Primero, preserva la transversalidad de las seis dimensiones en todos los instrumentos, de modo que lo espacial observado, lo cuantitativo medido y lo cualitativo narrado “hablen el mismo idioma” y puedan ser triangulados sin forzar interpretaciones. Segundo, garantiza trazabilidad: desde la localización física y el universo poblacional hasta la evidencia fotográfica y las categorías interpretativas, el diagnóstico deja un rastro explícito sobre cómo se construyó el conocimiento del parque.

4.2.3 Procesamiento y análisis de hallazgos

La fase de procesamiento y análisis de hallazgos representa el momento de transición entre la recolección de datos y la generación de insumos interpretativos que

nutrirán la empatización. Para ello, es indispensable que los resultados sean ordenados, comparados y sintetizados en un lenguaje común que permita reconocer patrones y contrastes. En este sentido, el Manual propone tres recursos que en conjunto conforman un proceso que asegura que la riqueza de la información recogida no se diluya, sino que se convierta en un cuerpo de evidencias claro, verificable y comparable: el mapa de calor derivado de las encuestas, la matriz de entrevistas y la tabla de síntesis de hallazgos.

1) **Mapa de calor de encuestas**, constituye el primer recurso de esta fase y cumple con la tarea de traducir los datos cuantitativos en una representación visual intuitiva. A partir de los promedios obtenidos para cada dimensión de la MEDEP (estimulación sensorial y cognitiva, apego al lugar, cohesión social, funcionalidad, seguridad y permanencia digna, y adaptación para la diversidad), se aplica un gradiente cromático que permite identificar, de manera inmediata, cuáles dimensiones se encuentran mejor valoradas por la comunidad y cuáles presentan mayores deficiencias. Este instrumento es una herramienta de priorización que orienta al diseñador sobre en qué aspectos debe centrar su atención. De esta forma, los números son un insumo visual que facilita tanto la interpretación técnica como la comunicación posterior con la comunidad o con actores institucionales.

2) **Matriz de entrevistas**, que responde a la necesidad de dar estructura al material cualitativo. Estas ofrecen narrativas abiertas, memorias, tensiones y significados, generan una gran cantidad de información difícil de

organizar si no se cuenta con un procedimiento explícito. La matriz ordena estos relatos en función de las seis dimensiones de la MEDEP, identifica coincidencias entre los testimonios y agrupa esas coincidencias en temas que condensan el sentido común de lo expresado. De esta manera, se logra pasar de lo individual a lo colectivo sin borrar la singularidad de las voces. El valor metodológico de esta matriz radica en que otorga sistematicidad al análisis cualitativo, evitando que las entrevistas se interpreten de manera fragmentaria o subjetiva. Lo que emerge de este recurso es un panorama organizado de percepciones que, al ser contrastado con las encuestas y el registro espacial, dota al proceso de un equilibrio entre lo cuantitativo y lo narrativo.

3) **Tabla de síntesis integrada de hallazgos**, constituye el cierre de esta fase y la clave para la triangulación metodológica. En ella convergen los tres niveles de información generados: los resultados de encuestas, los temas identificados en entrevistas y las observaciones derivadas del registro espacial. Esta síntesis es ejercicio comparativo que permite verificar coincidencias, detectar contradicciones y construir un mapa más realista de la situación del parque. Por ejemplo, si las encuestas muestran una baja valoración de la seguridad y el registro espacial evidencia zonas oscuras o mobiliario en mal estado, la relación se corrobora empíricamente; en cambio, si las entrevistas expresan un fuerte apego al lugar mientras que las fotografías muestran deterioro físico, se revela una tensión que merece ser explorada en la fase de empatización. La tabla de síntesis, en este sentido,

convierte el material disperso en un documento estructurado que refleja tanto las fortalezas como las carencias del parque bajo las dimensiones empáticas.

4.2.4 Empatización

La fase de empatización representa el aporte principal de la MEDEP, el momento en que los hallazgos del diagnóstico y del análisis se transforman en comprensiones profundas sobre la manera en que las personas viven, sienten y significan el parque vecinal. Aquí, el énfasis está en reconocer que el espacio público es, ante todo, un escenario experiencial cargado de memorias, afectos, tensiones y vínculos simbólicos.

La empatización asegura que el diseño posterior se base en una traducción sensible de la experiencia humana en torno al parque. Para lograrlo, el Manual ofrece tres recursos metodológicos:

1) **Lámina de evidencias, significados y necesidades** es el primer paso de esta fase y funciona como un dispositivo de condensación. En ella se registran, de manera sistemática, los hallazgos provenientes de encuestas, entrevistas y observación espacial, para interpretar y definir núcleos experienciales. En la lámina, cada dimensión (estimulación sensorial y cognitiva, apego al lugar, cohesión social, funcionalidad, seguridad y permanencia digna, y adaptación para la diversidad) retoma dichos núcleos, para acompañarlos con un conjunto de focos de evidencias empíricas, los significados que los usuarios atribuyen a esas evidencias y las necesidades que emergen de ellas. De esta forma, la información recolectada adquiere una nueva capa de lectura: avanza

hacia la interpretación de lo que ese “hecho” significa en la vida cotidiana de la comunidad. El valor de esta lámina radica en que transforma los datos dispersos en un lenguaje humano y empático, otorgando sentido a la información y preparando el terreno para el trabajo creativo posterior.

2) **Formato de conexión entre núcleos experienciales**, cuya finalidad es trascender la identificación aislada de núcleos para comprender cómo se relacionan entre sí. Esta herramienta invita al diseñador a articular un diagnóstico final del parque que dé cuenta de las interdependencias entre emociones, percepciones y necesidades detectadas. Por ejemplo, un núcleo de inseguridad puede vincularse con otro de falta de cohesión social, o un núcleo de apego al lugar con uno de estimulación sensorial positiva. Esta interconexión permite reconocer que la experiencia de un parque no se fragmenta en dimensiones estancas, sino que se configura en redes de vivencias que se potencian o se contradicen mutuamente. El formato, al ordenar estas relaciones en un esquema, brinda una visión compleja que permite al diseñador comprender que su intervención no debe atender problemas o aspiraciones de manera aislada, sino desde una lógica y articulada.

3) **Formato de tensiones diseñables** derivadas de los núcleos experienciales constituye el cierre de esta fase y la tarea previa directa de la exploración propositiva. En este sentido, las conexiones entre núcleos se traducen en tensiones, es decir, en preguntas guía que expresan los dilemas y retos que el diseño debe atender. Por ejemplo, pueden surgir interrogantes como: ¿cómo garantizar un

espacio seguro sin que pierda apertura e inclusión?, ¿cómo equilibrar el deseo de tranquilidad con la necesidad de zonas activas y ruidosas?, o ¿cómo reforzar la identidad barrial sin excluir a quienes no comparten una historia previa con el lugar? El formato permite organizar estas tensiones en metas y preguntas de diseño, convirtiéndolas en guías claras para el ejercicio proyectual. De este modo, la empatización abre el camino para imaginar y proyectar el parque desde la experiencia de sus habitantes.

4.2.5 Exploración propositiva de estrategias

La fase de exploración propositiva de estrategias representa el momento creativo inicial de la metodología, donde los insumos generados en la empatización se pasan a ser posibilidades de diseño. Una vez identificados los núcleos experienciales y formuladas las tensiones diseñables, el proceso requiere suponer cómo el parque podría responder a las necesidades, aspiraciones y contradicciones detectadas en la comunidad. Esta fase busca producir una primera propuesta exploratoria que traduzca los hallazgos empáticos en lineamientos espaciales.

Para guiar este proceso de lo interpretativo a lo propositivo, el Manual retoma las seis dimensiones del diseño empático que articulan la MEDEP:

1. Estimulación sensorial y cognitiva.
2. Apego al lugar.
3. Cohesión social.
4. Funcionalidad.
5. Seguridad y permanencia digna.
6. Adaptación a la diversidad.

Cada dimensión se convierte en un eje desde el cual se plantean dos elementos complementarios:

1. Una serie de estrategias de diseño empático, que funcionan como ejemplos, sugerencias o incentivos creativos para orientar la toma de decisiones del diseñador.
2. Definición de los beneficios esperados si dichas estrategias son incorporadas al nuevo diseño del parque, explicitando las repercusiones positivas en términos de bienestar, permanencia, cohesión o apropiación comunitaria.

Este doble recurso (estrategias y beneficios) dota al diseñador de un marco de referencia claro para la formulación de propuestas. Por ejemplo, en la dimensión de:

- Estimulación sensorial y cognitiva, se sugieren estrategias como diversificar la vegetación, incorporar texturas en materiales o diseñar senderos no lineales, con el beneficio de generar experiencias restauradoras, reducir el distrés urbano y fomentar un vínculo afectivo con el espacio.
- En la de apego al lugar, se proponen elementos de resignificación simbólica o de conservación de memorias barriales, con beneficios como el fortalecimiento de la identidad y el cuidado comunitario.
- Para la de cohesión social, se plantean espacios intergeneracionales o áreas para actividades colectivas, lo que conlleva beneficios como el reforzamiento del tejido social y la disminución de la percepción de

inseguridad.

- En la dimensión de funcionalidad, las estrategias se enfocan en garantizar recorridos accesibles, mobiliario suficiente y organización espacial intuitiva, con el beneficio de aumentar la comodidad, la permanencia digna y el uso cotidiano del parque.
- En la dimensión de seguridad y permanencia digna, las estrategias abordan aspectos como la mejora de la visibilidad, el mantenimiento continuo y la creación de condiciones de permanencia libre, con beneficios en la confianza, la reducción del miedo y la consolidación del derecho a la ciudad.
- Finalmente, en la dimensión de adaptación a la diversidad, se proponen accesos que sean aptos para todas las personas, mobiliario y representaciones simbólicas inclusivas, con beneficios como la ampliación del espectro de usuarios y el fomento de una cultura urbana más abierta y equitativa.

El valor metodológico de esta fase tiene relación con que convierte las comprensiones obtenidas en la empatización en criterios de acción creativa, ofreciendo al diseñador un repertorio de posibilidades que responden a la diversidad de formas de habitar el parque. Al incorporar tanto las estrategias como los beneficios esperados, el manual asegura que el proceso de diseño no pierda de vista su propósito original que es construir espacios que promuevan el bienestar autopercebido desde la empatía. Concluir esta fase, permite obtener una propuesta explorativa susceptible de presentarse a la comunidad en la validación como un conjunto de alternativas abiertas al

diálogo y a la retroalimentación colectiva.

4.2.6 Validación con la comunidad

La fase de validación con la comunidad es el cierre de la gestión nuclear que propone el Manual, es un momento decisivo para otorgar validez y pertinencia a las propuestas de diseño. Esta fase tiene el objetivo de devolver los resultados a la comunidad que habita y utiliza el parque. El propósito es contrastar las ideas de diseño con las experiencias cotidianas de las personas, asegurando que las estrategias planteadas no sean un producto unilateral del diseñador, sino una construcción compartida que refleja con fidelidad las necesidades, expectativas y valores de quienes viven el espacio.

Durante esta fase, las propuestas exploratorias elaboradas en la etapa de exploración propositiva de estrategias se presentan a las personas. Se busca generar un diálogo donde las ilustraciones, narrativas y descripciones del diseño se traducen a un lenguaje comprensible para todo tipo de participantes. En este encuentro, la comunidad puede expresar su grado de acuerdo con las propuestas, señalar objeciones, plantear ajustes concretos o incluso proponer nuevas alternativas. Para acompañar este ejercicio, el Manual ofrece un Formato de registro de retroalimentación.

Este formato permite documentar de manera ordenada las observaciones de la comunidad en torno a cada una de las seis dimensiones del diseño empático. La estructura del formato facilita registrar los comentarios expresados por los participantes, los posibles ajustes al diseño derivados de dichos comentarios y las acciones siguientes que deberá

emprender el diseñador. De esta manera se construye un mecanismo de trazabilidad que deja constancia de cómo las propuestas fueron dialogadas, modificadas o reforzadas a partir de la comunidad.

El valor metodológico de este formato tiene origen en que convierte la participación en evidencia. En lugar de que la validación se reduzca a una actividad informal o anecdótica, se establece un documento que ordena las aportaciones, transparenta las decisiones y permite regresar a fases anteriores si es necesario.

La validación tiene un carácter iterativo, ya que abre la posibilidad de volver a la empatización, a la exploración de nuevas estrategias y a la revisión de la propuesta tantas veces como sea necesario hasta alcanzar un diseño que la comunidad reconozca como propio. En suma, es la representación de un proceso que fortalece la dimensión empática de la metodología.

4.3 Gestión final

La fase de gestión final representa la última tarea que propone el manual, y tiene la intención de asegurar que el proceso de diseño no permanezca en el plano conceptual o especulativo, sino que pueda trasladarse a un proyecto factible de realizarse. Una vez que la comunidad ha validado la propuesta de manera participativa, el siguiente desafío consiste en explorar las posibilidades de gestión y financiamiento que hagan viable su implementación. Esta fase busca ofrecer al diseñador una ruta metodológica que lo guíe en la identificación de fuentes de apoyo, requisitos básicos y pasos necesarios para convertir el diseño en un proyecto ejecutable.

4.3.1 Diagrama de rutas de financiamiento

Para acompañar este proceso, el Manual ofrece como recurso principal un diagrama de rutas de financiamiento, pensado como una herramienta de orientación que facilita la toma de decisiones. A través de una secuencia de preguntas (¿existe disposición vecinal para autogestión?, ¿hay programas municipales vigentes?, ¿hay interés empresarial?, ¿se cuenta con apoyo político?, ¿es viable el presupuesto participativo?), el diagrama conduce al diseñador hacia una de las cinco rutas de financiamiento posibles: asociación vecinal, gobierno municipal, financiamiento privado, apoyo político o presupuesto participativo. Este recurso ayuda a seleccionar el camino más coherente con el contexto y las capacidades de la comunidad, y además evita la dispersión de esfuerzos al señalar de manera directa cuáles son las condiciones mínimas que cada alternativa requiere.

Una vez determinada la ruta más adecuada, el Manual pone a disposición cinco checklists, que detallan los requisitos y entregables para cada modalidad de financiamiento. Estas listas funcionan como guías que orientan al diseñador en la preparación de documentos, evidencias y compromisos necesarios. Por ejemplo, en el caso de la asociación vecinal, se enfatiza la necesidad de actas de asamblea, planes de recaudación y estrategias de comunicación interna; en el de gobierno municipal, se requiere la alineación con planes de desarrollo urbano y la preparación de oficios y trámites oficiales; para el financiamiento privado, se plantea la justificación del impacto social y ambiental junto con propuestas de

visibilidad de marca; en la ruta de apoyo político, se solicitan cartas de respaldo ciudadano, evidencias de participación comunitaria y compromisos escritos que eviten apropiaciones indebidas; y en el caso del presupuesto participativo, se detallan formatos específicos de convocatoria, topes presupuestales y mecanismos de movilización vecinal para la votación.

Además de estas particularidades, el Manual explica que existen entregables comunes a todas las rutas, como un dossier del proyecto, planos y renders del diseño, un presupuesto estimado, el aval comunitario y un cronograma tentativo de ejecución. El valor metodológico de esta fase radica en que traslada el diseño empático en un plan de acción profesional viable.

Reflexiones finales



Reflexiones finales

La evolución que ha seguido la ciudad se ha caracterizado por la concentración de población, cada vez, no solo en mayor cantidad, sino bajo densidades cada vez más altas. En otras palabras, la ciudad es un espacio densamente edificado que obliga a sus habitantes a interactuar con más personas en un menor espacio; situación que conlleva a que el habitar se caracteriza por una prisa e inmediatez que se manifiesta en altos niveles de estrés.

En este contexto, el diseño urbano contemporáneo enfrenta el desafío de responder a problemáticas complejas derivadas del estilo de vida urbano, lo acelerado del ritmo con que se vive la cotidianeidad, ha propiciado una sobrecarga de demandas laborales y sociales, han propiciado la prevalencia de altos niveles de estrés crónico en la población.

La ciudad se ha constituido como lo edificado por excelencia y su creciente desvinculación con el entorno natural, aunque si bien de forma tradicional se ha buscado incorporar áreas verdes, principalmente bajo principios estéticos tendientes a embellecer la ciudad, o de funcionalidad a fin de cubrir la demanda de espacios destinados al deporte o la recreación. La relación entre ciudad y áreas verdes se ha simplificado bajo criterios cuantitativos, estableciendo criterios por norma, como escenarios ideales pero inalcanzables en la mayoría de los casos.

Lo anterior, provocó que por años, las autoridades buscarán la incorporación de grandes parques urbanos, a fin de incrementar el número de metros cuadrados de área

verde por habitante. Sin embargo, la experiencia urbana ha demostrado que, desde una perspectiva social, lo óptimo es la cercanía y accesibilidad de las áreas verdes.

