



---

## EL EFECTO DE LOS ESPACIOS VERDES EN EL BIENESTAR PSICOLÓGICO DE LOS HABITANTES DE SANTA ROSA-PIURA.

### THE EFFECT OF GREEN SPACES ON THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF THE INHABITANTS OF THE SANTA ROSA-PIURA

---

Angiela Cunya Llacsahuanga<sup>1</sup>  0009-0001-8376-6196

Guadalupe Chunga Ordinola<sup>1</sup>  0009-0002-1863-3319

Keren Correa Delgado<sup>1</sup>  0009-0009-5523-4043

Rosa Pazo Querevalú<sup>1</sup>  0009-0002-8271-1780

Joel Purizaca Palas<sup>1</sup>  0009-0005-1734-9334

Martín Suarez Villasis<sup>2</sup>  0000-0002-5775-3957

Diego O. La Rosa-Boggio<sup>2\*</sup>  0000-0001-9207-5963

<sup>1</sup> Programa de Arquitectura, Facultad de Arquitectura, Urbanismo y Artes, Universidad Privada Antenor Orrego.

<sup>2</sup> Docente de la Facultad de Arquitectura, Urbanismo y Artes, Universidad Privada Antenor Orrego.

**Cita:** Cunya Llacsahuanga, A., et al. (2024). *El efecto de los espacios verdes en el bienestar psicológico de los habitantes de santa rosa-piura*. INVESTIGATIO, 1(22). <https://doi.org/10.31095/investigatio.2024.22.1>

---

#### Fechas

Recibido: 06.01.2024

Aceptado: 23.05.2024

Publicado: 06.12.2024

---

#### Correspondencia

Diego O. La Rosa-Boggio  
Universidad Privada Antenor Orrego  
[dlarosab1@upao.edu.pe](mailto:dlarosab1@upao.edu.pe)

---

### Resumen

Este estudio analizó la relación entre áreas recreativas y confort psicológico en los residentes del sector Santa Rosa (Piura, Perú). La muestra probabilística aleatoria fue de 370 personas. Se aplicaron encuestas, fichas de observación de parques y entrevistas a expertos. Los resultados evidenciaron una correlación positiva y significativa ( $r=0.679$ ;  $p<0.01$ ) entre variables. El análisis temático reveló precariedad en algunos parques. Los hallazgos confirman que el contacto con espacios verdes urbanos promueve bienestar psicológico. Sin embargo, el deterioro de áreas recreativas requiere atención de autoridades para optimizar sus beneficios sobre la comunidad.

---

**Palabras clave:** Áreas recreativas; bienestar psicológico; confort psicológico; espacios verdes urbanos; Piura.

---

### **Abstract**

This study analyzed the relationship between recreational areas and psychological comfort in residents of the Santa Rosa sector (Piura, Peru). The random probabilistic sample consisted of 370 people. Surveys, observation sheets of parks and interviews with experts were applied. The results showed a positive and significant correlation ( $r=0.679$ ;  $p<0.01$ ) between variables. The thematic analysis revealed precariousness in some parks. The findings confirm that contact with urban green spaces promotes psychological well-being. However, the deterioration of recreational areas requires the attention of authorities to optimize their benefits for the community.

---

**Keywords:** Recreational áreas; psychological well-being; psychological comfort; urban green spaces; Piura.

---

### **Introducción**

Se ha evidenciado que los espacios verdes pueden ayudar a reducir sentimientos negativos y mejorar el estado de ánimo de los residentes urbanos (McMahan & Estes, 2018). Específicamente, se ha encontrado que el tiempo pasado en la naturaleza se asocia con menores niveles de estrés, ansiedad y fatiga mental (Hunter et al., 2019). Es decir, la exposición a áreas naturales, como parques y jardines, se ha relacionado con mejoras en el bienestar emocional y la reducción del estrés. Estos espacios proporcionan un entorno tranquilo y relajante, permitiendo a las personas desconectarse de las tensiones diarias y encontrar un refugio restaurador (Kaplan, 1989), promoviendo así la relajación, el rejuvenecimiento y la autorregulación emocional (Thompson, 2012).

