

# EVENTOS SALUDABLES

**El paso de lo sostenible a lo saludable.**

**OCTUBRE 2025**  
**Jazz Pharmaceuticals**





# Índice

	<b>Metodología y objetivos</b>
<b>I</b>	<b>Oportunidad</b>
<b>II</b>	<b>Elementos</b>
<b>III</b>	<b>Agentes</b>
<b>IV</b>	<b>Barreras</b>
<b>V</b>	<b>Resultados principales</b>
<b>VI</b>	<b>Conclusión: ¿Qué es un evento saludable?</b>



# Objetivos

## **1. Recoger voces y perspectivas diversas**

Incorporar la experiencia de profesionales, apoyados por la investigación documental y la escucha social avanzada, para garantizar una mirada representativa y plural.

## **2. Identificar tendencias y expectativas**

Detectar preocupaciones, demandas y oportunidades en el ámbito social, político, empresarial e institucional.

## **3. Definir y conceptualizar**

Construir una definición clara y consensuada de qué significa un evento saludable.

## **4. Generar un marco de referencia**

Sistematizar hallazgos y recomendaciones en un documento que funcione como:

- Guía práctica para el sector.
- Instrumento de influencia y legitimación para introducir el concepto en el debate político y en la agenda pública.



# Metodología

La construcción de la definición de eventos saludables se apoyará en la **información recogida mediante entrevistas en profundidad, investigación documental y escucha social avanzada**, junto con la validación de los elementos por el **Observatorio de Arquitectura Saludable (OAS)**.



## 1) Entrevistas

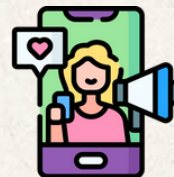
Se realizaron **18 entrevistas** con profesionales de distintos subsectores: empresas, organizadores de eventos, tercer sector, médicos y profesionales de salud, administración pública y expertos del Observatorio de Arquitectura Saludable (OAS).

Las entrevistas se llevaron a cabo entre abril y mayo de 2025. Cada entrevista tuvo una duración media de **40 minutos**. Posteriormente, fueron transcritas y analizadas mediante un enfoque inductivo, con el fin de detectar patrones comunes, convergencias conceptuales y recomendaciones compartidas.



## 2) Fuentes secundarias

Revisión de estudios, informes sectoriales y literatura sobre el sector de los eventos, salud y sostenibilidad.



## 3) Escucha social avanzada

Análisis de conversaciones digitales en redes sociales, medios digitales, motores de búsqueda y respuestas generadas por la IA, para identificar tendencias emergentes, preocupaciones del sector y demandas del público. El periodo de recogida y análisis de menciones abarcó un año de información (desde abril de 2024 hasta mayo de 2025).





# I. OPORTUNIDAD

Aunque las empresas destinan cada vez más recursos a la organización de eventos, **en muchos casos siguen dejando de lado la incorporación de criterios de bienestar.** Esta falta de alineación resulta especialmente significativa frente a una ciudadanía cada vez más sensibilizada con la salud.





El **sector de los eventos se ha consolidado como una actividad clave en España**, con un fuerte peso económico y cultural. En 2024 superó los **14.000 millones de euros en MICE (Meetings, Incentives, Conferences and Exhibitions)**, lo que supone un crecimiento del 7% respecto al año anterior. Además, más de la mitad de los profesionales (54%) ya consideran **la sostenibilidad como un factor decisivo en la organización de eventos**.





El bienestar se ha convertido en un eje esencial en el diseño de experiencias. Las empresas que lo priorizan han logrado una **rentabilidad media anual un 5% superior entre 2013 y 2018**. También reportan mejoras significativas: **entre un 2% y un 5% más de productividad, una reducción de la rotación de personal de hasta el 25%** y una mayor capacidad para atraer talento.





# ¿Y qué oportunidades ven los grupos de interés?

Al analizar las respuestas de las entrevistas, se han encontrado similitudes:



**Consideran que la salud y el bienestar deben integrarse en el diseño de eventos, no ser elementos añadidos.**

Los actores coinciden en que la salud no puede abordarse como un "extra", sino como un eje central en la planificación y ejecución de eventos.