Bajo este panorama, es necesario considerar que los avances científicos han demostrado que los parques vecinales representan un recurso de primer orden para contrarrestar los efectos negativos de la vida urbana, principalmente el estrés; sin embargo, su diseño actual suele estar orientado a cubrir necesidades mínimas de esparcimiento o a ofrecer equipamientos funcionales centrados principalmente en las infancias, dejando de lado la diversidad de experiencias y grupos sociales que habitan la ciudad. El resultado ha sido la generación de espacios poco atractivos, subutilizados y, en muchos casos, abandonados, que difícilmente cumplen con su potencial de convertirse en entornos restauradores para la vida urbana.

Retomando la hipótesis general de la investigación, puede afirmarse que la metodología de diseño tradicional en parques vecinales se enriquece al incorporar una visión fundamentada en la empatía, incorporado en seis dimensiones que este documento propone: estimulación sensorial y cognitiva, apego al lugar, cohesión social, funcionalidad, seguridad y permanencia digna, y adaptación para la diversidad.

La investigación realizada demostró que dichas dimensiones permiten orientar propuestas de diseño más sensibles a las experiencias y necesidades de los usuarios, favoreciendo la generación de espacios con mayor capacidad para reducir los niveles de estrés urbano.

crónico y promover el bienestar autopercebido. En este sentido, también se cumple el objetivo general, al haberse desarrollado la MEDEP como una metodología concreta que amplía los alcances del diseño tradicional y constituye la principal aportación de este trabajo, como un marco que integra investigación, análisis y diseño bajo un mismo proceso, colocando la experiencia de las personas en el centro. Este enfoque rompe con las visiones tradicionales que subordinan el bienestar a la funcionalidad.

El valor de la MEDEP para el diseño urbano se manifiesta en distintos niveles. En primer lugar, constituye un instrumento de diagnóstico que incorpora la dimensión subjetiva de los usuarios mediante encuestas, entrevistas, observaciones y narrativas. Esto permite lograr un acercamiento sobre cómo los habitantes perciben y viven el parque, reconociendo tensiones y oportunidades que habitualmente quedan invisibilizadas en los estudios técnicos. En segundo lugar, propone un proceso de traducción de experiencias en estrategias de diseño, en el que los núcleos experienciales y tensiones detectadas se convierten en preguntas provocativas que orientan el proyecto. Con ello, se establece un puente directo entre la vida cotidiana y las decisiones espaciales, garantizando que el diseño responda a problemas reales y no a suposiciones del diseñador.

Otro aporte fundamental de esta tesis, es la incorporación de una fase de empatización dentro del proceso metodológico. A diferencia de enfoques convencionales que separan la investigación del diseño, la empatía como proceso permite transformar los hallazgos en insumos sen-

sibles y operativos que guían la generación de propuestas. Esta fase otorga al proceso de diseño una profundidad humana que lo diferencia de otros métodos, ya que reconoce que los parques no son únicamente superficies dotadas de equipamientos, sino escenarios de emociones, memorias, tensiones y vínculos comunitarios.

En el plano conceptual, la tesis propone un cambio de pensamiento en la manera de entender el bienestar en la ciudad. Al abordar el bienestar como un fenómeno autopercebido y subjetivo, se rechaza la separación cuerpo-mente que ha dominado las aproximaciones tradicionales, y se propone en su lugar un enfoque fenomenológico que reconoce a las personas como seres complejos.

A nivel disciplinar, el aporte de la tesis consiste en haber construido una metodología aplicable y transferible que puede ser utilizada por diseñadores, estudiantes, instituciones y colectivos en distintos contextos urbanos. Su estructura facilita su replicabilidad, al tiempo que permite adaptaciones según las condiciones específicas de cada parque y comunidad. De esta manera, la MEDEP contribuye a consolidar una práctica de diseño urbano basada en evidencia y orientada a la experiencia, lo que amplía las posibilidades de intervención sensible y eficaz en los espacios públicos.

Por lo anterior, se detecta la relevancia de construir un Manual que reúna de manera articulada las fases de la metodología con la intención de consolidar un proceso de diseño que, además de riguroso, resulte accesible y aplicable en distintos contextos. Este documento, además

de organizar la secuencia metodológica, ofrece un lenguaje común para diseñadores, posibilitando que cada fase pueda comprenderse y aplicarse sin ambigüedades. Al narrar el proceso desde la identificación inicial del parque hasta la validación de estrategias con la comunidad, el manual se convierte en una guía práctica que integra teoría, análisis y acción en un solo instrumento.

Referencias bibliográficas



Referencias bibliográficas

- Asociación Americana de Psicología. (2023). Diccionario de psicología de la APA. <https://dictionary.apa.org>
- Berto, R. (2005). Exposure to restorative environments helps restore attentional capacity. *Journal of Environmental Psychology*, 25(3), 249–259. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2005.07.001>
- Brown, T. (2009). *Change by design: How design thinking creates new alternatives for business and society*. Harper Business.
- Böhme, G. (1993). Atmosphere as the fundamental concept of a new aesthetics. *Thesis Eleven*, 36(1), 113–126. <https://doi.org/10.1177/072551369303600107>
- Bollo Manent, M. A., López Romero, A. J., & Pérez Maqueo, O. (2022). Disponibilidad y distribución de áreas verdes en ciudades intermedias de México: El caso de Morelia. *Revista de Urbanismo y Medio Ambiente*, 36(2), 45–62. <https://doi.org/10.14350/rig.60494>
- Bratman, G. N., Hamilton, J. P., & Dally, G. C. (2015). The impacts of nature experience on human cognitive function and mental health. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1357(1), 15–23. <https://doi.org/10.1111/nyas.12689>
- Buber, M. (1970). *I and thou* (W. Kaufmann, Trans.). Charles Scribner's Sons. (Original work published 1923)
- Carmona, M., Heath, T., Oc, T., & Tiesdell, S. (2010). *Public places, urban spaces: The dimensions of urban design* (2nd ed.). Routledge.
- Castells, M. (1989). *The informational city: Economic restructuring and urban development*. Blackwell.
- Chan, J., To, H.-P., & Chan, E. (2006). Reconsidering social cohesion: Developing a definition and analytical framework for empirical research. *Social Indicators Research*, 75(2), 273–302. <https://doi.org/10.1007/s11205-005-2118-1>
- Chrousos, G. P. (2009). Stress and disorders of the stress system. *Nature Reviews Endocrinology*, 5(7), 374–381. <https://doi.org/10.1038/nrendo.2009.106>
- Coria López, A. F., & García Espinosa, S. (2025). Áreas verdes indispensables para un estilo de vida urbano saludable. En J. Vite Vega, J. B. Guerrero Escamilla, S. López Pérez, & S. Bass Zavala (Coords.), *Las experiencias de investigación en el análisis territorial* (pp. 407–424). Grañén Porrúa; Lito-Grapo; Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.
- Coplan, A., & Goldie, P. (Eds.). (2011). *Empathy: Philosophical and psychological perspectives*. Oxford University Press.
- Cozens, P., & Love, T. (2015). A review and current status of Crime Prevention Through Environmental Design (CPTED). *Journal of Planning Literature*, 30(4), 393–412. <https://doi.org/10.1177/0885412215595440>
- Crenshaw, K. (1991). Mapping the margins: Intersectionality, identity politics, and violence against women of color. *Stanford Law Review*, 43(6), 1241–1299. <https://doi.org/10.2307/1229039>
- Damásio, A. R. (1994). *El error de Descartes: La emoción, la razón y el cerebro humano*. Crítica.

- Decety, J., & Jackson, P. L. (2004). The functional architecture of human empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3(2), 71-100. <https://doi.org/10.1177/1534582304267187>
- Dehaene, M., & De Cauter, L. (2008). *Heterotopia and the city: Public space in a postcivil society*. Routledge.
- Descartes, R. (1641). *Meditaciones metafísicas*. Alianza Editorial.
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview.
- Dodge, R., Daly, A. P., Huyton, J., & Sanders, L. D. (2012). The challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(3), 222-235. <https://doi.org/10.5502/ijw.v2i3.4>
- Eberhard, J. P. (2009). *Brain landscape: The coexistence of neuroscience and architecture*. Oxford University Press.
- El País. (2024, 15 de enero). La vida en la ciudad: entre el estrés y la prisa. <https://elpais.com/mexico/2024-01-15/la-vida-en-la-ciudad-entre-el-estrés-y-la-prisa.html>
- Flyvbjerg, B. (2006). Five misunderstandings about case-study research. *Qualitative Inquiry*, 12(2), 219-245. <https://doi.org/10.1177/1077800405284363>
- Gehl, J. (2006). *Life between buildings: Using public space*. Island Press.
- Gehl, J. (2010). *Cities for people*. Island Press.
- Glaeser, E. L. (2011). *Triumph of the city: How our greatest invention makes us richer, smarter, greener, healthier, and happier*. Penguin Press.
- Glaser, R., & Kiecolt-Glaser, J. K. (2005). Stress-induced immune dysfunction: Implications for health. *Nature Reviews Immunology*, 5(3), 243-251. <https://doi.org/10.1038/nri1571>
- Giuliani, M. V. (2003). Theory of attachment and place attachment. In M. Bonnes, T. Lee, & M. Bonaiuto (Eds.), *Psychological theories for environmental issues* (pp. 137-170). Ashgate.
- Hannibal, K. E., & Bishop, M. D. (2014). Chronic stress, cortisol dysfunction, and pain: A psychoneuroendocrine rationale for stress management in pain rehabilitation. *Physical Therapy*, 94(12), 1816-1825. <https://doi.org/10.2522/ptj.20130597>
- Harnik, P., & Welle, B. (2011). *From fitness zones to the medical mile: How urban park systems can best promote health and wellness*. The Trust for Public Land.
- Harvey, D. (2012). *Rebel cities: From the right to the city to the urban revolution*. Verso Books.
- Harvey, D. (2019). *The urban experience*. Johns Hopkins University Press.
- Hartig, T., Mitchell, R., de Vries, S., & Frumkin, H. (2014). Nature and health. *Annual Review of Public Health*, 35, 207-228. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-032013-182443>
- Hartig, T., Mang, M., & Evans, G. W. (1991). Restorative effects of natural environment experiences. *Environment and Behavior*, 23(1), 3-26. <https://doi.org/10.1177/0013916591231001>

- IDEO. (2015). The field guide to human-centered design. IDEO.org.
- Instituto Mexicano para la Competitividad (IMCO). (2019). El costo de la congestión: Vida y recursos perdidos. <https://imco.org.mx/wp-content/uploads/2019/09/%C2%BFCu%C3%A1nto-cuesta-la-congesti%C3%B3n-en-M%C3%A9xico.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2020). Censo de Población y Vivienda 2020. <https://www.inegi.org.mx>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2021). Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado (ENBIARE) 2021. <https://www.inegi.org.mx>
- INEGI. (2020). Rural y urbana - Cuéntame de México. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. https://beta.cuentame.inegi.org.mx/descubre/poblacion/rural_urbana/
- Infobae. (2020, 15 de enero). La CDMX ha perdido casi 19 km² de áreas verdes en las últimas dos décadas. <https://www.infobae.com/mexico/2020/01/15/cdmx-perdida-areas-verdes>
- Imrie, R. (2012). Universalism, universal design and equitable access to the built environment. *Disability & Rehabilitation*, 34(10), 873–882. <https://doi.org/10.3109/09638288.2011.624250>
- Jacobs, J. (1961). The death and life of great American cities. Random House.
- Kabisch, N., Qureshi, S., & Haase, D. (2015). Human-environment interactions in urban green spaces—A systematic review. *Environmental Impact Assessment Review*, 50, 25–34. <https://doi.org/10.1016/j.eiar.2014.08.007>
- Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). The experience of nature: A psychological perspective. Cambridge University Press.
- Koskela, H. (1999). 'Gendered exclusions': Women's fear of violence and changing relations to space. *Geografiska Annaler: Series B, Human Geography*, 81(2), 111–124. <https://doi.org/10.1111/j.0435-3684.1999.00052.x>
- Kostof, S. (1991). The city shaped: Urban patterns and meanings through history. Thames & Hudson.
- Kuo, F. E. (2015). How might contact with nature promote human health? Promising mechanisms and a possible central pathway. *Frontiers in Psychology*, 6, 1093. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01093>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. Springer.
- Lefebvre, H. (1968). Le droit à la ville [El derecho a la ciudad]. Anthropos.
- Li, Q., Morimoto, K., Kobayashi, M., et al. (2010). A forest bathing trip increases human natural killer activity and expression of anti-cancer proteins in female subjects. *Journal of Biological Regulators and Homeostatic Agents*, 24(2), 157–165.
- Low, S., Taplin, D., & Scheld, S. (2005). Rethinking urban parks: Public space and cultural diversity. University of Texas Press.

- Low, S. M., & Altman, I. (1992). Place attachment: A conceptual inquiry. In I. Altman & S. Low (Eds.), *Place attachment* (pp. 1-12). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4684-8753-4_1
- Lupien, S. J., McEwen, B. S., Gunnar, M. R., & Heim, C. (2009). Effects of stress throughout the lifespan on the brain, behavior, and cognition. *Nature Reviews Neuroscience*, 10(6), 434-445. <https://doi.org/10.1038/nrn2639>
- Lynch, K. (1960). *The image of the city*. MIT Press.
- Lynch, K. (1981). *A theory of good city form*. MIT Press.
- Mace, R. (1998). The Center for Universal Design. North Carolina State University. https://projects.ncsu.edu/design/cud/about_us/usronmace.htm
- Manzo, L. C., & Perkins, D. D. (2006). Finding common ground: The importance of place attachment to community participation and planning. *Journal of Planning Literature*, 20(4), 335-350. <https://doi.org/10.1177/0885412205286160>
- McEwen, B. S. (2004). Protection and damage from acute and chronic stress: Allostasis and allostatic load. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1032(1), 1-7. <https://doi.org/10.1196/annals.1314.001>
- McEwen, B. S. (2019). Biomarkers for assessing population and individual health and disease related to stress and adaptation. *Metabolism: Clinical and Experimental*, 99, 153956. <https://doi.org/10.1016/j.metabol.2019.153956>
- McEwen, B. S., & Stellar, E. (1993). Stress and the individual: Mechanisms leading to disease. *Archives of Internal Medicine*, 153(18), 2093-2101. <https://doi.org/10.1001/archinte.1993.00410180039004>
- Merleau-Ponty, M. (2012). *Fenomenología de la percepción* (J. Barceló, Trans.). Península. (Original work published 1945)
- Miralles i Guasch, C., & Delclòs Alió, X. (2021). *La ciudad y la vida cotidiana: Movilidad, tiempo y espacio*. Editorial UOC.
- Mitchell, D. (2003). *The right to the city: Social justice and the fight for public space*. Guilford Press.
- Montgomery, C. (2013). *Happy city: Transforming our lives through urban design*. Farrar, Straus and Giroux.
- Mumford, L. (1961). *The city in history: Its origins, its transformations, and its prospects*. Harcourt, Brace & World.
- Negami, H., Krähmer, T., & Aoki, T. (2019). Designing urban green spaces to promote well-being: A review of evidence-based strategies. *Journal of Urban Design*, 24(3), 417-435. <https://doi.org/10.1080/13574809.2019.1603876>
- Newman, O. (1972). *Defensible space: Crime prevention through urban design*. Macmillan.
- Norberg-Schulz, C. (1979). *Genius loci: Towards a phenomenology of architecture*. Rizzoli.
- Oldenburg, R. (1989). *The great good place: Cafes, coffee shops, bookstores, bars, hair salons and other hangouts at the heart of a community*. Paragon House.
- Organización de las Naciones Unidas. (2006). *Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad*. <https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>

- Organización de las Naciones Unidas (ONU). (2015). Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible>
- Organización de las Naciones Unidas (ONU). (2016). Nueva Agenda Urbana. <https://habitat3.org/the-new-urban-agenda>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2020). Espacios verdes y salud pública: Recomendaciones para ciudades sostenibles. <https://www.who.int>
- Peters, K., Elands, B., & Buljs, A. (2010). Social interactions in urban parks: Stimulating social cohesion? *Urban Forestry & Urban Greening*, 9(2), 93-100. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2009.11.003>
- Project for Public Spaces. (2015). Lighter, quicker, cheaper: A low-cost, high-impact approach. Project for Public Spaces. <https://www.pps.org/article/lighter-quicker-cheaper>
- Project for Public Spaces. (2017). Placemaking: What if we built our cities around places? Project for Public Spaces. <https://www.pps.org/article/what-is-placemaking>
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon & Schuster.
- Reporte Índigo. (2024, 5 de febrero). La crisis de áreas verdes en CDMX: ¿Dónde están los espacios naturales? <https://www.reporteindigo.com>
- Roe, J., & McCay, L. (2021). *Restorative cities: Urban design for mental health and wellbeing*. Bloomsbury Publishing.
- SaberPedia. (2024, 10 de febrero). Alimentación en la ciudad: rapidez sobre nutrición. <https://saberpedia.com/articulos/alimentacion-en-la-ciudad-rapidez-sobre-nutricion>
- Scannell, L., & Gifford, R. (2010). Defining place attachment: A tripartite organizing framework. *Journal of Environmental Psychology*, 30(1), 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2009.09.006>
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*.
- Selye, H. (1976). *The stress of life* (Rev. ed.). McGraw-Hill.
- Sennett, R. (1994). *Flesh and stone: The body and the city in Western civilization*. W. W. Norton & Company.
- Song, C., Ikei, H., & Miyazaki, Y. (2016). Physiological effects of nature therapy: A review of the research in Japan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(8), 781. <https://doi.org/10.3390/ijerph13080781>
- Sternberg, E. M. (2010). *Healing spaces: The science of place and well-being*. Harvard University Press.
- Stein, E. (1989). *On the problem of empathy* (W. Stein, Trans.). ICS Publications. (Original work published 1917)
- Sullivan, L. H. (1896). The tall office building artistically considered. *Lippincott's Magazine*, 57, 403-409.
- Tuan, Y.-F. (1977). *Space and place: The perspective of experience*. University of Minnesota Press.
- Ulrich, R. S. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. *Science*, 224(4647), 420-421.