Por otro lado, es preciso indicar que el confort psicológico se refiere a la sensación de bienestar, tranquilidad y satisfacción que experimenta una persona en relación a su estado emocional y mental (López, 2020). Esta sensación se genera cuando se tienen cubiertas las necesidades psicoafectivas básicas, como la autoestima, la identidad, la expresión emocional, la intimidad y el sentido de pertenencia. Un alto nivel de confort psicológico se asocia con mayores niveles de felicidad y satisfacción vital (Ryan & Deci, 2001). Las personas con confort psicológico suelen tener una visión positiva de sí mismas, se sienten queridas y valoradas, pueden expresar sus emociones libremente y encuentran significado en sus vidas. El confort psicológico es un componente fundamental del bienestar subjetivo y contribuye a una mejor salud mental.

Asimismo, el acceso a parques y áreas verdes en zonas urbanas tiene una correlación directa con una mejor salud mental autor reportada entre los habitantes de dichas áreas (West et al., 2020). Quienes viven más cerca de espacios verdes urbanos presentan menos riesgo de padecer depresión o ansiedad. Incluso, los beneficios del contacto con la naturaleza pueden presentarse con interacciones relativamente cortas. Por ejemplo, caminar o meditar tan solo 15-30 minutos en un parque tiene efectos positivos en la calma emocional y cognitiva de las personas (Kim et al., 2020).

Además, las zonas verdes recreativas proveen un espacio propicio para la interacción social positiva entre miembros de una comunidad, lo que a su vez refuerza la salud mental colectiva (Wood et al., 2020). Tener lugares seguros de socialización favorece las redes de apoyo emocional. Por lo tanto, se puede afirmar que la experiencia de la naturaleza tiene un impacto significativo en la psicología humana.

Los resultados de este estudio tendrán implicaciones importantes para la planificación urbana y la promoción de políticas que fomenten la creación y el mantenimiento de áreas de esparcimiento en el sector Santa Rosa. Al comprender cómo estos espacios influyen en el bienestar psicológico de la población, se podrán

diseñar estrategias más efectivas para mejorar la calidad de vida de los residentes, promoviendo un entorno saludable y equilibrado.

En síntesis, la evidencia muestra que el contacto con espacios verdes urbanos, como parques y jardines, tiene efectos positivos comprobados en el bienestar psicológico de las personas, reduciendo el estrés y la ansiedad, mejorando el estado de ánimo y promoviendo un mayor confort emocional.

Por lo todo lo anteriormente dicho, la pregunta de investigación quedará formulada de la siguiente forma. ¿De qué manera impacta las áreas recreativas y/o los espacios verdes en el confort psicológico de la población del sector Santa Rosa, Piura?

## **Materiales y Métodos**

### **Área de Estudio**

El estudio se caracteriza por ser una investigación aplicada y descriptiva. Por su naturaleza, presenta un enfoque mixto, tanto cuantitativo como cualitativo.

El asentamiento humano Santa Rosa está ubicado en el distrito de Veintiséis de Octubre, al sureste del área urbana de la ciudad de Piura, capital del departamento de Piura en el norte del Perú (Municipalidad Distrital de Veintiséis de Octubre [MDVO], 2021); con una población estimada de 10,000 habitantes, Santa Rosa es un asentamiento urbano marginal de nivel socioeconómico bajo, que ocupa un área aproximada de 12 hectáreas en la zona periférica del distrito (MDVO, 2021). Sus límites geográficos corresponden a la avenida José de Lama por el norte, el arenal Máncora por el sur, los cerros de Catacaos por el este y el sector Las Palmeras por el oeste (MDVO, 2021).

Realizando el mapeo de nuestra área de estudio y sobre la base del catastro de la ciudad, se tiene que el sector Santa Rosa cuenta con un total de 84 manzanas y 8 áreas de recreación o esparcimiento. El sector se caracteriza por tener familias numerosas, por lo cual se deduce que es un área normalmente activa, en especial por los niños y jóvenes, quienes utilizan constantemente las áreas de esparcimiento.

### **Muestreo de campo**

La muestra probabilística obtenida fue de tipo aleatorio simple, teniendo como criterio de inclusión a pobladores residentes del sector Santa Rosa del distrito de Veintiséis de Octubre en Piura. Las 370 encuestas fueron aplicadas a personas residentes en julio de 2023, las cuales pasaron por un análisis estadístico paramétrico utilizando el método de Pearson para conocer la relación entre variables. Por ello, se aplicaron tres instrumentos: encuestas, fichas de observación y entrevistas a expertos.