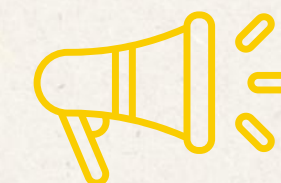
**Aseguran que el entorno influye directamente en la salud física, mental y emocional.**

Ya sea un entorno laboral, un espacio para eventos, una sala de congresos o una feria, se reconoce que el entorno tiene un efecto medible y relevante sobre el bienestar de las personas.



**Creen que la transición de lo sostenible a lo saludable es coherente y necesaria.**

Se percibe que la salud personal es el nuevo horizonte de la sostenibilidad: una evolución lógica desde el enfoque ambiental hacia el enfoque humano.



**Ven una oportunidad estratégica para impulsar eventos más saludables.**

La mejora del bienestar se asocia con beneficios reputacionales, económicos, de marca empleadora y de impacto social, más allá de una cuestión moral.





# Cada uno de ellos desde su propia perspectiva:

Para las empresas, el bienestar es una inversión en productividad y talento.

Y un cambio cultural hacia **entornos más humanos**.

Para los organizadores, la salud es la evolución natural de la sostenibilidad.

Y la clave para **reducir estrés** y aumentar **valor social**

El tercer sector lo ve como un derecho y un compromiso ético.

Y como una **oportunidad reputacional** y de **transformación social**.

El sector médico lo ve como una necesidad y una oportunidad de coherencia.

Y como una palanca de **liderazgo y credibilidad** desde dentro del sistema sanitario.

La administración lo integra en una visión sistémica de salud pública

Y convierte los eventos en **motores de cambio cultural**.

La arquitectura saludable pone el diseño físico en el centro del bienestar

Porque la ventilación, la luz, la acústica, la ergonomía y la neuroarquitectura son determinantes de la atención, comprensión y memoria



## Pero ¿se habla de esto en redes y google?



La conversación sobre “eventos saludables” en redes es escasa y está dominada por voces profesionales e institucionales.

**Apenas el 1% de las publicaciones sobre eventos incluye referencias a la salud**, y el **81% de las menciones procede de empresas, agencias o marcas**, con una participación limitada del público general.

Por otro lado, en Google, el concepto de **“eventos saludables” no se asocia a entornos corporativos**. Los resultados se centran en contenidos promocionales de wellness (yoga, taichí, mindfulness), enfocados al bienestar individual y no a la organización de eventos con visión saludable. Esto refleja la **baja visibilidad del tema en contextos profesionales**.





# Preguntamos por certificaciones y encontramos un vacío en sus respuestas.

No conocen un estándar que integre salud, sostenibilidad y bienestar.

## Tampoco hay referentes integrales de eventos.

Los avances actuales son más ambientales que saludables

Actualmente no existe un estándar consolidado que integre salud, sostenibilidad y bienestar en eventos. **De los 20 entrevistados, 6 reclaman de forma explícita la creación urgente de una certificación específica** con criterios claros en las dimensiones física, social y ambiental.

Los **referentes actuales se limitan a certificaciones ambientales** o marcos generales de responsabilidad social, sin propuestas holísticas. La mayoría de los eventos señalados como “referentes” destacan por su gestión ambiental, pero no contemplan los criterios de un evento saludable.

Aunque hay avances (materiales sostenibles, reducción de plásticos, trazabilidad alimentaria o salud mental), **estas prácticas aparecen de manera parcial y no conforman un modelo integral de referencia.**



# II. ELEMENTOS

Validado por   
observatorio  
de arquitectura saludable

Diseñar un evento saludable exige **tomar decisiones que tengan en cuenta tanto al entorno físico como a la experiencia humana**. A continuación, se presentan los **principales elementos a considerar**, divididos en dos dimensiones fundamentales: **los espacios y las personas**.





**De acuerdo con la clasificación del Observatorio de Arquitectura Saludable (OAS), los elementos se dividen en dos bloques:**



**Espacio físico**



**Personas y experiencia**



# 2.1 Espacio físico

Según **el OAS**, el entorno físico tiene un impacto directo en el bienestar, la atención y la experiencia general de los asistentes. La validación del espacio debe asegurar que este favorezca la concentración, la participación activa y una sensación de confort durante toda la jornada

1. Ventilación
2. Acústica
3. Luz
4. Tamaño y proporción del espacio
5. Visibilidad
6. Temperatura y humedad relativa
7. Naturaleza, estética y vistas
8. Ergonomía y confort
9. Movilidad, accesibilidad y seguridad