- Ulrich, R. S., Simons, R. F., Losito, B. D., Fiorito, E., Miles, M. A., & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 11(3), 201-230. [https://doi.org/10.1016/S0272-4944\(05\)80184-7](https://doi.org/10.1016/S0272-4944(05)80184-7)
- United Nations. (2019). *World Urbanization Prospects: The 2018 Revision*. Department of Economic and Social Affairs, Population Division. <https://population.un.org/wup/>
- United Nations Human Settlements Programme (UN-Habitat). (2015). *Global public space toolkit: From global principles to local policies and practice*. UN-Habitat. <https://unhabitat.org/global-public-space-toolkit-from-global-principles-to-local-policies-and-practice>
- Van der Wal, A. J., Schade, H. M., Krabbendam, L., & van Vugt, M. (2020). Do natural landscapes reduce future discounting in humans? *Proceedings of the Royal Society B: Biological Sciences*, 287(1921), 20192328. <https://doi.org/10.1098/rspb.2019.2328>
- Verducci, S. (2000). A moral method? Thoughts on cultivating empathy through method acting. *Journal of Moral Education*, 29(1), 87-99. <https://doi.org/10.1080/030572400102899>
- White, S. C. (2010). Analysing wellbeing: A framework for development practice. *Development in Practice*, 20(2), 158-172. <https://doi.org/10.1080/09614520903564199>
- Whyte, W. H. (1980). *The social life of small urban spaces*. Project for Public Spaces.
- Wirth, L. (1938). Urbanism as a way of life. *American Journal of Sociology*, 44(1), 1-24. <https://doi.org/10.1086/217913>
- Wispé, L. (1986). The distinction between sympathy and empathy: To call forth a concept, a word is needed. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(2), 314-321. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.2.314>
- World Bank. (2024). *Urban population (% of total population) - Mexico*. The World Bank Group. <https://data.worldbank.org/indicator/SP.URB.TOTL.IN.ZS?locations=MX>
- World Health Organization. (2013). *World health report 2013: Research for universal health coverage*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240690837>
- World Health Organization (WHO), & UN-Habitat. (2020). *Integrating health in urban and territorial planning: A sourcebook*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240003170>
- World Health Organization. (2020). *Urban green spaces and health: A review of evidence*. <https://www.euro.who.int/en/health-topics/environment-and-health/urban-health/publications>
- Worldometers. (2024). *Mexico population*. Worldometer. <https://www.worldometers.info/world-population/mexico-population/>
- Yehuda, R. (2002). Post-traumatic stress disorder. *New England Journal of Medicine*, 346(2), 108-114. <https://doi.org/10.1056/NEJMr012941>

Anexos



Anexo 1: Formato de encuesta aplicada

Folio

CONSENTIMIENTO INFORMADO La Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, a través de la Maestría en Diseño Avanzado de la Facultad de Arquitectura y la Arq. Ana Fernanda Coria López, están llevando a cabo una investigación sobre el rol que el diseño de áreas verdes urbanas puede tener en la promoción del bienestar psicoemocional en los habitantes de la ciudad de Morelia, Michoacán. Este documento tiene como finalidad el poder explicarte todas las cuestiones relativas a tu participación como parte de la investigación.

Los datos que se obtengan de tu participación serán utilizados únicamente con fines de investigación. La aplicación dura de 30-40 minutos aproximadamente. No se publicarán los datos personales y serán tratados con completa confidencialidad, cumpliendo con el secreto profesional en el uso de la información. Estamos en disposición de hacer de tu conocimiento todo lo concerniente al proyecto si es de tu interés, así como aclararte todas tus dudas. Si en algún momento deseas dejar de participar, puedes comunicarte con el equipo investigador y se dará de baja la información suministrada de manera inmediata.

Declaración del consentimiento:

Yo, _____, he leído el documento de consentimiento informado y comprendo su finalidad. Entiendo que en cualquier momento puedo dejar de participar en la investigación, sin necesidad de dar explicaciones por el motivo de la deserción. Y comprendo que mis datos serán tratados de forma confidencial y sólo para fines de investigación por parte del equipo investigador, cuyos datos de contacto son:

Arq. Ana Fernanda Coria López
Correo: 1515543c@umich.mx

Fecha

Firma

Bienestar y áreas verdes urbanas

Este cuestionario fue elaborado para conocer lo que piensas y viven las personas de tu colonia. Para ello necesitamos que nos ayudes contestando todas las preguntas que abajo se presentan. No hay respuestas buenas ni malas, lo importante es que respondas lo que tú haces, sientes o piensas.

Edad	-14	5-29	30-59	60 o más	Sexo	Hombre	Mujer	Otro
Frecuencia con la que visita al parque:	Nunca			Ocasionalmente	1 por mes	2 por mes	3 por semana	Diariamente
Duración promedio de sus visitas al parque:	Más de 2 hrs				Entre 1 y 2 hrs	30-60 minutos	Más de 30 min	Solo de paso

A continuación, te presentaremos algunas frases en relación con las experiencias que tienes cuando vienes al parque de tu colonia, recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas. Señala con una X que tan de acuerdo o no estás con las frases.

Qué tan de acuerdo estoy...	No estoy de acuerdo	Más o menos de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1. Cuando vengo a este parque me siento más tranquilo/a.				
2. Este parque me ayuda a olvidarme un rato de mis problemas.				
3. Aquí puedo descansar y sentirme mejor.				
4. Cuando estoy triste, venir a este parque me hace sentir un poco más feliz.				
5. Me gusta estar aquí porque hay árboles, flores o plantas.				

Qué tan de acuerdo estoy...	No estoy de acuerdo	Más o menos de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
6. Escuchar los sonidos de la naturaleza (como pájaros) me hace sentir bien.				
7. Este parque tiene muchos lugares verdes donde me gusta estar.				
8. Me siento cerca de la naturaleza cuando juego o camino aquí.				
9. Es fácil saber por dónde caminar en este parque.				
10. Todo está bien acomodado para poder jugar o descansar.				
11. Hay lugares donde puedo estar cómodamente sin que estorbe a otras personas.				
12. Puedo usar casi todas las partes del parque sin problema.				
13. Aquí puedo jugar o platicar con otras personas.				
14. Vengo con mi familia o amigos/as a pasar un buen rato.				
15. Me gusta ver que hay otras personas en el parque.				
16. Este lugar me hace sentir parte de mi colonia.				

Qué tan de acuerdo estoy...	No estoy de acuerdo	Más o menos de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
17. Hay muchas cosas que me llaman la atención en este parque.				
18. Me gusta ver los colores, formas o cosas que hay aquí.				
19. En este lugar hay cosas que me dan ganas de explorar.				
20. Este parque me hace imaginar cosas o pensar en historias.				
21. Este parque es especial para mí.				
22. Me gusta decir que este parque está en mi colonia.				
23. Me siento contentx de que este parque sea parte de mi vida.				
24. Tengo buenos recuerdos en este parque.				
25. Este parque tiene cosas que me recuerdan a mi colonia o mi ciudad.				
26. Aquí hay símbolos, colores o formas que son de mi cultura.				
20. Me gusta cómo este parque representa lo que somos.				
21. Este lugar me recuerda cosas importantes para mi familia o mi gente.				

Qué tan de acuerdo estoy...	No estoy de acuerdo	Más o menos de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
22. Aquí pueden venir todas las personas, sin importar cómo sean.				
23. Es fácil entrar y moverse por el parque para cualquier persona.				
24. Hay cosas para jugar o descansar para diferentes edades.				
25. Este parque está hecho para todos.				
26. En la mayoría de los aspectos mi vida es como quiero que sea.				
27. Hasta ahora he conseguido de la vida las cosas que considero importantes.				
28. Estoy satisfecho con mi vida.				
29. Si pudiera vivir mi vida otra vez la repetiría tal y como ha sido.				
30. Las circunstancias de mi vida son buenas.				

¡Gracias por tu ayuda!

Manual de diseño
para
parques vecinales
empáticos

Ana Fernanda Coria López

Índice

Preámbulo	3
Introducción	7
¿De dónde parte la MEDEP?	9
¿Qué es el diseño empático?	9
Las dimensiones del diseño empático	9
Gestión inicial: Vinculación	11
Selección del caso	13
Identificación de actores	16
Carta de intenciones	19
Acuerdo de colaboración	21
Gestión nuclear: Aplicación de la MEDEP	24
Identificación y caracterización del parque a intervenir	28
Diagnóstico	31
Procesamiento y análisis de hallazgos	39
Empatización	43
Exploración propositiva de estrategias	47
Validación con la comunidad	54
Gestión final: Realización del proyecto	56

Preámbulo



Preámbulo

Este Manual está dirigido a **diseñadores y profesionales vinculados al diseño de parques urbanos**, en especial a aquellos interesados en construir propuestas que respondan de manera **empática a las realidades y necesidades de las comunidades**. Su propósito es ser una herramienta flexible que acompaña al diseñador en el proceso de **comprender, diagnosticar y proyectar** un parque desde la perspectiva del bienestar y la empatía.

El Manual se estructura en tres fases principales: **gestión inicial, gestión nuclear y gestión final**. Cada una está acompañada de materiales de apoyo (plantillas, tablas, diagramas, listas de verificación) que el diseñador podrá ir completando con la información específica de su parque. A lo largo de cada fase se ofrecen explicaciones que orientan el proceso y facilitan que las evidencias recopiladas se transformen en lineamientos de diseño.

Por otro lado, el Manual de Diseño Empático para Parques surge, además de como un recurso metodológico que orienta el proceso de diseño desde la empatía, como una herramienta de **fortalecimiento profesional** para quienes intervienen en el espacio público. Su propósito es acompañar al diseñador a lo largo de todas las etapas del proyecto, promoviendo una **práctica consciente, estructurada y viable en contextos reales**. De esta manera, el manual contribuye a lograr **profesionalizar** el quehacer del diseño urbano, dotando al diseñador de instrumentos para argumentar sus decisiones, establecer alianzas, y operar proyectos que no se queden en el plano especulativo, sino que **avancen hacia su implementación**.

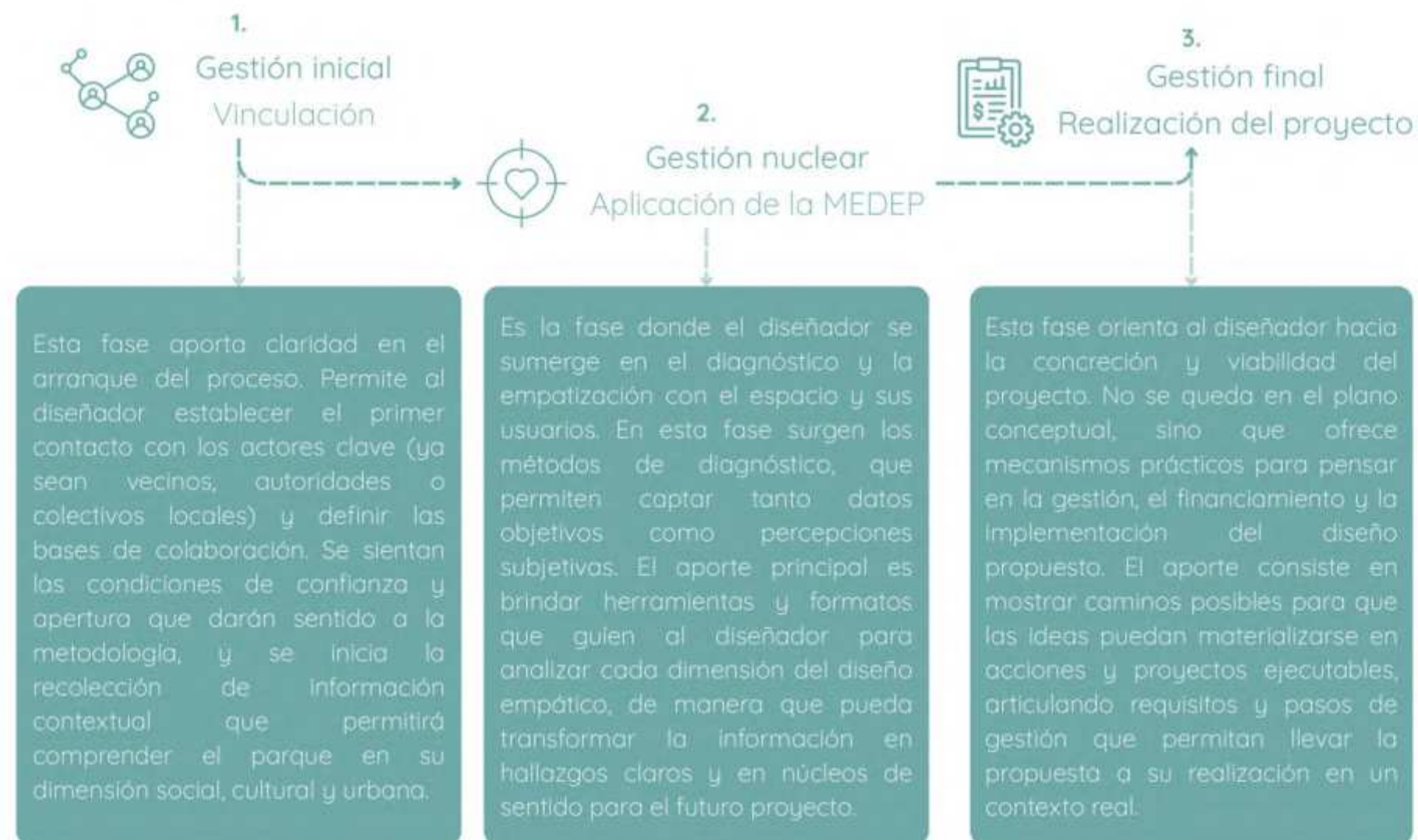
El Manual inicia con una **introducción al diseño empático**, que ayuda a comprender los fundamentos de esta perspectiva y su importancia en el contexto urbano. Posteriormente, en cada fase, se proponen herramientas que permiten **diagnosticar** el estado actual del parque, **traducir hallazgos** en estrategias y, finalmente, **gestionar** la viabilidad del proyecto.

El **alcance** de esta metodología se centra en parques vecinales, aunque puede adaptarse a otras escalas de áreas verdes urbanas. Además de diseñadores urbanos, este manual puede resultar de utilidad para arquitectos, urbanistas, gestores comunitarios o autoridades municipales que deseen repensar los espacios públicos desde una mirada sensible y fundamentada.

En cuanto al **modo de uso**, se recomienda avanzar de manera secuencial, llenando los formatos y reflexionando sobre cada hallazgo en diálogo con la comunidad y el contexto. De esta manera, al concluir, el diseñador contará con un panorama que le permitirá desarrollar propuestas de **diseño con base en evidencias, empatía y metodologías**.

El resultado esperado es que, al aplicar esta herramienta, se logren proyectos de parques urbanos **viables, coherentes y significativos**, que promuevan la construcción de **espacios públicos más inclusivos, dignos y empáticos con las formas diversas de habitar la ciudad**.

Estructura del Manual



Introducción





Introducción

Tradicionalmente, el diseño de parques se ha centrado en lo estético o lo funcional, partiendo de supuestos genéricos sobre "el usuario promedio". Como resultado, se replican soluciones estándar que invisibilizan las múltiples formas de vivir, sentir y necesitar el espacio. Esto es especialmente evidente en parques vecinales que priorizan ciertas actividades (como el juego infantil) y desatienden otras necesidades igualmente legítimas, como el **descanso, la contemplación o la convivencia tranquila**.

La **Metodología de Diseño Empático para Parques (MEDEP)** propone una respuesta a esta situación. Su objetivo es brindar una herramienta práctica y reflexiva para guiar el diseño o la mejora de parques vecinales desde la **empatización** a experiencia subjetiva de las personas, reconociendo su diversidad, sensibilidad y vinculación con el espacio.

¿De donde parte la MEDEP?

La MEDEP parte de una idea fundamental: el bienestar no puede definirse solo por indicadores físicos o médicos, sino que es un fenómeno subjetivo, que se construye a partir de la vivencia cotidiana. Esta metodología entiende al bienestar como un estado autopercebido, influido tanto por condiciones fisiológicas como por experiencias sensoriales, emocionales, culturales y sociales.