Toda la información obtenida de los instrumentos aplicados fue recopilada, analizada y desarrollada de forma clara y precisa, proyectando las necesidades del sector a intervenir en la investigación.

Para el procesamiento de la información de las encuestas se utilizó Excel, ordenando las preguntas para posteriormente aplicarlas mediante Google Forms a la población objetivo. Este sistema arrojó los datos necesarios para realizar gráficos.

## **Resultados**

Se han identificado ocho equipamientos de recreación considerados como áreas de esparcimiento; entre ellos: 1. Cancha Los Halcones, 2. Parque Sapillica, 3. Parque Sondorillo, 4. Plataforma deportiva Los

Heraldos 5. Parque Santa Rosa, 6. Parque Señor Cautivo, 7. Parque Paicapampa, 8. Plataforma deportiva “Calle Paimas”.

**Figura 1.**

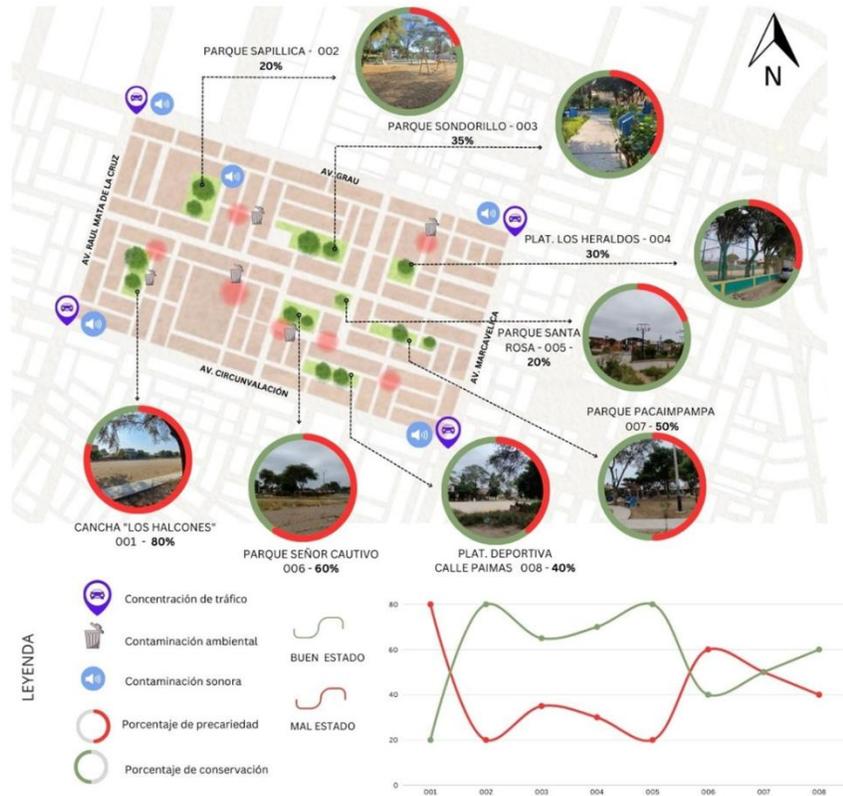
*Ubicación de los equipamientos recreativos dentro del área de estudio*



Se elaboraron fichas de observación para evaluar el estado de conservación de las áreas verdes y el tipo de vegetación, así como el mobiliario y la iluminación con la que cuentan los parques. Para ello, se utilizó un mapa temático en el que se representó, a través de porcentajes, el nivel de precariedad y conservación que presenta cada parque observado. Los criterios considerados en la ficha de observación fueron: densidad de árboles y plantas, presencia de zonas sin vegetación, existencia y estado de bancas, juegos infantiles, veredas, cestos de basura e iluminación nocturna. Los resultados permitieron identificar aquellos parques con mayor deterioro de sus áreas verdes y mobiliario, así como planificar acciones de mejora en los espacios que evidenciaron mayores carencias.

**Figura 2**

*Mapa temático sobre el porcentaje de precariedad de los espacios públicos.*



En la tabla 1 se observa una relación altamente significativa 0.679 positiva de intensidad alta entre las áreas de esparcimiento en el confort psicológico de las personas del Sector Santa Rosa.

