GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

La ciudad se llena de espacios verdes sostenibles en sus edificios

Actualidad Empresarial | 19/12/2024 | 00:00

Los espacios verdes sostenibles en azoteas, balcones y terrazas representan una excelente solución para transformar el entorno, mejorando tanto el ambiente como la calidad de vida de las personas.

A través de iniciativas como los jardines verticales, se logra un equilibrio entre lo natural y lo urbano, promoviendo la sostenibilidad y la salud. No solo son una respuesta a la creciente necesidad de vegetación en las ciudades, sino que también sirven como recordatorio de que, incluso en un entorno construido, se puede encontrar formas de convivir con la naturaleza. Invertir en lugares verdes es un paso hacia ciudades más saludables y habitables.

Las azoteas, balcones y terrazas de los edificios se han convertido en soluciones innovadoras para incorporar la naturaleza en la ciudad, ofreciendo beneficios tanto para los residentes como para el medio ambiente. Estos espacios verdes sostenibles no solo embellecen las ciudades, sino que también ayudan a mitigar el cambio climático, mejorando la calidad del aire y contribuyendo a la biodiversidad en áreas densamente pobladas. Además, proporcionan un refugio natural que mejora el bienestar de las personas, brindándoles la oportunidad de desconectar y disfrutar de un entorno más saludable.

Una de las opciones más populares para aprovechar es la instalación de jardines verticales en el balcón. Estos jardines, que aprovechan el espacio en las paredes exteriores de los edificios, son una alternativa ideal para aquellos que desean integrar más vegetación sin sacrificar el espacio disponible. Pueden albergar una variedad de plantas, desde hierbas aromáticas hasta flores y arbustos, creando un microecosistema que no solo embellece el entorno, sino que también contribuye a la purificación del aire al absorber CO? y liberar oxígeno. Además, ofrecen un aislamiento natural, ayudando a regular la temperatura del edificio, lo que reduce la necesidad de aire acondicionado en verano y calefacción en invierno.

Beneficios medioambientales y urbanos

Los espacios verdes tienen un impacto significativo en el medio ambiente urbano. En ciudades donde la vegetación es escasa, ayudan a reducir la «isla de calor» urbana, un fenómeno en el que las áreas construidas retienen el calor debido a la falta de plantas y árboles. Las superficies pavimentadas y los edificios de concreto absorben el calor durante el día y lo liberan por la noche, creando temperaturas más altas en comparación con las áreas rurales. Incorporar áreas verdes puede contrarrestar este efecto al proporcionar sombra y reducir el calor acumulado en los alrededores, lo que mejora la calidad del aire y la temperatura

local.

Por otro lado, los jardines verticales y las terrazas ajardinadas contribuyen a la biodiversidad urbana. Al cultivar una variedad de plantas, flores y hierbas en áreas reducidas, se fomenta la vida silvestre local, como aves, insectos y mariposas, que encuentran en estos pequeños oasis un lugar para alimentarse y descansar. “De esta forma, contribuyen a la regeneración de la biodiversidad en áreas urbanas, que en muchos casos carecen de espacios naturales para albergar fauna”, indican en Ekohood.

Bienestar humano y conexión con la naturaleza

Más allá de los beneficios medioambientales, tienen un impacto directo en el bienestar de los residentes. La conexión con la naturaleza se ha relacionado con una serie de beneficios psicológicos, como la reducción del estrés, la mejora del estado de ánimo y un aumento general de la sensación de bienestar. En el contexto citadino, donde el ruido, la contaminación y el ritmo acelerado de la vida pueden generar niveles elevados de ansiedad, contar con un espacio verde en casa ofrece un respiro, proporcionando un lugar para relajarse, meditar y desconectar de las preocupaciones cotidianas.

Además, promueven hábitos más saludables, ya que pueden fomentar la actividad física. Desde el simple hecho de regar las plantas o realizar pequeños arreglos hasta la posibilidad de cultivar alimentos en casa, ofrecen oportunidades para integrar la naturaleza en la rutina diaria de una manera activa y participativa.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/257226-la-ciudad-se-llena-de-espacios-verdes-sostenibles-en-sus-edificios.htm