Desde esta perspectiva, el espacio público deja de ser un contenedor físico neutral y pasa a ser un escenario donde el diseño puede facilitar (o limitar) el bienestar de sus visitantes por medio de la restauración emocional, la co-

nexión con la naturaleza, la construcción de comunidad o el apego simbólico. Así, un parque puede convertirse en un verdadero refugio urbano.

¿Qué es el diseño empático?

El diseño empático es una postura que reconoce a las personas como sujetos complejos, con historias, emociones y formas diversas de habitar el espacio. Diseñar con empatía significa escuchar, observar, interpretar y responder desde el diseño a las múltiples realidades que coexisten en un mismo territorio.

La MEDEP traslada esta postura al diseño de parques vecinales a través de seis dimensiones clave, que funcionan como ejes de análisis y proyección.

Estas dimensiones permiten mirar el parque más allá de lo que se ve, para entender cómo se siente, cómo se usa, cómo se recuerda y cómo se transforma.

Las dimensiones del diseño empático

La MEDEP se estructura en torno a seis dimensiones, que funcionan como ejes de análisis, diagnóstico y propuesta.



Adaptación a la diversidad

Esta dimensión reconoce que un parque verdaderamente empático es aquel que no excluye, ni uniforma, ni ignora la pluralidad de quienes lo habitan.



Estimulación sensorial y cognitiva

Esta dimensión considera cómo el diseño de un parque puede generar experiencias sensoriales y cognitivas estimulantes, placenteras y restauradoras.



Apego al lugar

El apego al lugar es el vínculo emocional que las personas desarrollan con ciertos espacios que forman parte significativa de su vida cotidiana.

Diseño empático



Seguridad y permanencia digna

Implica la posibilidad de estar en el espacio sin miedo, con confianza, y sin que la dignidad de la persona se vea vulnerada. Incluye la percepción subjetiva de seguridad como las condiciones materiales que permiten permanecer con tranquilidad.



Funcionalidad

Esta dimensión implica que el espacio cumpla con las funciones que las personas esperan de él, de forma accesible, cómoda y coherente con su forma de vida. La funcionalidad empática parte del uso cotidiano, no del ideal proyectado.



Cohesión social

En los parques vecinales, esta dimensión se activa cuando el diseño promueve el encuentro, la convivencia pacífica y el reconocimiento mutuo entre personas de distintas edades, orígenes y estilos de vida.

Gestión inicial:
Vinculación





1. Gestión inicial: Vinculación

La fase de **gestión inicial** constituye el punto de partida indispensable para la aplicación de la MEDEP. Su función es **establecer las condiciones mínimas que permitan iniciar el proceso de diagnóstico de un parque vecinal**, garantizando desde el inicio que el caso seleccionado sea **viable, seguro** y que cuente con un **vínculo** claro entre el diseñador y la comunidad que habita en torno al espacio. Se trata de construir un **marco de confianza, legitimidad y operatividad** que haga posible que las siguientes fases se desarrollen.

El primer momento de esta fase corresponde a la **selección del caso**. Un parque puede ser considerado para la aplicación de la metodología si cumple con ciertos criterios básicos: debe ser un espacio de **acceso público**, encontrarse dentro del rango de escala definido por la MEDEP (aproximadamente entre **1,500 y 5,000 m²**), y ubicarse en un contexto urbano que garantice un nivel razonable de **pertinencia e impacto social**, ya sea por su proximidad a zonas habitacionales, escuelas o flujos cotidianos de la población.

De igual manera, el diseñador debe valorar la existencia de **condiciones mínimas de seguridad**, evitando intervenir en espacios en disputa legal, con clausuras vigentes o donde exista un conflicto abierto de difícil manejo. Estas variables son relevantes para ofrecer condiciones para que el proceso pueda realizarse de forma responsable, sin poner en riesgo a la comunidad ni al equipo de trabajo.

1.1 Selección del caso



Para facilitar la realización de este primer paso dentro de la Gestión inicial, se presenta la plantilla de la Ficha de selección del caso.

El diseñador, como primera tarea, deberá llenar esta ficha con información que pueda obtener por medio de la observación, o por medio de fuentes de información en plataformas digitales como las que brinda INEGI, Inventario Nacional de Vivienda, etc.

Ficha de selección del caso

1) Identificación general

- Nombre del parque:

- Ubicación (colonia, municipio):

- Superficie aproximada (m²):

- Fecha de levantamiento:

- Equipo responsable:

2) Origen de la solicitud

(Marcar en el círculo la opción que mejor describa cómo surgió la solicitud)

- ☐ Vecinos
- ☐ Gobierno municipal
- ☐ Liderazgo vecinal
- ☐ Iniciativa del diseñador
- ☐ Otro (especificar):

(Explicar brevemente cómo surgió la solicitud y quién es el primer contacto.)

3) Criterios de elegibilidad básica

(Marcar Sí/No y justificar con breve evidencia)

- Acceso público garantizado: ☐ Sí ☐ No

Justificación:

- Escala entre 1,500-5,000 m²: ☐ Sí ☐ No

Datos:

- Ubicación con pertinencia urbana (cercanía a vivienda, escuela, comercio o transporte):

☐ Sí ☐ No

Evidencia:

- Riesgos críticos ausentes (conflictos abiertos graves, clausuras, conflictos legales):

☐ Sí ☐ No

Observaciones:

4. Potencial de impacto social

(Valorar en Alta / Media / Baja, con breve comentario.)

- Demanda latente de mejora

(Existencia de quejas recurrentes, solicitudes vecinales previas, reportes en medios locales o iniciativas comunitarias que expresan la necesidad de intervenir el parque.)

- Alta densidad poblacional en el entorno inmediato

(Concentración significativa de viviendas alrededor del parque que sugiere un uso potencial elevado.)

- Perfil socioeconómico medio o bajo:

(Población con menor acceso a alternativas privadas de recreación y bienestar, lo que incrementa la importancia del espacio público como compensador urbano.)

- Exposición a estilos de vida urbanos de alta tensión:

(Indicadores de largas jornadas laborales, movilidad complicada, falta de espacios de descanso cercanos, lo que incrementa la relevancia del parque como espacio de alivio.)

- Déficit de áreas verdes en la zona:

(Ausencia o escasez de otros parques o jardines a distancias caminables, lo que vuelve a este espacio un punto estratégico para la comunidad.)

- Conectividad social e institucional:

(Presencia de escuelas, centros de salud, comercios de barrio u organizaciones comunitarias que podrían potenciar el uso y apropiación del parque una vez intervenido.)

6. Evaluación final y decisión

- Nivel de viabilidad (con base en apartados 3 y 4):

- ☐ Alta
- ☐ Media
- ☐ Baja

- Decisión del equipo:

- ☐ Avanzar a Vinculación
- ☐ Dejar en lista de espera
- ☐ Descartar

Justificación:

Identificación de actores



El mapa de actores es una herramienta fundamental dentro de la fase de vinculación y arranque, ya que permite al diseñador **comprender la red social, institucional y política que rodea al parque vecinal**. No se trata únicamente de elaborar un listado de personas o instituciones vinculadas al espacio, sino de **reconocer cómo se relacionan con él, qué nivel de interés tienen en su transformación, qué influencia ejercen sobre las decisiones y qué tipo de aportaciones pueden realizar**. Esta comprensión temprana es clave para asegurar que el proceso metodológico se desarrolle en un terreno de legitimidad, evitando conflictos posteriores y garantizando que la información levantada en el diagnóstico sea confiable y representativa.

En términos analíticos, el mapa de actores cumple tres funciones esenciales. La primera es la **identificación de los actores que tienen algún vínculo con el parque**: desde los vecinos que viven frente al espacio y lo usan cotidianamente, hasta los líderes comunitarios que organizan actividades en él, las instituciones locales que se benefician de su existencia (escuelas, centros de salud, comercios), los representantes del gobierno municipal responsables de su mantenimiento y, en un círculo más amplio, los aliados externos como asociaciones civiles, colectivos culturales o universidades. Reconocer esta diversidad es indispensable porque el parque no es un ente aislado, sino un nodo dentro de una trama de relaciones

sociales y urbanas.

La segunda función del mapa de actores es el **análisis de los roles, intereses e influencias**. No todos los actores tienen el mismo peso ni la misma postura frente a un posible proyecto de mejora. Algunos pueden mostrarse favorables y dispuestos a colaborar activamente, otros pueden mantener una posición neutral o incluso reticente. Asimismo, ciertos actores ejercen una influencia significativa sobre las decisiones colectivas (por ejemplo, un comité vecinal organizado o una dependencia municipal con recursos asignados), mientras que otros tienen un papel más periférico. Registrar estas variables ayuda al diseñador a priorizar con quién establecer los primeros contactos, a quién solicitar legitimidad y apoyo, y qué resistencias debe prever y manejar con cuidado.

La tercera función es la **visualización de las relaciones**. Una vez que se identifican los actores y se analizan sus características, el mapa permite organizar esta información de manera clara, ya sea en forma de tabla o de diagrama de círculos concéntricos. El parque se coloca al centro, y alrededor de él se ubican los actores según su nivel de cercanía, influencia y postura. Esta representación gráfica no solo facilita la comprensión para el propio diseñador, sino que también puede ser compartida posteriormente con la comunidad y con las instituciones para transparentar cómo se ha considerado la red de relaciones en el proceso.

El valor del mapa de actores radica en que **dota al diseñador de una visión estratégica inicial**. Le permite anticipar posibles conflictos, reconocer recursos disponibles y evitar sesgos que podrían surgir si solo se atendiera a la voz de un grupo específico. De esta manera, el mapa asegura que el proceso de la MEDEP no se limite a un ejercicio técnico, sino que se construya sobre una base social sólida, respetando la pluralidad de voces que convergen en torno al parque.

En última instancia, comprender **quiénes son los actores, qué papel desempeñan y cómo se relacionan entre sí** constituye un paso imprescindible para garantizar la legitimidad del diagnóstico y la factibilidad de las propuestas que emerjan de la metodología.

Para facilitar esta fase, a continuación se muestra un formato que el diseñador podrá llenar según la información de los actores clave en el parque que seleccionó.

----- Tabla de registro de actores -----

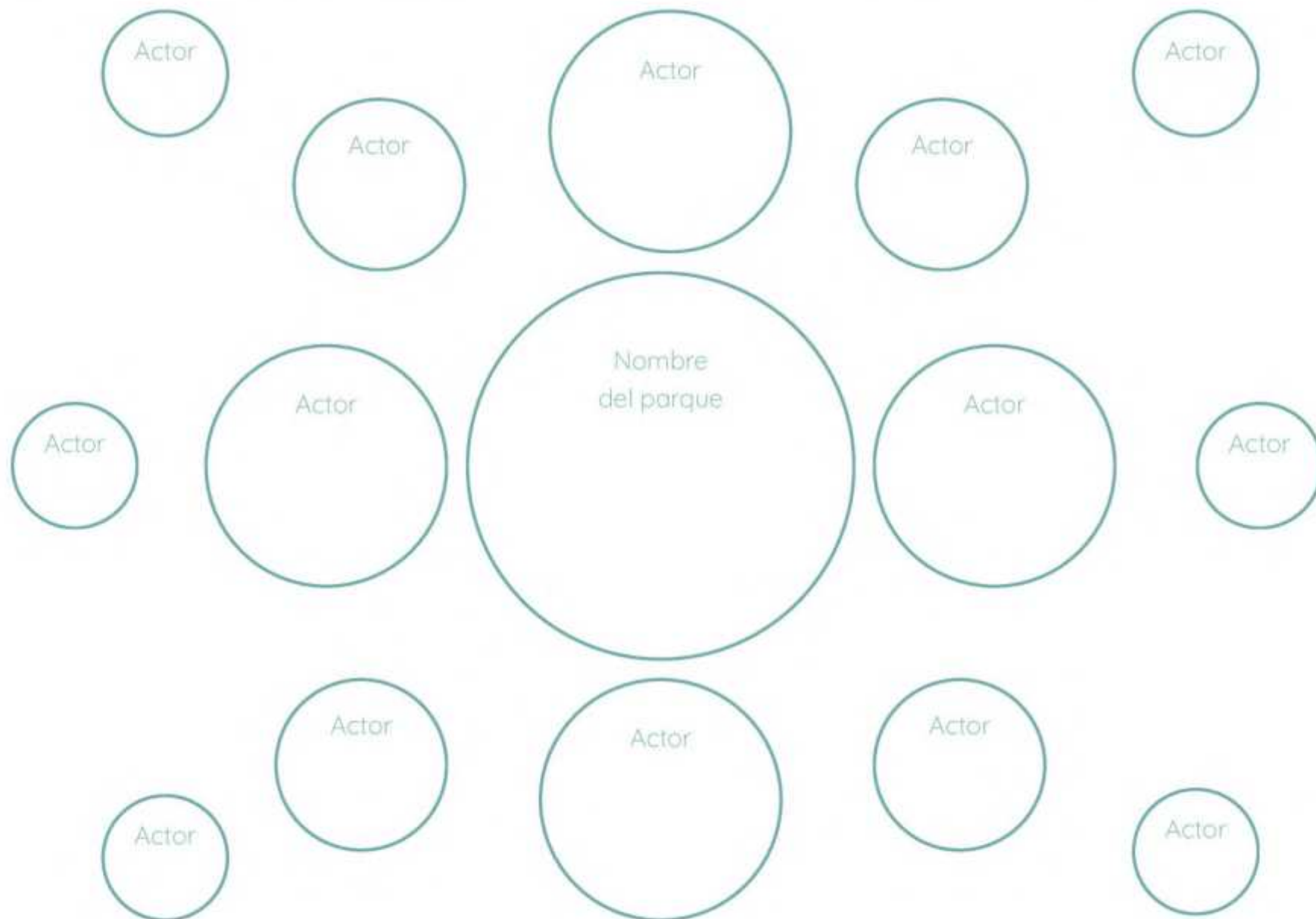
El diseñador deberá identificar entre:

- Actor / Nombre: persona, colectivo o institución vinculada al parque.
- Categoría: ubicarlo en una de las cuatro opciones básicas.
- Interés: qué tanto le importa el parque.
- Influencia: qué tanto puede facilitar o bloquear decisiones.
- Observaciones: cualquier nota útil (ejemplo: favorable, reticente, contacto pendiente).

Observaciones					
Influencia (Alto / Media / Bajo)					
Interés (Alto / Medio / Bajo)					
Categoría (Vecino / Institución / Gobierno / Aliado)					
Actor / Nombre					

Mapa de actores

Llena con los nombres de los actores captados en la tabla anterior, clasificándolos con el tamaño del círculo según su influencia (actores de alta influencia, actores de influencia media, actores periféricos) para que la ejecución de la MEDEP sea eficiente, agrega más círculos si es necesario y con líneas puedes hacer relaciones entre actores, parque, etc.



Carta de intenciones



La Carta de Intenciones es el documento con el que el diseñador comunica de manera clara y accesible sus **propósitos respecto al parque en el que trabajará**.

En términos prácticos, la carta funciona como un gesto inicial de apertura: **presenta quién es el diseñador, cuáles son sus motivaciones y qué acciones realizará en el parque durante el diagnóstico**. Esto permite que los vecinos sepan por qué una persona externa estará observando, tomando fotografías o aplicando encuestas, y al mismo tiempo les brinda la certeza de que todo se hará con respeto, confidencialidad y sin imposiciones. Para las autoridades, la carta cumple la función de informar que la intención es comprender el parque en su dimensión social y de uso cotidiano, sin comprometer recursos inmediatos ni sustituir competencias institucionales.

La carta tiene también un carácter delimitador. Explica qué sí se va a hacer —observación, registro fotográfico, encuestas y entrevistas breves— y qué no implica el proceso: no hay garantía de obra inmediata, no se convocan talleres obligatorios, ni se trata de un ejercicio político o de movilización comunitaria. Esta claridad es fundamental porque evita malentendidos que podrían minar la confianza en etapas posteriores.

Al mismo tiempo, al señalar que los resultados del diagnóstico serán compartidos, se establece un compromiso de transparencia y devolución de la información, lo cual refuerza la legitimidad del trabajo.

Otro aspecto clave es que la carta se convierte en un soporte ético. Al plantear explícitamente que la participación de la comunidad es voluntaria, que la información será anónima y que cada persona puede decidir libremente su grado de involucramiento, se protege tanto a los participantes como al propio diseñador frente a posibles cuestionamientos. En este sentido, la carta es una forma de “pacto inicial” que sienta las bases de una relación de respeto mutuo.

Finalmente, la Carta de Intenciones cumple una función de posicionamiento del diseñador. **No se presenta como un agente que llega a imponer soluciones, sino como alguien que escucha, registra y analiza para, en el futuro, poder proponer mejoras fundamentadas en la experiencia real de quienes habitan el entorno del parque**. Esta diferencia es esencial, porque desplaza la mirada del diseñador como técnico externo hacia la de un mediador sensible que reconoce la centralidad de las narrativas vecinales en la construcción del espacio público.

A continuación, se presenta una plantilla que el servirá al diseñador para redactar su propia Carta de Intenciones.