# Ventilación y calidad del aire en eventos

---

**Esencial para cuidar la salud,** favorecer la concentración y reforzar el bienestar en eventos saludables.

Según el **OAS** (Observatorio de Arquitectura Saludable), la **ventilación adecuada es fundamental para garantizar entornos de calidad.** Es necesaria una renovación constante del aire, con **circulación de aire limpio** (no solo climatizado o recirculado) y **espacios libres de olores desagradables o viciados.**

Estas recomendaciones coinciden con lo señalado por los **entrevistados**, que destacan la **ventilación como el factor más importante para la salud, la concentración y el bienestar.** Se subraya la necesidad de asegurar una alta calidad del aire interior y **evitar espacios mal ventilados.** Además, se reconoce que el aire fresco previene la incomodidad o fatiga, y también renueva la energía, mejora la experiencia del público y protege la salud en eventos de larga duración.

“

*Adoptar el diseño biofílico, promover las pausas activas, asegurar buena ventilación y luz natural.*

“

*Muchos espacios no son adecuados: mala acústica, falta de luz natural, **espacios cerrados sin ventilación.***



# Acústica pensada para las personas

---

Un sonido adecuado  
mejora la comprensión  
y la experiencia de  
todos los asistentes.

Según el **OAS** (Observatorio de Arquitectura Saludable), disponer de unas **buenas condiciones acústicas es esencial para garantizar experiencias de calidad en los eventos**. Se recomienda contar con espacios sin ecos ni reverberaciones, con aislamiento del ruido exterior y un sistema de sonido claro, sin distorsiones, apoyado con micrófonos cuando sea necesario.

Estas pautas coinciden con lo señalado por los **entrevistados**, quienes destacan que una **buena acústica contribuye al bienestar físico y emocional**, favorece la concentración y la participación y genera entornos más equilibrados y agradables. Se subraya la **importancia de espacios tranquilos**, sin estímulos sonoros que interfieran, en la atención, comprensión y retención del mensaje **y facilita la conexión entre los participantes**

“

*Mejorar los espacios físicos, (...)promover el uso de naturaleza en interiores y asegurar una buena acústica.*



# La luz natural, protagonista del bienestar en eventos

Su presencia **transforma el espacio** e impulsa el confort, la activación mental y la participación.

Según el **OAS** (Observatorio de Arquitectura Saludable), una **iluminación adecuada en la zona del auditorio debe ser uniforme y regulable**, suficiente para leer y tomar notas, con uso preferente de **luz natural combinada con luz eléctrica**, y garantizando que los escenarios estén bien iluminados sin deslumbrar.

Esto coincide con lo señalado por los **entrevistados**, que destacan la **luz natural como protagonista del bienestar en eventos**: mejora el estado de ánimo, la energía y la participación, reduce la sensación de encierro, aporta confort y favorece la salud física y emocional. También se valora la **importancia de espacios accesibles, luminosos y sostenibles** que inviten a estar y generen experiencias positivas.

Una iluminación adecuada puede **mejorar el rendimiento cognitivo hasta un 15%** y reducir la fatiga visual, sobre todo en espacios cerrados o con largas jornadas. Además, **aprovechar la luz natural** en niveles óptimos **incrementa la productividad laboral entre un 10% y un 25%**, al tiempo que eleva la satisfacción de los empleados con su entorno de trabajo.

“

*Es fundamental pensar en los detalles: **luz natural, ventilación adecuada y un espacio que invite a estar.***



# Tamaño y proporción del espacio: clave para el confort y la atención en eventos

Las proporciones adecuadas, transmiten calma y **potencian la experiencia colectiva.**

Según el **OAS** (Observatorio de Arquitectura Saludable), el tamaño y las proporciones **del espacio son factores clave** para garantizar confort y bienestar en los eventos. Se recomienda la mayor altura libre posible, además de contar con espacios complementarios que permitan el descanso, la socialización y las pausas activas.

Esto corresponde con lo señalado por los **entrevistados**, que destacan la **importancia de disponer de espacios amplios, abiertos y bien ventilados**. La proporción adecuada entre asistentes y dimensiones del lugar contribuye a reducir el estrés, evitar la sensación de saturación y favorecer la interacción social y el confort colectivo. Un **entorno espacioso y proporcionado transmite calma y bienestar a los participantes**.