**Tabla 1**  
Influencia de las áreas de esparcimiento en el confort psicológico de la población.

		Áreas de esparcimiento	Confort psicológico
Áreas de esparcimiento	Correlación de Pearson	1	0,679**
	Sig. (bilateral)		,000**
	N	370	370
Confort psicológico	Correlación de Pearson	,679**	1
	Sig. (bilateral)	,000**	
	N	370	370

En la tabla 2 se identifica una relación significativa de intensidad positiva, entre los espacios al aire libre y las experiencias.

**Tabla 2**

*Influencia de los espacios libres en el confort psicológico de la población.*

		Experiencias	Estilos de vida	Usuario	Confort
Espacios del aire libre	Correlación de Pearson	,421**	,244*	,220	,327**
	Sig. (bilateral)	,000**	,044*	,070	,006**
	N	370	370	370	370

En la tabla 3 se demuestra que existe una relación significativa  $p < 0.01$  de intensidad media positiva entre la recreación pasiva y activa en las dimensiones de confort psicológico de la población del sector Santa Rosa.

**Tabla 3**

*Influencia de la recreación activa y pasiva en el confort psicológico de la población*

		Experiencias	Estilos de vida	Usuario	Confort
Recreación activa y pasiva	Correlación de Pearson	,547**	,525*	,509**	,419**
	Sig. (bilateral)	,000**	,000*	,000**	,000**
	N	370	370	370	370

En la tabla 4 se manifiesta que existe una relación significativa  $p < 0.01$  de intensidad media positiva entre los valores paisajísticos en las dimensiones de confort psicológico de la población del sector Santa Rosa.

**Tabla 4**

*Influencia de los valores paisajísticos en el confort psicológico de la población*

		Experiencias	Estilos de vida	Usuario	Confort
Valores paisajísticos	Correlación de Pearson	,547**	,525*	,509**	,419**
	Sig. (bilateral)	,000**	,000*	,000**	,000**
	N	370	370	370	370

En la última tabla se puede observar la correlación de las dos variables de áreas de esparcimiento y el confort psicológico.

**Tabla 5**

*Tabla resumen sobre la Influencia de los espacios libres en el confort psicológico de la población del sector Santa Rosa.*

Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl.
		Sig.
Áreas de esparcimiento		
Espacios al aire libre	,189	370
Recreación activa y pasiva	,093	370
Valores paisajísticos	,141	370
Confort psicológico		
Experiencias	,099	370
Estilos de vida	,106	370
Usuarios	,226	370
Confort	,100	370

Con respecto a las entrevistas realizadas, se entrevistó a tres informantes calificados en función de su conocimiento y vinculación con el área de estudio: dos arquitectos y una psicóloga. Sobre la pregunta "¿Considera usted que las áreas recreativas influyen en el bienestar y comodidad de las personas?", los tres entrevistados coincidieron en que los espacios de esparcimiento se erigen como elementos fundamentales para la calidad de vida, contribuyendo al desarrollo integral, la salud, la socialización y la consolidación de comunidades (Informantes 1, Farfán y Garcés, comunicación personal, 15 de agosto de 2023). Asimismo, indicaron que su existencia y promoción merecen ser valoradas y respaldadas tanto por la sociedad como por las autoridades pertinentes.

Respecto a la pregunta "¿Considera usted que las áreas recreativas existentes en el sector Santa Rosa generan bienestar/comodidad?", la respuesta fue unánime al señalar que dichos espacios presentan notorias deficiencias en cuanto a mantenimiento, lo cual repercute negativamente en la comodidad y satisfacción de los usuarios, por lo que no toda la población se sentiría cómoda en ellos (Informantes 1, Farfán y Garcés, comunicación personal, 15 de agosto de 2023).

Sobre la interrogante "¿Considera usted que el mobiliario (bancas, basureros, juegos) en los parques ayuda a que las personas se sientan cómodas durante su visita?", los expertos concordaron en que la incorporación de mobiliario adecuado resulta esencial para generar comodidad y mejorar la experiencia de los usuarios. Esta inversión contribuiría a fomentar el uso activo de las áreas recreativas, promoviendo un estilo de vida saludable y cohesión comunitaria (Informantes 1, Farfán y Garcés, comunicación personal, 15 de agosto de 2023).