Guía para carta de intenciones del diseñador

Carta de Intenciones sobre el Parque (Nombre del Parque)

Mi nombre es _____. Soy arquitecta/o y mi interés es colaborar en la mejora de los parques vecinales de nuestra ciudad, reconociendo su valor para la vida cotidiana, el descanso y la convivencia.

Mi propósito es conocer cómo se vive y se usa este parque, qué piensan y sienten las personas que lo visitan, y cómo podríamos, en un futuro, imaginar mejoras que respondan a esas experiencias reales.

Durante algunas semanas estaré visitando el parque para:

- Observar el espacio y sus condiciones.
- Tomar fotografías del lugar.
- Realizar encuestas breves y entrevistas voluntarias con vecinos y usuarios.

Esta carta:

- No implica que exista un proyecto de obra inmediata.
- No compromete a la comunidad a participar más allá de lo que cada persona desee.
- No se trata de reuniones obligatorias ni de procesos políticos.

Compromiso con la comunidad

Toda la información será anónima, usada únicamente para el diagnóstico del parque y compartida con transparencia al cierre de esta etapa. Mi compromiso es escuchar con respeto, sin imponer ni prometer lo que no está en mis manos.

Contacto

Nombre: _____

Correo/Teléfono: _____

Acuerdo de colaboración



El acuerdo de colaboración es un documento breve y sencillo que **formaliza el inicio del diagnóstico del parque bajo la MEDEP**. No es un contrato legal ni compromete a la ejecución inmediata de obra, sino que representa una **declaración conjunta de cooperación** entre el diseñador, la comunidad y, en caso de ser necesario, las autoridades municipales.

Este acuerdo debe establecerse principalmente con dos figuras:

1. **El enlace vecinal**: persona reconocida por los propios vecinos que funge como punto de contacto, difunde la información de las visitas y asegura que la comunidad esté informada.
2. **El diseñador o equipo responsable**: quien coordina el diagnóstico, resguarda los datos y garantiza la devolución de resultados.

En algunos casos también puede incluirse a un representante municipal (p. ej., de Parques y Jardines o de Participación Ciudadana), especialmente cuando el espacio depende directamente de una instancia pública o requiere autorizaciones de acceso.

El valor del Acuerdo de Colaboración radica en:

- Delimitar los alcances: qué se hará (observación, fotografías, encuestas y entrevistas voluntarias) y qué no implica (talleres, compromisos de obra inmediata).
- Asegurar condiciones de trabajo: fechas de visita, horarios seguros, puntos de encuentro.

- Generar confianza: explicitar la confidencialidad de los datos y la voluntariedad de la participación.
- Crear expectativas realistas: compromiso de entregar un informe de diagnóstico, sin generar promesas de implementación inmediata.

A continuación, se presenta una plantilla que el servirá al diseñador para redactar su propio acuerdo de colaboración:

Guía para acuerdo de colaboración

Acuerdo de Colaboración para el Diagnóstico del Parque [Nombre del Parque]

Entre:

- Diseñador/a responsable: _____
- Enlace vecinal: _____
- Representante municipal (si aplica): _____

Objeto del acuerdo

Colaborar en la realización del diagnóstico del parque [Nombre] mediante la aplicación de la Metodología de Diseño Empático para Parques (MEDEP), con el fin de recopilar información sobre el uso, la percepción y las condiciones actuales del espacio.

Alcance de la colaboración

- Visitas de observación al parque.
- Registro fotográfico del espacio físico.
- Aplicación de encuestas breves (menos de 10 minutos).
- Entrevistas voluntarias (15-20 minutos).

Compromisos de las partes

- Diseñador/a: coordinar el levantamiento, garantizar la confidencialidad de la información y compartir los resultados del diagnóstico con la comunidad y, si corresponde, con autoridades municipales.
- Enlace vecinal: facilitar la comunicación con vecinos, informar sobre las fechas de visita y servir como vínculo de confianza.
- Municipio (si aplica): otorgar facilidades de acceso al parque y validar su disposición para recibir el informe de diagnóstico.

Condiciones y tiempos

- Ventanas estimadas de visita: ____ / ____ / ____ (fechas y horarios).
- Puntos de encuentro acordados: _____
- Duración estimada de esta fase: ____ semanas.

Privacidad y voluntariedad

La participación en encuestas o entrevistas será voluntaria. Los datos recopilados se mantendrán en confidencialidad y no incluirán información personal sensible.

Entrega de resultados

Al término de la fase de diagnóstico, se entregará un informe breve con los hallazgos principales, que será compartido con la comunidad y, si corresponde, con las autoridades municipales.

Firmas

Diseñador/a responsable: _____

Enlace vecinal: _____

Representante municipal (si aplica): _____

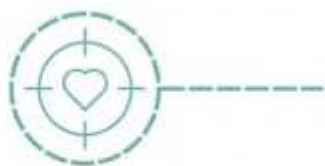
Fecha: ____ / ____ / ____

Con estos cuatro instrumentos el diseñador ya cuenta con:

- Criterios objetivos para decidir si avanza o no.
- Una red mínima de relaciones para legitimar el proceso.
- Un mensaje claro y transparente para explicar sus intenciones.
- Un marco de cooperación escrito que da confianza y evita malentendidos.

Gestión nuclear: Aplicación de la MEDEP





Gestión nuclear: Aplicación de la MEDEP

A partir de aquí comienza la aplicación de la MEDEP propiamente dicha.

La MEDEP no solo define dimensiones conceptuales para pensar el diseño de parques vecinales; también propone un camino metodológico ordenado pero flexible para su aplicación.

La Metodología se compone de seis fases principales, organizadas de manera secuencial, aunque en las últimas etapas requiere un **carácter iterativo** que permite ajustar el diseño tantas veces como sea necesario en diálogo con la comunidad.

Cada fase propone tareas concretas que permiten **diagnosticar, interpretar, empatizar, diseñar y validar** con base en la experiencia real de las personas, utilizando herramientas empíricas y reflexivas integradas a cada dimensión del diseño empático.

Primero, se realiza la **identificación y caracterización del parque**, donde se define su localización, superficie, densidad poblacional y tamaño de muestra para encuestas y entrevistas.

Luego sigue el diagnóstico, que combina encuestas, entrevistas y registro espacial para obtener una visión integral del parque y de la experiencia de sus usuarios.

Posteriormente, en la fase de procesamiento y análisis, los hallazgos se organizan y triangulan mediante codificación temática, garantizando la coherencia entre los distintos

métodos de diagnóstico.

La cuarta fase, de **empatización**, constituye el núcleo de la metodología, pues convierte la información en láminas de evidencias, núcleos experienciales y tensiones diseñables que revelan oportunidades de transformación.

A partir de ellas se pasa a la **exploración propositiva**, donde las tensiones se traducen en estrategias de diseño concretas y se espacializan en el parque.

Finalmente, en la fase de **validación con la comunidad**, se socializan las propuestas para obtener retroalimentación y verificar si la interpretación fue verdaderamente empática; en este punto, el proceso puede volver a la empatización y repetirse cuantas veces sea necesario, haciendo de las últimas fases un **ciclo iterativo hasta alcanzar un diseño que la comunidad reconozca como propio**.

En conjunto, la MEDEP funciona como un proceso de **investigación aplicada al diseño**, que avanza de lo **objetivo a lo interpretativo**, y de lo **interpretativo a lo propositivo**, siempre bajo la premisa de reconocer a los usuarios como protagonistas. La iteración entre las fases de empatización, exploración propositiva y validación convierte a esta metodología en un sistema flexible y adaptativo, capaz de construir diseños que realmente **respondan a la diversidad de experiencias que conviven en un parque vecinal**.



Identificación y caracterización del parque a intervenir



La primera fase de la MEDEP consiste en identificar y caracterizar el parque vecinal en el que se aplicará la metodología. Esta tarea permite establecer un punto de partida sólido, comprendiendo tanto el entorno físico como el contexto urbano y social del espacio.

Se trata de ubicar el parque dentro de su tejido urbano, conocer su tamaño, estimar cuántas personas viven en su cercanía inmediata y comprender su relevancia dentro del barrio. Esta información es clave para dimensionar la posible demanda de uso y justificar por qué este parque fue seleccionado.

¿Qué se hace en esta fase?

A) Contextualización urbana del parque

- Definir la localización y delimitación del parque, anotando su dirección, nombre oficial (si lo tiene), colonia y coordenadas.
- Identificar el entorno urbano inmediato: equipamientos cercanos, conectividad vial, medios de transporte, tipo de usos del suelo colindantes, etc.
- Calcular la superficie aproximada del parque, verificando que corresponda a la escala de parque vecinal (por ejemplo, entre 1,500 m² y 5,000 m²).

B) Densidad poblacional del entorno

- Estimar la cantidad de personas que habitan en la zona de influencia directa del parque, considerando radios de 250 a 500 metros.
- Este dato permite proyectar la demanda potencial de uso del espacio y valorar su importancia como infra-

estructura urbana de proximidad.

C) Definición del universo y cálculo muestral

- Con base en la población estimada, se define el universo de personas potencialmente beneficiadas por el parque.
- Se realiza el cálculo muestral para determinar cuántas encuestas y entrevistas deben aplicarse, garantizando la representatividad del levantamiento.
- El cálculo debe considerar:
 - a. Nivel de confianza deseado (por ejemplo, 95%).
 - b. Margen de error aceptable (por ejemplo, $\pm 5\%$).
 - c. Distribución equitativa por sexo y grupo de edad, si se requiere.
- Puede apoyarse este cálculo con el uso de Inteligencia Artificial, mediante el siguiente prompt ejemplo:

"Hola, necesito calcular el tamaño de una muestra para aplicar encuestas a personas que viven en las cercanías de un parque vecinal. La población total estimada es de XXX personas. Quiero un nivel de confianza del XXX% y un margen de error del $\pm XXX\%$.

Además, necesito que el cálculo considere una representación equilibrada entre hombres y mujeres, y que los resultados se distribuyan en tres grupos de edad: 18 a 30 años, 31 a 50 años, y mayores de 50. Por favor, indícame cuántas encuestas debo aplicar en total, y cuántas deberían aplicarse en cada subgrupo. Explica los pasos de forma sencilla porque no tengo conocimientos avanzados en estadística."

Ficha de localización

1) Datos Generales

- Nombre oficial del parque:

- Dirección:

- Colonia / Barrio:

- Municipio / Ciudad:

- Coordenadas GPS (latitud/longitud):

- Superficie aproximada (m²):

- Fecha de creación (si se conoce):

- Entidad responsable de la administración:

2) Contexto Urbano

Usos de suelo colindantes:

☐

Habitacional

☐

Comercial

☐

Mixto

☐

Escolar

☐

Equipamiento de salud

☐

Baldío

☐

Otro: -----

3) Observaciones del Diseñador

(Espacio libre para anotar particularidades, condiciones visibles o comentarios relevantes)

Macro-localización (Dibujar un croquis)

Macro-localización (Dibujar un croquis)

Ficha de demanda de uso y cálculo muestral

1) Área de influencia

- Área de influencia (describir radio/polígono):

(Especifica qué zona poblacional se considera usuaria potencial del parque.)

2) Población y densidad

(Anota los datos demográficos que definen la magnitud de usuarios potenciales)

- Densidad (hab/ha):

(Usa datos del INEGI o Inventario Nacional de Vivienda. La densidad alta indica mayor presión de uso sobre el parque.)

3) Condiciones socioeconómicas y de vivienda

(Describe factores que influyen en la necesidad de áreas verdes).

- Nivel socioeconómico predominante según fuentes disponibles:

☐ Alto ☐ Medio ☐ Bajo

(Mientras más bajo sea probablemente hay menos acceso a jardines privados y más estrés laboral.)

- Vivienda (torres, tamaño de vivienda, patios/jardines privados, hacinamiento):

(Describe cómo son las viviendas; esto afecta el acceso a espacios abiertos propios.)

4) Proyección de demanda

(Redacta la síntesis que vincule los datos anteriores con la necesidad del parque).

5) Tamaño de muestra

(Coloca aquí el resultado que obtuviste con IA para el número de encuestas a aplicar).

- Tamaño de muestra final (n): _____

6) Distribución de la muestra

(Reparte equitativamente el número de encuestas por sexo y edad para asegurar representatividad).

Por sexo

Mujer: ____ % → n = ____

Hombre: ____ % → n = ____

Otro / No binario: ____ % → n = ____

Por grupos de edad

8-14 años: ____ % → n = ____

15-29 años: ____ % → n = ____

30-59 años: ____ % → n = ____

60+ años: ____ % → n = ____

Diagnóstico



El diagnóstico es la segunda fase de la MEDEP y tiene como finalidad construir una visión integral del parque, combinando la percepción de las personas con la observación directa del espacio físico. Esta fase permite reconocer tanto las cualidades emocionales y simbólicas como las condiciones materiales del parque, generando una base sólida para orientar el diseño empático.

El diagnóstico se compone de tres elementos complementarios: encuestas, entrevistas y registro espacial.

¿Qué se hace en esta fase?

A) **Encuestas:** En esta etapa se diseña un instrumento de encuesta que responda directamente a las seis dimensiones de la MEDEP.

Cada dimensión debe contar con dos o tres ítems específicos que permitan diagnosticar la percepción de los usuarios sobre aspectos como: seguridad, apego al lugar, funcionalidad, cohesión social, estimulación sensorial y adaptación a la diversidad.

El objetivo es que los resultados se puedan organizar y comparar entre dimensiones, de manera que sea posible identificar cuáles son las mejor valoradas y cuáles presentan mayores carencias. Este ordenamiento es clave, ya que permitirá jerarquizar las necesidades en las fases posteriores de diseño.

Recomendaciones:

- Formular preguntas claras, breves y comprensibles.
- Evitar preguntas generales que mezclen varias

- dimensiones en un solo ítem
- Diseñar escalas de respuesta (por ejemplo, tipo Likert) que faciliten la comparación.
- Asegurar una muestra representativa, con equilibrio entre sexos y grupos de edad.

B) **Entrevistas:** Las entrevistas permiten profundizar en aspectos que no pueden captarse únicamente con encuestas. El guion de entrevista también debe estructurarse en torno a las seis dimensiones de la MEDEP, de manera que cada pregunta busque generar información relacionada con ellas.

Sin embargo, a diferencia de las encuestas, las entrevistas requieren mayor sensibilidad del entrevistador para interpretar lo que la persona expresa, tanto explícita como implícitamente. Las narrativas, silencios, gestos y énfasis pueden revelar significados, tensiones o apropiaciones del parque que no aparecen en los datos cuantitativos.

Recomendaciones:

- Usar preguntas abiertas, que inviten a la reflexión y la narración personal.
- Escuchar activamente y repreguntar para aclarar o profundizar.
- Entrevistar tanto a usuarios como a no usuarios, ya que ambas miradas aportan información relevante.
- Registrar las entrevistas con notas o grabaciones (con consentimiento informado).

C) **Registro espacial:** El registro espacial complementa la

percepción de las personas con una lectura técnica y visual del parque. Está compuesto por dos herramientas:

- Registro planimétrico: consiste en la elaboración de un croquis o levantamiento del parque donde se identifiquen aspectos físicos como la configuración general, las zonas activas y pasivas, el mobiliario, el equipamiento, los accesos, la iluminación y la vegetación. Este registro ofrece una visión ordenada y sistemática de la infraestructura existente.
- Registro fotográfico: proporciona un panorama visual del estado actual del parque. Permite documentar fortalezas y carencias de forma clara, y sirve como apoyo para comunicar hallazgos en etapas posteriores de la metodología.

Ambos registros se complementan para generar una imagen clara y tangible del espacio, que puede contrastarse con la información proveniente de encuestas y entrevistas.

El diagnóstico busca construir un entendimiento integral del parque, considerando:

- Lo que las personas piensan y sienten (encuestas).
- Lo que narran y significan (entrevistas).
- Lo que el espacio físico muestra (registro planimétrico y fotográfico).

De esta manera, se logra un análisis que combina lo subjetivo y lo objetivo, lo narrativo y lo gráfico, lo individual y lo colectivo. Esta riqueza de información será la base para el procesamiento y análisis de hallazgos en la fase siguiente.

Antes de detallar los métodos de diagnóstico (encuestas, entrevistas y registro espacial) es fundamental comprender que todo el proceso debe estar guiado por las seis dimensiones del diseño empático. Estas dimensiones constituyen el marco de referencia común que orienta la manera en que se observa, interpreta y analiza la realidad del parque. Su función es dar coherencia al diagnóstico, asegurando que la información obtenida desde distintos métodos no se disperse, sino que se organice bajo un mismo lenguaje y propósito.

La presencia de las dimensiones a lo largo de todo el diagnóstico permite que cada hallazgo, ya sea cuantitativo o cualitativo, se vincule directamente con los criterios de diseño que posteriormente guiarán las propuestas. De esta manera, el diseñador no solo recopila datos, sino que reconoce patrones, carencias y oportunidades en relación con la estimulación sensorial y cognitiva, el apego al lugar, la cohesión social, la funcionalidad, la seguridad y permanencia digna, y la adaptación a la diversidad.