Los techos altos ayudan a **reducir en un 6% el riesgo de malestar psicológico**. Por su parte, el tamaño de las ventanas influye de forma determinante en la percepción de amplitud de un espacio, llegando a explicar hasta un **36% de la variación en cómo se percibe**.

“

**Espacios abiertos, bien ventilados, con luz natural y accesibilidad. Los descansos deberían estar diseñados para caminar, moverse y desconectar de verdad.**

“

**Espacios amplios y abiertos, (...). El entorno debe transmitir tranquilidad y confort.**



# Buena Visibilidad para mejorar la percepción y experiencia

La visibilidad en el espacio y en los elementos visuales **potencia la atención, la orientación y la conexión.**

Según el **OAS** (Observatorio de Arquitectura Saludable), la **visibilidad en los eventos es un factor imprescindible para asegurar una buena experiencia**. Todas las personas deben tener una **visión clara y directa del escenario**, al tiempo que los ponentes han de mantener contacto visual con el público para favorecer la conexión. También se recomienda contar con pantallas de alta definición y elementos visuales bien dimensionados.

Esto concuerda con lo señalado por los **entrevistados**, quienes subrayan que **la visibilidad debe integrarse en el diseño de los espacios para potenciar la atención, la orientación y la conexión**. Se destacan los espacios abiertos, sin barreras visuales, con buena iluminación y señalética clara, lo que facilita la accesibilidad y asegura una experiencia equitativa para todos los asistentes. Una buena visibilidad contribuye a generar comodidad, mejorar la comprensión y reforzar la percepción positiva del evento.

“

*Si se cuidan los mínimos, como no generar problemas auditivos o visuales, (...), el resto tiene menos incidencia directa.*

Estudios indican que el **85% de los asistentes consideran que una visibilidad adecuada mejora su experiencia general**. Una buena visibilidad favorece la conexión, la atención y la participación.



# Condiciones óptimas para impulsar bienestar y productividad

---

Un ambiente  
equilibrado **mejora la  
concentración, la  
productividad y la  
sensación de confort.**

Según el **OAS** (Observatorio de Arquitectura Saludable) consideran imprescindible garantizar **una temperatura ambiente estable entre 19°C y 24°C**, teniendo en cuenta el factor estacional y una **humedad relativa entre 40 y 60%**

**Reducir la temperatura del aula de 25 °C a 20 °C puede mejorar el rendimiento cognitivo en un 11 % promedio en tareas de atención.**

Trabajar a 30 °C en oficinas genera un **descenso de 9 % en productividad** respecto a hacerlo a 22 °C.



# Naturaleza y vistas: elementos que mejoran las capacidades cognitivas.

Estimulan, generan confort y **enriquecen la experiencia.**

El **OAS** (Observatorio de Arquitectura Saludable) considera **muy recomendable integrar elementos naturales en los espacios**, como plantas, contar con vistas al exterior y luz natural, porque todos ellos contribuyen a mejorar la atención y memoria. Asimismo, **recomienda que el entorno sea estéticamente agradable**, evitando estridencias que puedan afectar al estado emocional y la atención.

Esto encaja con lo señalado por los **entrevistados**, que destacan la **importancia del diseño biofílico para crear ambientes atractivos, confortables y coherentes**. Se subraya que la estética debe entenderse como una herramienta que refuerza el bienestar físico y emocional. Un entorno con zonas verdes, iluminación natural y una atmósfera visualmente estimulante contribuye a la conexión con la naturaleza, favorece la concentración y mejora la experiencia.

Trabajar en entornos con elementos naturales **eleva el bienestar en un 15%, la productividad en un 6% y la creatividad en un 15%**. Además, dedicar 20 minutos diarios en contacto con la naturaleza ayuda a reducir de forma significativa los niveles de cortisol, la hormona del estrés.