Por último, los entrevistados subrayaron la importancia de conservar la armonía entre el ser humano y la naturaleza. Por ello, es indispensable brindar constante mantenimiento a las áreas verdes, cuyas sensaciones de paz y conformidad promueven el bienestar social. Su preservación contribuye a la biodiversidad, calidad del aire y equilibrio ecológico. Además, su conservación asegura la funcionalidad y disfrute de las personas al

reconectarse con la naturaleza, con beneficios para la salud mental. Proteger estos espacios es una responsabilidad compartida para garantizar un ambiente saludable y sostenible (Informantes 1, Farfán y Garcés, comunicación personal, 15 de enero de 2023).

## Discusión

El análisis del mapa temático evidenció que la Cancha Los Halcones (80%) y el Parque Señor Cautivo (60%) presentaron los mayores niveles de precariedad. En contraste, el Parque Sapillica (20%), Parque Santa Rosa (20%) y Plataforma Calle Paimas (40%) mostraron mejor conservación (Figura 2).

La correlación entre áreas recreativas y confort psicológico fue positiva y significativa ( $r = 0,679$ ;  $p < 0,01$ ) (Tabla 1). Asimismo, se halló una relación positiva entre espacios al aire libre ( $r = 0,327$ ;  $p < 0,01$ ), recreación activa/pasiva ( $r = 0,419$ ;  $p < 0,01$ ) y valores paisajísticos ( $r = 0,419$ ;  $p < 0,01$ ) con las dimensiones de confort psicológico (Tabla 2, 3 y 4).

Los hallazgos del presente estudio confirman que el contacto regular con áreas verdes urbanas promueve el bienestar psicológico de los habitantes, lo cual concuerda con investigaciones previas (Kim et al., 2020; Thompson, 2012; West et al., 2020). Esta influencia positiva se explica por las cualidades restauradoras de los entornos naturales, que inducen respuestas de relajación fisiológica y atencional (Corraliza et al., 2021; Hunter et al., 2019).

Sin embargo, la precariedad detectada en ciertos parques del sector Santa Rosa -referida a escasez de vegetación, mobiliario deteriorado e iluminación deficiente- podría estar limitando los beneficios psicológicos y sociales que deberían brindar estos espacios a la comunidad (Świgost, 2022).

Estudios recientes señalan que no todos los ambientes verdes urbanos tienen la misma capacidad para promover el bienestar, sino que este potencial depende de la calidad del diseño, las características estéticas, la diversidad de usos y las posibilidades de interacción social que ofrezcan (Bertram & Rehdanz, 2015; Carrus et al., 2020). En esa línea, la incorporación de mobiliario adecuado, caminerías, iluminación y zonas de permanencia resulta esencial para potenciar los beneficios anímicos y sociales de las áreas recreativas (Kazmierczak et al., 2020).

Por lo tanto, sobre la base de estos hallazgos y antecedentes teóricos, se requiere mayor inversión por parte de las autoridades locales para recuperar y optimizar las áreas verdes disponibles en el sector Santa Rosa. Estas acciones permitirían garantizar el acceso de la población a espacios recreativos seguros, inclusivos, estéticamente agradables y propicios para la interacción, con el fin de maximizar su aporte al bienestar psicológico colectivo.

Se concluye entonces que existe una relación directa y significativa entre la existencia de áreas recreativas naturales y el confort psicológico reportado por los pobladores del sector Santa Rosa. No obstante, el deterioro de algunos parques requiere atención por parte de las autoridades para optimizar sus beneficios sobre el bienestar de la comunidad.

Los resultados también se pudo descubrir las áreas de esparcimiento producen efectos positivos en el confort psicológico en la población del sector Santa Rosa, siempre y cuando estos espacios estén en buenas condiciones lo cual en algunos espacios de esparcimiento si están en óptimas condiciones y cuando son visitados poder generar efectos positivos como la tranquilidad, momentos sin estrés, seguridad, confianza, etc.

## Financiamiento

La investigación fue financiada por los miembros del equipo de investigación, formo parte del curso Trabajo de investigación del programa de Arquitectura de la Universidad Privada Antenor Orrego.

## Conflicto de intereses

Ninguno.