Esto significa que cada herramienta utilizada debe aplicarse con la conciencia de que el objetivo no es acumular información aislada, sino construir una lectura integral del parque desde la perspectiva empática. Al mantener las dimensiones como eje transversal, el diagnóstico se convierte en un proceso ordenado y significativo, capaz de reflejar la complejidad de la experiencia de los usuarios y de proporcionar bases sólidas para el diseño posterior.

Propuesta de encuesta

Se presenta una propuesta de encuesta estructurada en torno a las seis dimensiones del diseño empático, con tres ítems por cada dimensión. Las preguntas están redactadas en forma positiva, con el fin de facilitar al encuestado su proceso de respuesta y evitar confusiones.

Edad:	Genero:	Femenino	Masculino	Datos generales de identificación sin información sensible
Qué tan de acuerdo estoy	No estoy de acuerdo	Estoy más o menos de acuerdo	Estoy de acuerdo	
En este parque percibo estímulos que me resultan agradables (colores, sonidos, texturas).				Ítems para la dimensión de estimulación sensorial y cognitiva
En este parque percibo estímulos que me resultan agradables (colores, sonidos, texturas).				
Siento que este espacio favorece que mis sentidos se activen de forma positiva.				
Me siento emocionalmente vinculado/a a este parque.				Ítems para la dimensión de apego al lugar
Me siento emocionalmente vinculado/a a este parque.				
El parque forma parte de mi vida cotidiana y de mis rutinas.				
El parque forma parte de mi vida cotidiana y de mis rutinas.				Ítems para la dimensión de cohesión social
En este parque suelen generarse interacciones positivas entre las personas.				
En este parque suelen generarse interacciones positivas entre las personas.				

Propuesta de encuesta

Qué tan de acuerdo estoy	No estoy de acuerdo	Estoy más o menos de acuerdo	Estoy de acuerdo	
El diseño del parque facilitó que las personas realicen distintas actividades.				Ítems para la dimensión de funcionalidad
Las instalaciones están organizadas de forma lógica y accesible.				
Las instalaciones están organizadas de forma lógica y accesible.				
Puedo estar en este parque sin sentirme en riesgo.				Ítems para la dimensión de seguridad y permanencia digna
Este parque me transmite tranquilidad y confianza.				
Las condiciones del espacio permiten que cualquier persona permanezca con comodidad.				
Este parque está diseñado pensando en personas con distintas capacidades y edades.				Ítems para la dimensión de adaptación para la diversidad
Este parque está diseñado pensando en personas con distintas capacidades y edades.				
Este parque permite que personas diversas compartan el espacio de manera equitativa.				

Asimismo, se utiliza una escala tipo Likert de tres niveles, pensada tanto para simplificar la contestación como para agilizar el procesamiento de datos. No obstante, esta encuesta debe entenderse como una guía de apoyo: si el diseñador lo considera pertinente, puede adaptarla o diseñar un nuevo instrumento, siempre que conserve la lógica de responder ordenadamente a cada dimensión de la MEDEP.

Propuesta de entrevista

1. ¿Cuál es su edad?	←	Datos generales de identificación sin información sensible
2. ¿Con qué género se identifica?		
3. ¿Qué aspectos del parque llaman más tu atención cuando lo visitas (colores, sonidos, texturas, vistas)?	←	Items para la dimensión de estimulación sensorial y cognitiva
4. ¿Hay algo en el parque que te parezca monótono o poco interesante para recorrer o experimentar?	←	
5. ¿Qué significa para ti este parque en tu vida cotidiana o en tu barrio?	←	Items para la dimensión de apego al lugar
6. ¿Tienes algún recuerdo o experiencia importante que asocies con este lugar?	←	
7. ¿Qué tan fácil te resulta convivir con otras personas en este parque?	←	Items para la dimensión de cohesión social
8. ¿Sientes que este espacio fomenta el encuentro y la convivencia entre vecinos?	←	
9. ¿Qué actividades sueles realizar en este parque y qué tan cómodas o prácticas resultan para ti?	←	Items para la dimensión de funcionalidad
10. ¿Hay algo que te gustaría hacer aquí, pero no puedes por cómo está diseñado o equipado el parque?	←	
11. ¿Te sientes seguro/a en este parque? ¿En qué momentos o zonas más, y en cuáles menos?	←	Items para la dimensión de seguridad y permanencia digna
12. ¿Qué condiciones cambiarías para sentirte con mayor confianza y comodidad al permanecer en este lugar?	←	
13. ¿Consideras que este parque puede ser disfrutado por personas muy diferentes entre sí (niños, adultos mayores, personas con discapacidad, mujeres solas, etc.)?	←	Items para la dimensión de adaptación a la diversidad
14. ¿Qué elementos crees que hacen falta para que más personas diversas puedan usar y disfrutar este espacio con libertad?	←	
15. ¿Te gustaría agregar algo más a la conversación?	←	Item para dejar abierta la posibilidad de expresar más

Se presenta un **guion de entrevista** en torno a las seis dimensiones del diseño empático, con dos preguntas abiertas por cada dimensión, además de datos generales al inicio. Este guion busca orientar la conversación hacia los aspectos centrales de la MEDEP, permitiendo al entrevistador obtener **narrativas vinculadas a percepciones, significados y experiencias en relación con el parque**. Sin embargo, debe entenderse como una guía de apoyo: no es obligatorio aplicarlo de manera literal. Cada diseñador o equipo puede **adaptar, ampliar o modificar las preguntas según el contexto**, el perfil de las personas entrevistadas y la sensibilidad del proceso de campo, manteniendo siempre la lógica de abordar las seis dimensiones.

Checklist para registro espacial

El registro espacial dentro de la MEDEP no requiere formatos rígidos, ya que cada diseñador puede elegir el medio que le resulte más cómodo para representar la información (croquis a mano, levantamiento digital, fotografía). Sin embargo, se incluyen a continuación listas de aspectos mínimos a considerar en el registro planimétrico y en el registro fotográfico, de manera que funcionen como guías de apoyo que orienten la observación y aseguren que la información levantada sea suficiente y comparable.

Marca con una palomita en el círculo azul junto a la oración de cada lista.

1. Checklist de registro planimétrico

- ☐ Límites y superficie del parque.
- ☐ Accesos y recorridos principales.
- ☐ Zonas activas (juego, deporte, convivencia).
- ☐ Zonas pasivas (descanso, contemplación, tránsito).
- ☐ Ubicación de mobiliario y equipamiento.
- ☐ Elementos naturales (árboles, áreas verdes, sombra).
- ☐ Iluminación y puntos ciegos.
- ☐ Condiciones de accesibilidad (rampas, pavimentos, escalones).

2. Checklist de registro fotográfico

- ☐ Una toma panorámica desde cada acceso principal.
- ☐ Fotografías de cada zona funcional del parque.
- ☐ Fotos de mobiliario y equipamiento en buen y mal estado.
- ☐ Detalles de accesibilidad (rampas, escalones, señalética).
- ☐ Evidencias de sombra, iluminación y vegetación.
- ☐ Capturas de zonas conflictivas o en desuso.

En el caso del registro espacial, las seis dimensiones del diseño empático funcionan como guías de observación directa en campo. Este método permite reconocer de manera sensible y tangible las condiciones del parque a través de lo que se percibe con los sentidos y la interacción física con el espacio. El diseñador debe recorrer el parque con atención, registrando lo que observa, escucha, huele y siente, así como la manera en que estos elementos configuran la experiencia de quienes lo habitan. Se presenta una lista de preguntas organizadas por dimensión como guía para reconocer fortalezas y carencias en el parque.



Estimulación sensorial y cognitiva

¿Qué observar en campo?

- Diversidad visual: ¿existen distintos tipos de vegetación, colores, formas, niveles de altura?
- Texturas y materiales: ¿el suelo, los muros, los elementos contruidos ofrecen variedad táctil?
- Sonoridad: ¿se escucha agua, viento, pájaros? ¿o predomina el ruido urbano?
- Aromas: ¿la vegetación o el suelo emiten olores agradables o desagradables?
- Zonas de sombra y luz: ¿hay contraste, movimiento de sombras, confort térmico?



Apego al lugar

¿Qué observar en campo?

- Presencia de intervenciones comunitarias (murales, jardineras hechas por vecinos, mobiliario improvisado).
- Evidencia de cuidado cotidiano (personas barriendo, regando, reparando, colocando adornos).
- Relatos orales o simbólicos asociados al lugar (nombres populares, historias locales, fiestas barriales).
- Marcas de pertenencia (personas que dicen "este es mi parque", "aquí crecí", "aquí venimos siempre").



Cohesión social

¿Qué observar en campo?

- Zonas de encuentro entre distintas generaciones (adultos mayores, jóvenes, niñeces, etc.).
- Configuración espacial que favorezca la visibilidad mutua y la circulación fluida entre grupos.
- Presencia de actividades compartidas (huertos, talleres, ferias, juegos en grupo).
- Diversidad de usos y horarios de ocupación: ¿el parque está activo durante todo el día y por distintos perfiles?
- Lenguaje corporal y dinámicas sociales: ¿las personas se saludan, interactúan, se observan con comodidad?



Funcionalidad

¿Qué observar en campo?

- Accesibilidad real: ¿se puede llegar fácilmente desde las viviendas cercanas? ¿Hay banquetas, rampas, pasos peatonales?
- Organización espacial clara: ¿se distinguen zonas de estancia, de paso, de juego, de sombra?
- Mobiliario suficiente y bien ubicado: ¿hay bancas cómodas, mesas, papeleras, bebederos, señalética?
- Confort ambiental: ¿hay protección solar, áreas ventiladas, espacios secos durante lluvias?
- Estado del mantenimiento: ¿las instalaciones están limpias, íntegras y funcionales?



Seguridad y permanencia digna

¿Qué observar en campo?

- Iluminación: ¿el parque cuenta con iluminación suficiente, continua y funcional por las noches?
- Visibilidad: ¿hay zonas ciegas, muros altos, vegetación densa que impidan ver o ser visto?
- Distribución del mobiliario: ¿hay bancas bien ubicadas, en zonas seguras y visibles?
- Señales de deterioro: ¿el parque se ve sucio, vandalizado, dañado, abandonado?
- Rastros de exclusión o control excesivo: ¿rejado en exceso, carteles restrictivos, cámaras que intimidan?



Adaptación a la diversidad

¿Qué observar en campo?

- Accesibilidad física: rampas, pendientes, superficies estables, puertas anchas, señalética clara.
- Mobiliario variado: alturas distintas, respaldo en bancas, sombras para personas sensibles al calor.
- Lenguaje visual y simbólico inclusivo: carteles, juegos o murales que representen distintas identidades, colores no agresivos, referencias culturales diversas.
- Zonas neutras o multifuncionales: espacios no codificados para una sola actividad o grupo.

Procesamiento y análisis de hallazgos



El objetivo de esta fase es ordenar y sintetizar la información recolectada en el diagnóstico, de modo que el diseñador tenga un panorama claro sobre cómo están evaluadas las dimensiones del diseño empático en el parque. No se trata de realizar un análisis excesivamente complejo, sino de generar resultados prácticos que orienten la toma de decisiones en las fases siguientes.

A) Procesamiento de encuestas

Las encuestas, diseñadas con ítems por cada dimensión de la MEDEP, permiten cuantificar la experiencia de las personas en relación con el parque.

Para su análisis, es recomendable:

- Descargar los resultados de la encuesta (por ejemplo, desde Google Forms).
- Procesar la información con un programa estadístico accesible, como JASP, que facilita la organización y análisis de datos.
- Apoyarse en herramientas de inteligencia artificial para generar resúmenes o visualizar patrones.

Una estrategia sencilla y efectiva consiste en construir un mapa de calor con las puntuaciones promedio de cada dimensión, organizadas de forma descendente. De este modo, es posible identificar con claridad cuáles dimensiones se encuentran en mejor estado y cuáles requieren mayor atención.

Este recurso visual permite que el diseñador pueda jerarquizar las necesidades del parque desde la percepción de la comunidad.

B) Análisis de entrevistas

Las entrevistas aportan información cualitativa, más libre y profunda, que no puede ser captada por los cuestionarios. El análisis se realiza mediante una codificación temática manual, que consiste en leer las respuestas, identificar frases clave y agruparlas en categorías relacionadas con aspectos como:

- Experiencia afectiva y memorias asociadas al parque.
- Emociones positivas o negativas expresadas.
- Inclusión o exclusión percibida.
- Usos no contemplados en el diseño original.
- Tensiones, contradicciones o aspiraciones detectadas.

Este tipo de análisis requiere sensibilidad e interpretación, ya que muchas veces las personas se expresan de manera ambigua. La tarea del entrevistador es construir un panorama comprensible a partir de estos matices, elaborando una lectura que complemente los datos cuantitativos de las encuestas.

C) Síntesis integrada

El paso final de esta fase consiste en unir los tres niveles de información recolectada: encuestas, entrevistas y registro espacial.

- Encuestas: muestran cómo perciben las personas cada dimensión, ofreciendo datos comparables y jerarquizables.
- Entrevistas: aportan profundidad narrativa, revelando memorias, emociones, significados y tensiones vinculadas al parque.

- Registro espacial (planimétrico y fotográfico) : documenta las condiciones físicas reales del espacio, permitiendo ubicar dónde y cómo se manifiestan las problemáticas o fortalezas detectadas.

La síntesis integrada se convierte en una herramienta clave porque:

- Permite corroborar la percepción de las personas con la evidencia física del parque.
 - Ejemplo: si en las encuestas la seguridad resulta mal evaluada, y en el registro planimétrico aparecen zonas oscuras o con mobiliario dañado, la relación queda confirmada.
- Ayuda a detectar contradicciones.
 - Ejemplo: si en entrevistas se habla de apego al lugar, pero el registro fotográfico muestra deterioro y abandono, el diseñador puede profundizar en esta tensión.
 - Genera un mapa más completo y realista, en el que lo subjetivo y lo objetivo se entrelazan.
 - Propósito de esta fase
 - Esta fase busca ofrecer herramientas claras y visuales para el diseñador. El procesamiento y análisis de hallazgos debe culminar en un panorama integrado y verificable, donde las percepciones de las personas se contrasten con la realidad espacial del parque.
 - De esta manera, el diseñador puede pasar a la siguiente fase con certeza sobre qué dimensiones son prioritarias y con un entendimiento sensible de las particularidades del parque y su comunidad.

Ficha para el procesamiento y análisis de hallazgos

1) Mapa de calor para encuestas

Tiene como propósito mostrar qué dimensiones del parque están mejor evaluadas y cuáles requieren mayor atención.

Pasos:

1. **Identifica las dimensiones:** coloca en filas cada dimensión de la MEDEP (ejemplo: Estimulación sensorial, Apego al lugar, Cohesión social, etc.).
2. **Anota los promedios:** escribe en la columna siguiente el puntaje promedio que obtuviste en las encuestas para cada dimensión.
3. **Aplica colores:** Elige un color y colorea con mayor o menor intensidad según el promedio se eleva o disminuye.
4. **Interpreta el mapa:** identifica qué dimensiones se encuentran en buen estado y cuáles requieren rediseño o refuerzo en la propuesta del parque.

Dimensión	Promedio	Color
Estimulación sensorial y cognitiva		
Apego al lugar		
Cohesión social		
Funcionalidad		
Seguridad y permanencia digna		
Adaptación a la diversidad		

2) Matriz de entrevistas

La matriz de entrevistas permite organizar la información cualitativa de manera clara y vinculada con cada dimensión de la MEDEP.

1. **Revisa las entrevistas** y anota en la segunda columna los hallazgos que se repiten en diferentes personas, es decir, las coincidencias más frecuentes.
2. **Agrupar las coincidencias bajo un mismo concepto** y escríbelo en la tercera columna como un "tema" que sintetice esas ideas comunes.
3. **Repite el proceso con cada dimensión**, hasta completar la tabla.

Dimensión	Coincidencias	Tema
Estimulación sensorial y cognitiva		
Apego al lugar		
Cohesión social		
Funcionalidad		
Seguridad y permanencia digna		
Adaptación a la diversidad		

3) Tabla de síntesis de hallazgos

1. Anota los resultados de encuestas en la segunda columna, resumiendo los datos más representativos.
2. Registra los hallazgos de entrevistas en la tercera columna, destacando los temas o coincidencias más relevantes.
3. Incluye la evidencia del registro espacial en la cuarta columna, como observaciones de campo o fotografías que respalden lo detectado.

Dimensión	Hallazgos de encuestas	Hallazgos de entrevistas	Hallazgos de registro espacial
Estimulación sensorial y cognitiva			
Apego al lugar			
Cohesión social			
Funcionalidad			
Seguridad y permanencia digna			
Adaptación para la diversidad			

Empatización



La empatización constituye el núcleo central y la mayor aportación de la MEDEP.

Aquí, los datos recogidos en encuestas, entrevistas y registro espacial son reinterpretados desde la perspectiva humana, reconociendo que el parque no es únicamente un conjunto de elementos físicos, sino un **espacio donde se experimentan emociones, memorias, vínculos y tensiones sociales**.

