

Título: “HIRIBILI-Walk for Health”: circuitos saludables inteligentes e inclusivos para el fomento y la monitorización automática del senderismo urbano.

Autor: Galarraga Aiestaran, Patxi.

Lugar de trabajo: arquitecto-urbanista, director de Active Urbes y socio de Projekta Contract S.C.P.

Contacto: pgalarraga@projekta.es

RESUMEN

Reto

- A pesar de los elevados y crecientes niveles de pluripatología, cronicidad y dependencia, y el consenso en torno a la práctica regular de la AF como hábito saludable, todavía existe una parte importante de la población que no ve satisfechas sus preferencias, necesidades, capacidades y aspiraciones en materia deportiva.

Innovación

- El Circuito Saludable como equipamiento deportivo, sanitario y sociocomunitario.
- Propiedad sobre los datos: “Business Intelligence”.

Hardware

Sin barreras económicas ni tecnológicas:

- Detectores embebidos en balizas del circuito.
- Pulseras “low-tech” sin botones ni pilas.

Software para:

Monitorización:

- Genera el recorrido diario (distancia, tiempo, desnivel, ritmo) y detecta si se ha caminado en compañía.

Autocuidado o cuidado informal:

- La persona usuaria (caminante o cuidadora) puede consultar sus datos estadísticos en la web y recibe un informe semanal por email.

Prescripción y seguimiento:

- El agente puede acceder a los datos y establecer/modificar el objetivo semanal.

Gestión:

- Panel de caminantes (segmentación): orientación para la promoción y la medición de impactos.
- Panel de circuitos (caracterización por tramos): orientación para las inversiones de mejora.
- Panel para la gestión de agentes de derivación.
- Retos lúdicos y compartidos para la dinamización: fomento de caminatas en grupos intergeneracionales e intergénero.

Resultados

Primera implantación en Ermua (mayo de 2015):

- Estrategia comunitaria “ErmuaMugi!”: derivación desde AP y Bienestar Social.
- 9 kms. equipados con 14 detectores.
- Suministro de 700 pulseras en el Punto Local de Orientación para la AF.

Lecciones aprendidas durante el proceso

Do's:

- Inclusividad: brecha económica y digital.
- Participación de futuras personas usuarias.
- Transversalidad: Deportes, AP, Bienestar Social, Urbanismo...

Don'ts:

- Medicalización de la AF.
- Excesivo protagonismo de la herramienta TIC.

Siguientes pasos

- Optimizar hardware y software, incrementar inteligencia del sistema.
- Implantar en más municipios, benchmarking.
- Monitorización de la AF durante 24 horas.

Enlaces

- <http://hiribili.com/>
- <http://activeurbes.com/>
- Vídeo del piloto en Youtube: [“Hiribili Ermua”](#)