“

**Diseño biofílico en interiores (plantas, imágenes naturales...).** Si no es posible el acceso a espacios abiertos, **llevar la naturaleza al interior.**

“

**Incluir naturaleza en interiores, promover la calidad del aire, buena iluminación, reducción del ruido, y espacios de descanso adecuados.**



# Ergonomía y confort: base de una experiencia positiva

El diseño, la comodidad y la movilidad se combinan para **crear entornos acogedores.**

El **OAS** (Observatorio de Arquitectura Saludable) recomienda **cuidar la ergonomía** en los eventos mediante **sillas cómodas, preferiblemente con brazos y adecuadas** para largas sesiones y con **suficiente espacio entre filas para permitir la movilidad.**

Estas recomendaciones se alinean con lo señalado por los **entrevistados**, que conciben la **comodidad como la base de una experiencia positiva.** Destacan que un entorno bien diseñado debe ser agradable, ventilado, accesible y emocionalmente acogedor, donde el **confort físico se combine con el bienestar emocional y social.** Se valora la importancia de espacios que permitan el descanso, la movilidad y la fluidez, con mobiliario ergonómico y evitando aglomeraciones. En conjunto, la comodidad se entiende como un elemento que favorece la concentración y transmite calidez.

**El 82% de los asistentes valora positivamente los espacios que son cómodos, relajantes y que favorecen la conexión emocional. Además, una mayor sensación de agradabilidad del lugar incrementa en un 25% la probabilidad de que una reunión sea productiva.**

“

*Un evento con **visión 360 del bienestar: mental, emocional y físico**, no solo para los asistentes, sino también para los organizadores y proveedores.*

“

*Si un entorno no está bien diseñado, el cuerpo se pone en alerta y afecta directamente a nuestra experiencia del evento.*



# Movilidad y accesibilidad universal y seguridad en eventos

Aseguran la autonomía  
y libertad de  
movimientos para  
todos los asistentes

El **OAS** (Observatorio de Arquitectura Saludable) recuerda la obligatoriedad de **garantizar la accesibilidad en los espacios para personas con movilidad reducida**, de una señalización clara, ascensores y baños adaptados. Un diseño que contemple además la accesibilidad física la cognitiva y sensorial. Recomendación que se cumplan todas las medidas de seguridad y una buena conexión con el transporte público .

Estas recomendaciones se reflejan en lo expresado por los **entrevistados**, que consideran que facilitar la **movilidad y la accesibilidad universal son componentes esenciales de los eventos saludables**. Se destaca la importancia de contar con espacios amplios y bien distribuidos que reduzcan el estrés y faciliten la circulación. Asimismo, se subraya la necesidad de promover un transporte sostenible, inclusivo y sin barreras.

El 59% de los profesionales de eventos considera la accesibilidad, diversidad y sostenibilidad como factores clave al decidir en qué participar. En España, la normativa obliga a que **en espacios públicos con más de 50 plazas se reserve 1 plaza accesible por cada 100** (o fracción) para usuarios de silla de ruedas, asegurando una accesibilidad básica desde el diseño.

“

*Espacios amplios y abiertos, buena señalización, acceso fluido.*

“

*La movilidad sostenible y la accesibilidad son componentes esenciales.*



## 2.2 Personas y experiencia

**Un evento saludable no se limita al espacio físico:** también debe poner a las personas en el centro de la experiencia. La forma en que se alimentan, interactúan, descansan y participan **influye directamente en su bienestar y en el éxito del encuentro.**

**1. Alimentación**

**2. Organización, Materiales entregados e Inscripción personalizada**

**3. Conexión emocional y participación**





# Integrar la alimentación en la experiencia del evento

Transmite valores,  
cuida el bienestar físico  
y mental y genera una  
experiencia coherente  
con el **mensaje global  
del evento.**

El **OAS** (Observatorio de Arquitectura Saludable) **recomienda ofrecer opciones de alimentación saludable**, definidas con apoyo de nutricionistas, que contemplen las distintas necesidades dietéticas (vegetarianas, sin gluten, para diabéticos, etc.) y eviten los productos ultraprocesados, azucarados o con exceso de grasas.

Los **entrevistados** coinciden en que la **alimentación es uno de los pilares más visibles y determinantes en la percepción de un evento saludable**. Subrayan que debe haber **coherencia entre el mensaje de bienestar y la oferta gastronómica**, evitando contradicciones como ofrecer bollería industrial. Se apuesta por frutas, frutos secos y alimentos frescos, junto con menús ecológicos, materiales sostenibles y proveedores alineados con valores éticos y sociales. Además, se destaca que el **catering es parte integral del mensaje global del evento**, no un complemento, y debe contribuir al bienestar físico y mental, reforzando la credibilidad y la coherencia con los principios de sostenibilidad e inclusión.