Se retoman las narrativas y percepciones de los usuarios para transformarlas en **"núcleos experienciales"**: condensaciones de emociones, necesidades y significados recurrentes que aparecen en la vivencia cotidiana del parque.

- Estos núcleos pueden referirse, por ejemplo, a la sensación de seguridad o inseguridad, la experiencia de pertenencia, el confort ambiental, el encuentro comunitario o la exclusión social.
- Los núcleos experienciales permiten ver el parque desde adentro, tal como lo sienten sus habitantes, y no solo desde los parámetros técnicos del diseño.

A partir de la interrelación de los núcleos experienciales, se construyen **tensiones diseñables**, que se expresan en forma de preguntas orientadoras para el proyecto.

Estas preguntas funcionan como una **traducción de los hallazgos en retos creativos**, por ejemplo:

- ¿Cómo diseñar un parque que sea seguro sin dejar de ser abierto?
- ¿Qué elementos pueden reforzar la identidad barrial sin excluir a quienes no tienen historia previa con el lugar?

- ¿De qué manera se puede equilibrar la necesidad de áreas tranquilas con la de espacios activos y ruidosos?

Este ejercicio de transformación convierte las percepciones en obstáculos creativos, que no limitan, sino que orientan el diseño hacia soluciones empáticas y situadas.

La empatización funciona como una unión entre la interpretación técnica de los datos y la sensibilidad humana de la experiencia cotidiana. Garantiza que el diseño posterior no se fundamente únicamente en métricas cuantificables, sino que integre también la vida emocional y social que ocurre en el parque.

De esta manera, la MEDEP asegura que el proyecto final no sea un ejercicio meramente técnico, sino una propuesta que dialoga con la memoria, las emociones y los significados colectivos, otorgando sentido y pertinencia a cada decisión de diseño.

En la fase de empatización se busca dar un paso más allá del análisis de hallazgos, transformando los datos en comprensiones profundas sobre las experiencias de las personas en relación con el parque. Para ello se presentan tres formatos de apoyo: **la lámina de evidencias, significados y necesidades**, que permite organizar lo observado en un lenguaje cercano a la vida cotidiana; el **formato de conexión entre los núcleos experienciales**, que ayuda a identificar vínculos y relaciones entre distintas vivencias detectadas; y finalmente, el **formato de tensiones diseñables derivadas de los núcleos experienciales**, donde se traducen estas comprensiones en retos claros que el diseño puede atender.

Lámina de evidencias, significados y necesidades

Dimensión	Hallazgos de encuestas	Hallazgos de entrevistas	Hallazgos de observación espacial	Núcleos experienciales	Nivel de presencia actual (alta, media, nula)
 Estimulación sensorial y cognitiva					
 Apego al lugar					
 Cohesión social					
 Funcionalidad					
 Seguridad y permanencia digna					
 Adaptación para la diversidad					



(Núcleo experiencia)

Evidencia:

Significado:

Necesidad:



(Núcleo experiencia)

Evidencia:

Significado:

Necesidad:



(Núcleo experiencia)

Evidencia:

Significado:

Necesidad:

(Insertar plano del parque, y espacializar hallazgos obtenidos del diagnóstico)



(Núcleo experiencia)

Evidencia:

Significado:

Necesidad:



(Núcleo experiencia)

Evidencia:

Significado:

Necesidad:



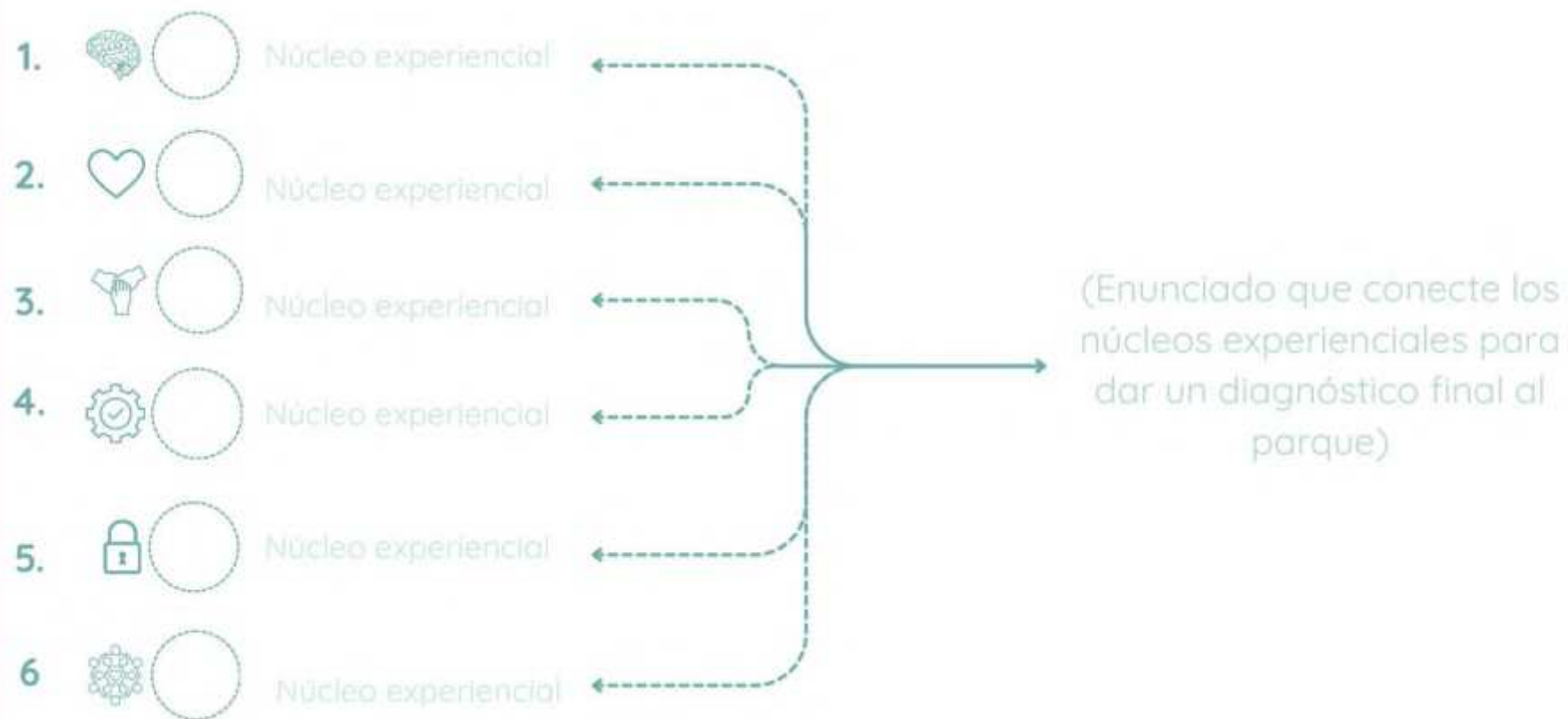
(Núcleo experiencia)

Evidencia:

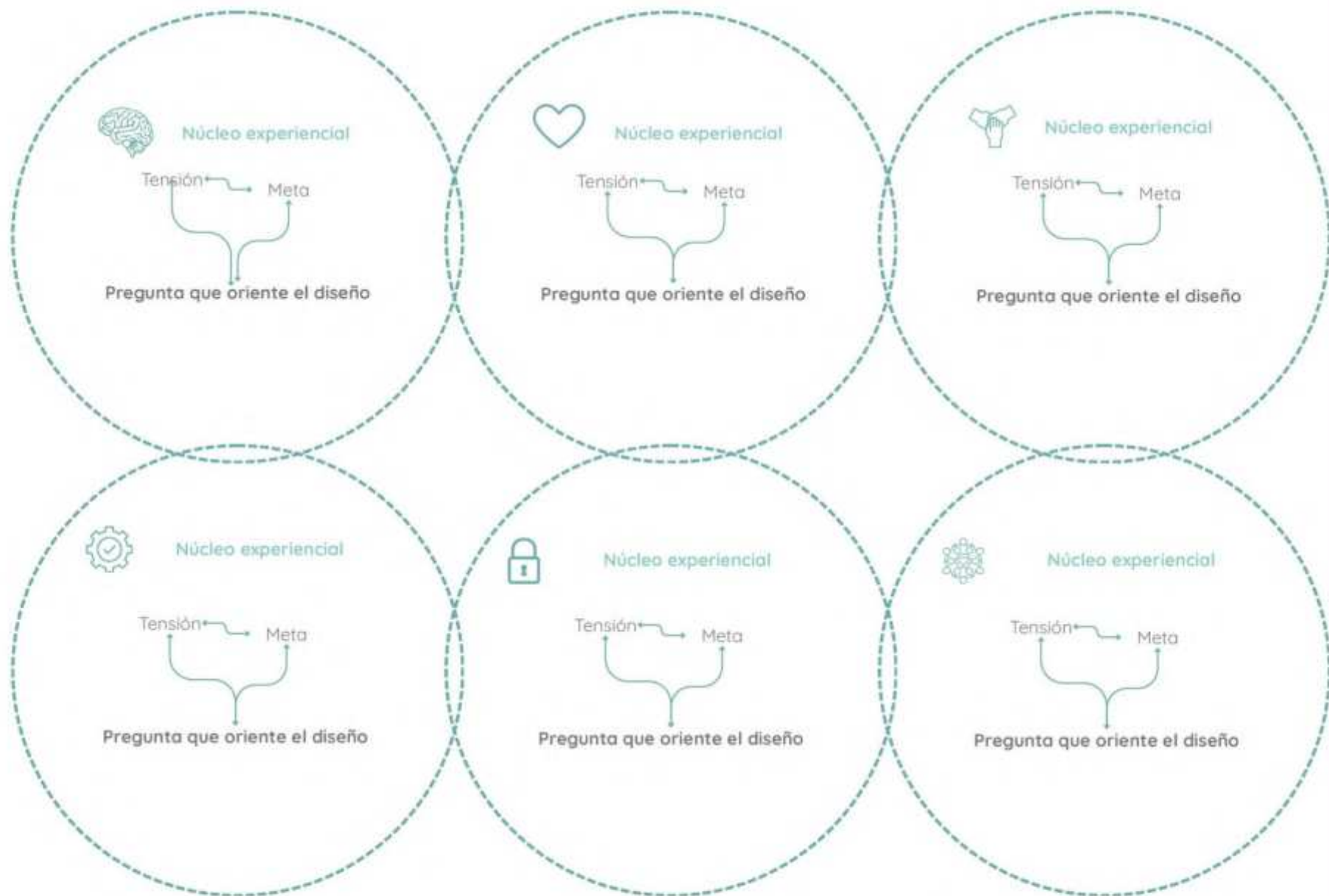
Significado:

Necesidad:

Conexión entre los núcleos experienciales



Tensiones diseñables derivadas de los núcleos experienciales



Exploración propositiva de estrategias



Una vez formuladas las tensiones diseñables durante la fase de empatización, la metodología avanza hacia la exploración propositiva de estrategias. Esta fase constituye el momento creativo inicial, en el que las tensiones se transforman en posibilidades concretas de intervención espacial.

El propósito es comenzar a imaginar cómo podría responder el parque a las necesidades humanas detectadas, siempre desde la lógica de la MEDEP: no inventar soluciones aisladas, sino traducir experiencias en criterios de diseño.

En esta fase se desarrollan representaciones gráficas simples y flexibles (croquis, diagramas y bocetos) sobre el plano del parque. Estas ilustraciones no buscan ser un anteproyecto definitivo, sino un espacio de exploración creativa en el que se prueban distintas maneras de responder a las tensiones.

Cada representación se acompaña de una breve descripción que explica:

- La intención del diseño.
- El problema o tensión al que responde.
- La experiencia humana que busca generar en el parque.

La exploración propositiva es, en esencia, un ejercicio de traducción:

- Se parte de las necesidades, emociones y significados humanos.
- Se formulan como estrategias de diseño espacial que pueden expresarse gráficamente.

En la fase de exploración propositiva de estrategias es importante que el diseñador **mantenga presentes las seis dimensiones del diseño empático**. A continuación, se ofrecen ejemplos de posibles estrategias para cada dimensión. No se trata de soluciones obligatorias, sino de ideas que pueden servir como disparadores creativos para responder a las tensiones detectadas en el parque.



Estimulación sensorial y cognitiva

Estrategias de diseño empático desde esta dimensión

- **Incluir vegetación diversa:** combinar especies de distintas formas, alturas, texturas y ciclos de floración para crear estímulos cambiantes a lo largo del año.
- **Incorporar elementos auditivos naturales:** como fuentes, árboles de follaje sonoro o zonas que atraigan aves.
- **Usar materiales con texturas variadas:** en pisos, senderos, bancos o muros, fomentando la interacción táctil.
- **Crear zonas de contemplación:** con vistas interesantes, detalles cuidados, o puntos elevados.
- **Favorecer el confort térmico y visual:** con árboles frondosos, estructuras de sombra o juegos de luces naturales.

Beneficios esperados

- Favorecer la reducción del estrés urbano crónico.
- Estimular la atención plena y el sentido de presencia.
- Generar vínculos afectivos con el lugar a través del recuerdo sensorial.
- Aumentar el tiempo de permanencia y disfrute del parque.
- Potenciar su uso por parte de personas adultas, mayores y neurodivergentes.





Apego al lugar

Estrategias de diseño empático desde esta dimensión

- Incorporar elementos que permitan resignificar el parque: (murales colaborativos, bancos intervenidos, placas conmemorativas).
- Respetar las memorias existentes: conservar árboles antiguos, rutas habituales, zonas con valor afectivo para los usuarios.
- Diseñar espacios para la permanencia prolongada, que inviten a "estar" más que a "pasar".
- Favorecer la apropiación barrial: integrar a la comunidad en decisiones de diseño o mantenimiento.
- Estimular narrativas de identidad: incluir símbolos, nombres o referencias locales.

Beneficios esperados

- Incremento en la frecuencia de uso y permanencia.
- Mayor cuidado, apropiación y defensa del parque por parte de la comunidad.
- Fortalecimiento del sentido de pertenencia barrial.
- Vínculos emocionales que reducen la sensación de anonimato urbano.
- Promoción de bienestar a través de la identificación emocional con el entorno.





Cohesión social

Estrategias de diseño empático desde esta dimensión

- **Diseñar zonas intergeneracionales:** mobiliario adaptable, juegos que involucren adultos, espacios compartidos que no segreguen por edad.
- **Crear espacios de reunión sin jerarquías:** áreas abiertas, bancos circulares, sombra compartida.
- **Fomentar la actividad comunitaria:** incluir espacios para asambleas, talleres o eventos culturales.
- **Evitar barreras físicas o simbólicas** que excluyan a ciertos grupos (rejillas, carteles restrictivos, zonas altamente vigiladas).
- **Diseñar con variedad de escuelas:** permitir tanto la intimidad como el encuentro grupal.

Beneficios esperados

- Fortalecimiento del tejido social barrial.
- Disminución de la percepción de inseguridad mediante el reconocimiento mutuo.
- Mayor sentido de confianza y corresponsabilidad en el uso y cuidado del parque.
- Aumento de las redes de apoyo informal (vecindad, diálogo, colaboración).
- Mayor uso colectivo del espacio y enriquecimiento de la vida comunitaria.





Funcionalidad

Estrategias de diseño empático desde esta dimensión

- Garantizar recorridos accesibles y seguros desde la calle hasta el interior del parque.
- Asegurar variedad y suficiencia de mobiliario urbano distribuido de forma equitativa.
- Proveer condiciones ambientales confortables: sombra natural o estructural, drenaje efectivo, áreas resguardadas.
- Organizar el espacio de forma intuitiva, clara y legible, evitando zonas residuales u oscuras.
- Diseñar para múltiples usos y cuerpos: superficies estables, mobiliario adaptable, escalas humanas.
- Incorporar infraestructura básica suficiente y funcional: iluminación, bebederos, baños, basureros.

Beneficios esperados

- Incremento del uso cotidiano del parque, especialmente por personas adultas o mayores.
- Aumento de la sensación de comodidad y permanencia digna.
- Disminución de intervenciones improvisadas o usos conflictivos del espacio.
- Mejora del mantenimiento comunitario por percepción de valor funcional.
- Facilita otras dimensiones del diseño empático (como el apego o la cohesión).





Seguridad y permanencia digna

Estrategias de diseño empático desde esta dimensión

- **Mejorar la visibilidad** con iluminación adecuada, vegetación baja o bien podada, y recorridos sin rincones ciegos.
- **Diseñar con principios de vigilancia natural**: zonas abiertas, bancas orientadas hacia el espacio público, áreas activas que atraen diversidad de usuarios.
- **Evitar la hiperseguridad excluyente**: rejas, cámaras o barreras que criminalizan la presencia sin resolver problemas reales.
- **Garantizar infraestructura básica funcional y digna**: baños limpios y abiertos, mobiliario en buen estado, accesos seguros.
- **Ofrecer condiciones para la permanencia libre**: sombra, asientos, puntos de agua, sin necesidad de consumir o justificar su estancia.
- **Cuidar el mantenimiento constante**: limpieza, reparación y monitoreo comunitario o institucional.