## Contribuciones de autoría

Todos los autores han contribuido de forma sustancial en el diseño del estudio, búsqueda bibliográfica, redacción, análisis e interpretación de datos, revisión crítica de contenido y aprobación de la versión final.

## Referencias

- Bertram, C., & Rehdanz, K. (2015). The role of urban green space for human well-being. *Ecological Economics*, 120, 139-152. <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2015.10.013>
- Cabas, A. & Peña, J. (2021). Los espacios públicos verdes como indicadores de calidad de vida urbana. *Revista de Arquitectura*, 23(1), 26-35. <https://doi.org/10.18389/dearq23.2021.05>
- Carrus, G., Laforteza, R., Colangelo, G., Dentamaro, I., Scopelliti, M., & Sanesi, G. (2020). Relations between naturalness and perceived restorativeness of different urban green spaces. *Psychology*, 11(3), 227-244. <https://doi.org/10.1080/21711976.2020.1787166>
- Corraliza, J. A., Collado, S., & Bethelmy, L. (2021). Psychological restorativeness as an explanation for the link between satisfaction and loyalty in urban green spaces. *Frontiers in Psychology*, 12, 660575. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.660575>
- Farfán, S. L. (2023, 15 de agosto). El efecto de los espacios verdes en el bienestar psicológico de los habitantes del sector Santa Rosa-Piura [Comunicación personal].
- Florez-Castro, S. (2021). Confort físico, espacial y psicológico en los espacios arquitectónicos: Experiencia de confort desde la arquitectura. <https://repository.ucatolica.edu.co/handle/10983/27362>
- Garcés, G. V. (2023, 15 de agosto). El efecto de los espacios verdes en el bienestar psicológico de los habitantes del sector Santa Rosa-Piura [Comunicación personal].
- Hunter, M. R., Gillespie, B. W., & Chen, S. Y. (2019). Urban nature experiences reduce stress in the context of daily life based on salivary biomarkers. *Frontiers in Psychology*, 10, 722. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00722>

- Informante 1. (2023, 15 de agosto). El efecto de los espacios verdes en el bienestar psicológico de los habitantes del sector Santa Rosa-Piura. [Comunicación personal].
- Kaplan, R. (1989). *The experience of nature: A psychological perspective*. Cambridge University Press.
- Kazmierczak, A., James, P., & Korpilo, S. (2020). The role of physical features, perceived restorativeness and safety perception in predicting place attachment. *Landscape and Urban Planning*, 202, 103867. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2020.103867>
- Kim, W., Lim, S., Chung, E. & Woo, J. (2020). The psychological benefits of walking through forest areas. *Landscape and Urban Planning*, 202, 103881. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2020.103881>
- López, J. (2020). El confort psicológico y su relación con la salud mental. *Revista de Psicología Clínica*, 14(1), 45-60. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2020.57385>
- McMahan, E. & Estes, D. (2018). The effect of contact with natural environments on positive and negative affect: A meta-analysis. *The Journal of Positive Psychology*, 13(6), 507-519. <https://doi.org/10.1080/17439760.2017.1374968>
- Municipalidad Distrital de Veintiséis de Octubre (MDVO). (2021). Plan de desarrollo local concertado: Distrito Veintiséis de Octubre 2021-2031. <https://www.muniviot.gob.pe/Transparencia/Planes%20y%20Políticas/PLADES%20VEINTISEIS%20DE%20OCTUBRE%202021-2031.pdf>
- Peñaranda, P. (2020). *Teoría de la Recreación*. Universidad de Pamplona.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Świgost, M. (2022). Importance of properly shaped urban green areas for human psychological restoration. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, 1030(1), 012049. <https://doi.org/10.1088/1757-899X/1030/1/012049>
- Thompson, C. W. (2012). Linking landscape and health: The recurring theme. *Landscape and Urban Planning*, 99(3-4), 187-195. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2010.10.006>
- West, S. T., Shores, K. A., & Mudd, L. M. (2020). Association of available parkland, physical activity, and overweight in America's largest cities. *Journal of Public Health Management and Practice*, 18(4), 370-377. <https://doi.org/10.1097/phh.0000000000000677>

Wood, L., Hooper, P., Foster, S. & Bull, F. (2017). Public green spaces and positive mental health – investigating the relationship between access, quantity and types of parks and mental wellbeing. *Health & Place*, 48, 63-71. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2017.09.002>