



# Episodio 91. Los árboles, Grandes Aliados para el Bienestar Urbano

Notas



# ¡Te damos la bienvenida!

En este nuevo episodio del podcast, exploramos los múltiples beneficios que los árboles aportan a nuestra salud y al entorno urbano. Ernesto Herrera, Director General de Reforestamos México, A.C., nos hablará sobre cómo los árboles, desde la producción de oxígeno y la captura de contaminantes hasta la regulación de la temperatura y la mejora de la salud mental, son fundamentales para crear ciudades más habitables y sostenibles. Además, se destacará la importancia de una gestión adecuada y la elección de especies resistentes al cambio climático para asegurar la longevidad y eficacia de los árboles en nuestras comunidades.

“...En este episodio del podcast, exploraremos cómo los árboles, desde la producción de oxígeno y la captura de contaminantes hasta la regulación de la temperatura y la mejora de la salud mental, son fundamentales para crear ciudades más habitables y sostenibles...”



**Conoce más del Podcast Parques Aquí:**

<https://anpr.org.mx/podcast-parques/>



# Respirar Mejor: El Poder del Oxígeno de los Árboles

Los árboles generan oxígeno mediante la fotosíntesis, proporcionando este gas vital para los seres humanos y otros organismos

“Gracias a la fotosíntesis, los árboles nos ayudan a generar oxígeno al capturar dióxido de carbono. Un solo árbol puede producir suficiente oxígeno diario para una familia de cuatro personas, mejorando así la calidad del aire que respiramos...”



Te invitamos a consultar este Webinar de Germán Enríquez, director General de San Pedro Parques, quien nos habla más a detalle de los Estándares y Buenas Prácticas en Parques Urbanos:

<https://buff.ly/4erHf2X>



# Sombra y Frescura: La Regulación Térmica de los Árboles

La sombra proporcionada por los árboles puede reducir significativamente las temperaturas ambientales, especialmente durante olas de calor. Un problema que hemos vivido en la actualidad.

“La sombra proporcionada por los árboles puede reducir significativamente las temperaturas ambientales, especialmente durante olas de calor. En situaciones de temperaturas extremas, la sombra de un árbol puede hacer que la espera del transporte público o el uso de ciclovías sea mucho más agradable...”



Consulta uno de los Posters Científicos ganadores del Congreso Parques 2023, donde se muestra el impacto de la Ciencia Ciudadana para monitorear el efecto del cambio climático:

<https://buff.ly/4bdF8gl>



# Salud y Bienestar: Los Árboles como Protectores Naturales

Los árboles ayudan a prevenir problemas de salud relacionados con el calor, como golpes de calor y deshidratación, protegiendo a las poblaciones vulnerables

“Los árboles son esenciales para prevenir problemas de salud relacionados con el calor, como golpes de calor y deshidratación, especialmente en personas mayores y niños. También mejoran la calidad del aire, reduciendo enfermedades respiratorias y cardiovasculares.”



No te pierdas este noticia sobre como el Cambio Climático, es una amenaza para el bienestar de la humanidad y la salud del planeta:

<https://buff.ly/3NNuX7t>



# Infraestructura Verde: Los Árboles y la Gestión del Agua



Los árboles juegan un papel crucial en la infraestructura verde, facilitando la infiltración del agua de lluvia y reduciendo el riesgo de inundaciones urbanas.

“Los árboles desempeñan un papel vital en la infraestructura verde. Amortiguan las gotas de lluvia, canalizándolas al suelo y facilitando la infiltración del agua, lo que reduce el riesgo de inundaciones urbanas y mejora la gestión del agua en las ciudades..”



Te invitamos a escuchar este episodio de Podcast Parques, donde nos adentramos en el tema de Infraestructura Verde y como esta será la siguiente mejor practica:

<https://buff.ly/3KPmCjC>



# Biodiversidad Urbana: Hábitats para la Vida Silvestre

Los árboles urbanos proporcionan hábitats para diversas formas de vida silvestre, apoyando la biodiversidad en las ciudades

“Los árboles urbanos soportan diversas formas de vida silvestre, desde aves hasta pequeños mamíferos, y contribuyen a la biodiversidad en las ciudades. Proporcionan refugio y alimento a muchas especies, ayudando a mantener un equilibrio ecológico.”



Descubre esta noticia sobre Ciudades Resilientes: Superficies Urbanas más allá del Color Gris, publicado por el Banco Interamericano de Desarrollo:

<https://buff.ly/3xrlAY8>



# Frutas Urbanas: Seguridad Alimentaria en las Ciudades

Los árboles frutales urbanos no solo proporcionan alimentos a los humanos, sino también a la fauna local, ayudando a mantener un equilibrio ecológico.

“Los árboles frutales urbanos no solo proporcionan alimentos a los humanos, sino también a la fauna local. Esto no solo mejora la seguridad alimentaria, sino que también ayuda a controlar plagas como el muérdago, que afecta a muchos árboles en la ciudad.”



# Plusvalía Verde: Beneficios Económicos de los Árboles

Los árboles incrementan la plusvalía de las propiedades cercanas y atraen el turismo, además de generar empleos en la gestión y mantenimiento de áreas verdes.

“Los árboles incrementan la plusvalía de las propiedades cercanas y atraen el turismo. En zonas comerciales, proporcionan sombra y bienestar, facilitando las compras. Además, generan empleos en la gestión y mantenimiento de áreas verdes, contribuyendo a la economía local.”



Entérate de que es exactamente lo que les aportan los parques a nuestras ciudades, con este episodio de podcast parques:

<https://buff.ly/3XziGuT>



# Adaptación Climática: Reforestación y Selección de Especies

La reforestación y la elección de especies adecuadas son cruciales para enfrentar los retos del cambio climático y asegurar la supervivencia de los árboles urbanos.

“Es crucial considerar qué especies de árboles plantar, especialmente en el contexto del cambio climático. Los árboles nativos suelen ser los más adecuados, pero con el cambio climático, es posible que necesitemos incorporar nuevas especies más resistentes a la sequía.”



En la actualidad, es esencial saber cómo crear parques vivos en ciudades globalizadas para combatir el cambio climático. Lee este artículo para descubrir cómo lograrlo. ¡No te lo pierdas!

<https://buff.ly/3KPzXlz>



# Comunidad Verde: Participación Ciudadana en la Gestión de Árboles



La gestión adecuada y la participación comunitaria son esenciales para maximizar los beneficios de los árboles y asegurar su sostenibilidad a largo plazo.

“La participación ciudadana es clave para la gestión adecuada de los árboles urbanos. Involucrar a la comunidad en la plantación, el cuidado y la protección de los árboles ayuda a asegurar su sostenibilidad y maximiza sus beneficios para el bienestar urbano.”



Descubre la estrategia de Urbanismo Táctico e Inclusión Social para construir ciudades más resilientes. Da clic aquí para conocer todos los detalles:

<https://buff.ly/4ewanWF>



# Podcast Parques

¡No te pierdas ningún episodio de esta nueva temporada!



**Podcast  
Parques**