Beneficios esperados

- Incremento del uso del parque durante más horas del día.
- Mayor presencia de personas diversas que se sienten bienvenidas y respetadas.
- Disminución de la percepción de inseguridad.
- Promoción de relaciones de confianza entre los usuarios.
- Fomento del sentido de permanencia digna.





Adaptación para la diversidad

Estrategias de diseño empático desde esta dimensión

- Diseñar accesos y recorridos que sirvan para todos los cuerpos y capacidades sin depender de ayuda externa.
- Incluir mobiliario adaptable, con distintas alturas, materiales agradables al tacto, formas ergonómicas.
- Evitar codificar los espacios por género o edad: juegos que no asuman roles, bancas sin jerarquía, actividades que no excluyan.
- Representar la diversidad cultural y social del barrio: en murales, eventos, mobiliario o paisajismo.
- Crear zonas híbridas y flexibles que puedan ser apropiadas por distintos grupos en distintos momentos.
- Permitir usos no normativos: estar en silencio, caminar descalzo, bailar, llorar, compartir alimento, descansar sin consumir.

Beneficios esperados

- Ampliación del espectro de usuarios del parque.
- Mayor igualdad de acceso al bienestar urbano.
- Reconocimiento simbólico de grupos históricamente excluidos.
- Reducción del miedo o la incomodidad de usar el espacio público.
- Fomento de una cultura urbana más abierta, empática y equitativa.



Validación con la comunidad



La última fase de la MEDEP consiste en la validación con la comunidad, un momento clave en el que las estrategias propuestas regresan a las manos de quienes viven y usan el parque. Su propósito es **contrastar las ideas de diseño con la experiencia cotidiana de los usuarios, garantizando que las propuestas finales sean legítimas y pertinentes**.

Durante esta fase se presentan las ilustraciones, descripciones y narrativas elaboradas en la etapa anterior. La presentación debe realizarse en un **lenguaje accesible y comprensible**, utilizando recursos gráficos claros y explicaciones sencillas, de modo que todas las personas puedan participar activamente.

Las y los participantes tienen la oportunidad de:

- Expresar su grado de acuerdo con las propuestas.
- Señalar objeciones o preocupaciones.
- Proponer ajustes específicos.
- Sugerir nuevas alternativas que enriquezcan el diseño.

Este ejercicio de retroalimentación no solo legitima las propuestas, sino que fortalece el sentido de pertenencia hacia el parque. Al involucrar a la comunidad en la definición final de las estrategias:

- Se garantiza que las soluciones respondan a necesidades reales y cotidianas.
- Se fortalecen los lazos comunitarios en torno al espacio público.
- Se refuerza la idea de que el diseño urbano no se impone, sino que se construye colectivamente, profundizar en esta tensión.

- Genera un mapa más completo y realista, en el que lo subjetivo y lo objetivo se entrelazan.

Aunque esta fase de validación con la comunidad se presenta al final dentro de la MEDEP, es importante reconocer que no constituye un cierre rígido del proceso, sino más bien una **oportunidad para retroalimentar y perfeccionar el diseño**. La participación de las personas puede revelar aspectos que requieran **ajustes o incluso replanteamientos**, lo cual abre la posibilidad de regresar a fases anteriores de la metodología: **volver a la empatización, explorar nuevas estrategias de diseño y, posteriormente, consultar de nuevo con la comunidad**. Este ejercicio es de carácter iterativo y puede repetirse tantas veces como sea necesario, hasta lograr que la propuesta **refleje con la mayor fidelidad posible las necesidades, expectativas y realidades** de quienes habitan y usan el parque.

Formato de registro de retroalimentación

Datos generales

- Parque / Proyecto: _____
- Fecha de validación: _____
- Lugar de la reunión: _____
- Participantes: _____

Dimensión MEDEP	Comentarios de la comunidad	Posibles ajustes al diseño	Acciones siguientes
1. Estimulación sensorial y cognitiva			
2. Apego al lugar			
3. Cohesión social			
4. Funcionalidad			
5. Seguridad y permanencia digna			
6. Adaptación para la diversidad			

Síntesis de retroalimentación

- Principales acuerdos: _____

- Aspectos con opiniones divididas: _____
- Temas a profundizar en próximas iteraciones: _____

Gestión final:
Realización del
proyecto





Gestión final: Realización del proyecto

Esta última fase busca orientar al diseñador en el camino de transformar el proyecto de parque vecinal, ya validado y diseñado, en una **realidad tangible**. La propuesta no concluye con la entrega del diseño, sino que requiere dar un paso más: explorar y activar las posibles vías de financiamiento y gestión que permitan materializar el espacio.

Dado que los recursos pueden provenir de distintos actores, se plantea un **diagrama de flujo** como herramienta de apoyo para la toma de decisiones. Este esquema permite que el diseñador, en diálogo con la comunidad, vaya respondiendo a preguntas clave (**¿existe disposición vecinal para autogestión?**, **¿hay programas municipales vigentes?**, **¿hay interés empresarial o político?**, **¿es viable participar en el presupuesto participativo?**). En función de esas respuestas, el flujo orienta hacia la fuente de financiamiento más adecuada y señala los requisitos específicos que cada modalidad demanda.

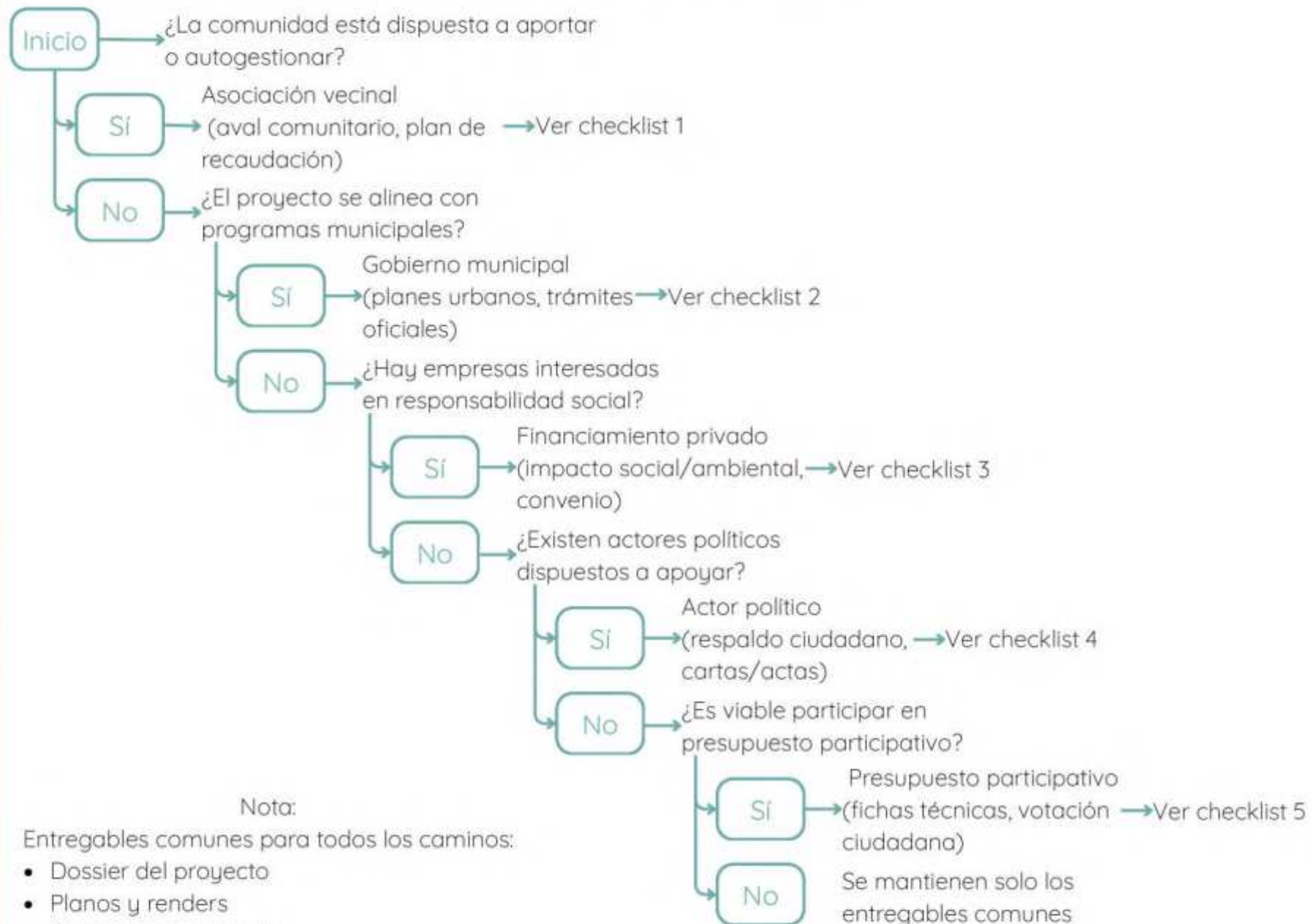
A pesar de estas diferencias, todas las rutas comparten un conjunto de **requisitos básicos o entregables comunes**, que aseguran la solidez de cualquier gestión: un dossier del proyecto, planos y renders, un presupuesto estimado, un aval comunitario y un cronograma tentativo de ejecución. Estos elementos constituyen el núcleo documental indispensable y funcionan como carta de presentación frente a cualquier instancia financiadora.

Más allá de estos requisitos compartidos, cada fuente de financiamiento incorpora **condiciones particulares**: el gobierno municipal exigirá alineación con planes de desarrollo urbano; una empresa privada valorará el impacto social y ambiental junto con acuerdos de visibilidad de marca; la asociación vecinal deberá organizar mecanismos de recaudación colectiva; un actor político buscará respaldo ciudadano documentado; y el presupuesto participativo requerirá formatos específicos y movilización vecinal en la votación.

Para facilitar el trabajo del diseñador en esta fase, se propone el uso de una **checklist de apoyo**, donde se enumeran de manera clara y concreta los requisitos comunes y los específicos de cada modalidad. Esta lista cumple la función de mecanismo práctico que guía paso a paso en la preparación de los documentos, evitando omisiones y ofreciendo un marco de referencia sencillo pero suficiente para avanzar en la gestión.

En suma, esta fase final del manual consolida la coherencia entre el diseño empático y su implementación posible, ofreciendo al diseñador un doble apoyo: por un lado, el **diagrama de flujo**, que define la ruta más viable de financiamiento según las condiciones del contexto; y, por otro, la **checklist**, que funciona como herramienta operativa para organizar los requisitos.

Diagrama de rutas de financiamiento



La fase de Gestión para la realización del proyecto representa el puente entre la *visión diseñada y su concreción en el territorio*. Al ofrecer al diseñador un *diagrama de rutas de financiamiento y una checklist de requisitos*, se asegura que el proceso no quede en la abstracción, sino que avance hacia pasos claros y posibles. Con ello, el manual acompaña hasta el final, abriendo caminos diversos pero todos con un mismo propósito: *hacer que el parque vecinal se materialice como un espacio empático y significativo para la comunidad*.

Checklist 1: Asociación vecinal

- Acta de asamblea o documento que muestre acuerdo comunitario.
- Plan de recaudación definido (cuotas, rifas, actividades colectivas).
- Registro de compromisos vecinales (quién aporta qué y en qué plazo).
- Estrategia de comunicación interna (grupo de WhatsApp, reuniones periódicas).

Checklist 2: Gobierno municipal

- Documentar alineación con planes de desarrollo urbano vigentes.
- Incluir referencias a programas municipales de espacio público o medio ambiente.
- Preparar oficios o solicitudes oficiales.
- Identificar la dirección o área responsable (ej. Parques y Jardines, Desarrollo Urbano).

Checklist 5: Presupuesto participativo

- Revisión detallada de la convocatoria vigente.
- Llenado de formatos específicos solicitados (fichas técnicas, descripciones).
- Adecuación del presupuesto a los topes marcados en la convocatoria.
- Estrategia de movilización vecinal para la votación.
- Registro digital o físico según lo pidan las bases.

Checklist 3: Financiamiento privado (empresas)

- Resaltar en el dossier el impacto social y ambiental del proyecto.
- Propuesta de visibilidad de marca (ej. logotipo en eventos, placa discreta en el parque).
- Convenio de colaboración claro (aportaciones, plazos, derechos y límites).
- Justificación de cómo el proyecto se alinea con la política de responsabilidad social empresarial.

Checklist 4: Actor político (diputados, senadores, regidores, etc.)

- Cartas de respaldo ciudadano (firmas o testimonios).
- Narrativa clara de beneficio social amplio (más allá de un grupo pequeño).
- Evidencia fotográfica y documental de participación comunitaria.
- Definición de compromisos escritos para evitar apropiación política del proyecto.

El presente manual ofrece un enfoque sensible para diseñadores y profesionales del espacio público, con el propósito de fortalecer la función social y emocional de los parques vecinales. A través de la Metodología de Diseño Empático para Parques (MEDEP), se busca que estos espacios trasciendan lo meramente funcional y se conviertan en entornos significativos, accesibles y vivenciales para las comunidades.

La MEDEP propone estrategias de diseño que responden a las necesidades subjetivas y colectivas de los habitantes, incorporando dimensiones como la seguridad, el apego, la cohesión social y la diversidad. De esta manera, se pretende que los parques sean lugares que fomenten el bienestar de quienes los habitan empatizando con la diversidad de formas de habitar el espacio.

Ana Fernanda Coria López

Diseño de parques vecinales empáticos con las personas.pdf



Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::3117:513723545

Fecha de entrega

16 oct 2025, 10:36 a.m. GMT-6

Fecha de descarga

16 oct 2025, 5:59 p.m. GMT-6

Nombre del archivo

Diseño de parques vecinales empáticos con las personas.pdf

Tamaño del archivo

21.0 MB

191 páginas

52.602 palabras

339.920 caracteres

5% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 5%  Fuentes de Internet
- 4%  Publicaciones
- 0%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alerta de integridad para revisión

-  **Texto oculto**
58971 caracteres sospechosos en N.º de páginas
El texto es alterado para mezclarse con el fondo blanco del documento.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Formato de Declaración de Originalidad y Uso de Inteligencia Artificial

Coordinación General de Estudios de Posgrado
Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo



A quien corresponda,

Por este medio, quien abajo firma, bajo protesta de decir verdad, declara lo siguiente:

- Que presenta para revisión de originalidad el manuscrito cuyos detalles se especifican abajo.
- Que todas las fuentes consultadas para la elaboración del manuscrito están debidamente identificadas dentro del cuerpo del texto, e incluidas en la lista de referencias.
- Que, en caso de haber usado un sistema de inteligencia artificial, en cualquier etapa del desarrollo de su trabajo, lo ha especificado en la tabla que se encuentra en este documento.
- Que conoce la normativa de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, en particular los Incisos IX y XII del artículo 85, y los artículos 88 y 101 del Estatuto Universitario de la UMSNH, además del transitorio tercero del Reglamento General para los Estudios de Posgrado de la UMSNH.

Datos del manuscrito que se presenta a revisión		
Programa educativo	Maestría en Diseño Avanzado	
Título del trabajo	Diseño de parques vecinales empáticos con las personas	
	Nombre	Correo electrónico
Autor/es	Arq. Ana Fernanda Coria López	1515543c@umich.mx
Director	Dr. Salvador García Espinosa	salvador.garcia.espinosa@umich.mx
Codirector	Dra. Fabiola González Betanzos	fbetanzos@umich.mx
Coordinador del programa	Dr. Habid Becerra Santacruz	habid.becerra@umich.mx

Uso de Inteligencia Artificial		
Rubro	Uso (sí/no)	Descripción
Asistencia en la redacción	Sí	Se tuvo asistencia de inteligencia artificial para mejorar la redacción de textos que forman parte del manuscrito para garantizar su congruencia y estructura.

Formato de Declaración de Originalidad y Uso de Inteligencia Artificial

Coordinación General de Estudios de Posgrado
Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo



Uso de Inteligencia Artificial		
Rubro	Uso (sí/no)	Descripción
Traducción al español	No	No se tuvo asistencia de inteligencia artificial para traducir al español.
Traducción a otra lengua	No	No se tuvo asistencia de inteligencia artificial para traducir a otra lengua.
Revisión y corrección de estilo	No	No se tuvo asistencia de inteligencia artificial para revisión y corrección de estilo.
Análisis de datos	Sí	Se tuvo asistencia de inteligencia artificial para el análisis de datos que la investigación requirió.
Búsqueda y organización de información	Sí	Se tuvo asistencia de inteligencia artificial para agilizar la búsqueda de información que la investigación requirió.
Formateo de las referencias bibliográficas	Sí	Se tuvo asistencia de inteligencia artificial para agilizar el formateo de las referencias bibliográficas utilizadas durante la investigación.
Generación de contenido multimedia	Sí	Se tuvo asistencia de inteligencia artificial para generar imágenes ilustrativas que la investigación requirió.
Otro	No	

Datos del solicitante	
Nombre y firma	Ana Fernanda Coria López
Lugar y fecha	Morelia, Michoacán. 13 de octubre de 2025.