“

*La alimentación es uno de los pilares **más visibles y determinantes** en la **percepción de un evento saludable.***

“

*Es fundamental. Contar con alimentos saludables y opciones variadas **refleja el compromiso del evento con la salud y el bienestar.***

**El 78% de los clientes prefiere ingredientes orgánicos o de proximidad.** Una alimentación adecuada puede elevar la **productividad nacional en un 20%**, y un 1% más de ingesta calórica se asocia a un **2,27% más de productividad laboral.**



# Planificación y gestión integral de eventos

Combina estructura,  
comunicación y logística  
para **garantizar  
bienestar, inclusión y  
sostenibilidad.**

El **OAS** (Observatorio de Arquitectura Saludable) aconseja la **comunicación a los asistentes de las medidas saludables tomadas, incorporar pausas activas o microactividades físicas** a lo largo del evento para mejorar la atención, la oxigenación cerebral y el bienestar físico; así como la medición de parámetros durante el evento y encuestas a los asistentes.

Esta recomendación se alinea con lo expresado por los **entrevistados**, que destacan la importancia de una **planificación integral y coherente**, donde la **estructura del evento favorezca tanto la eficiencia como el bienestar de los asistentes**. Se critica la rigidez de muchas agendas y la falta de descansos, señalando la necesidad de programaciones más humanas y realistas, con tiempos flexibles y espacios para la recuperación física y mental. Asimismo, se subraya que la buena organización debe integrar principios de sostenibilidad, inclusión y accesibilidad, asegurando experiencias positivas y evitando problemas como largas colas, estrés o falta de confort.

“

*Las agendas son demasiado intensas y no permiten suficiente movilidad.*

**Las micro-pausas de 30 segundos a 10 minutos aumentan la energía y reducen la fatiga.** Sin pausas, la atención cae drásticamente tras 45 minutos.



# Materiales coherentes con el diseño del evento

Contribuyen a  
alinearse con los  
valores del evento.

El **OAS** (Observatorio de Arquitectura Saludable) recomienda que **todos los materiales entregados en un evento** –como acreditaciones, bolsas, cuadernos o bolígrafos– **sean reciclados, reciclables o reutilizables**, además de **evitar el uso de plásticos**, especialmente los de un solo uso.

Esta recomendación coincide con lo señalado por los **entrevistados**, que subrayan la importancia de **utilizar materiales sostenibles, saludables y accesibles**, capaces de reducir el impacto ambiental. Se destaca que cada decisión en este ámbito comunica valores y refuerza la coherencia del evento con sus principios de sostenibilidad y bienestar. Ejemplos como la sustitución de plásticos por envases reutilizables **reflejan el compromiso real con la sostenibilidad y aportan valor a la experiencia colectiva**.

“

*Utilización de materiales sostenibles, como el agua en cajas en lugar de plástico, y decoración con materiales reciclados. **Esos pequeños detalles reflejan el compromiso real de una empresa con la sostenibilidad.***

Un evento sin gestión adecuada puede generar hasta **4,5 kg de residuos por asistente**.



# La verdadera accesibilidad es la que responde a necesidades individuales

Atender necesidades físicas, sensoriales, cognitivas y logísticas hace posible una experiencia plena.

El **OAS** (Observatorio de Arquitectura Saludable) recomienda habilitar en el proceso de inscripción un espacio donde **cada asistente pueda indicar sus necesidades especiales, ya sean alimentarias, físicas, cognitivas o sensoriales.**

Esto coincide con lo expresado por los **entrevistados**, quienes entienden la accesibilidad como un compromiso integral con el bienestar y la inclusión. Se destaca que un **evento saludable debe anticiparse a las necesidades individuales**, ofreciendo entornos adaptativos y flexibles que reduzcan el estrés y faciliten la participación plena. No se trata solo de infraestructura, sino también de aspectos logísticos y organizativos: comunicación clara, transporte sostenible, horarios realistas, alimentación personalizada y espacios ergonómicos. **La accesibilidad personalizada garantiza experiencias más inclusivas, seguras y satisfactorias**, donde todas las personas puedan participar en igualdad de condiciones.

“

*Facilitar el acceso mediante transporte público y **fomentar la movilidad sostenible es clave.** Además, el acceso debe ser claro, bien comunicado y fluido.*

“

***La falta de accesibilidad y opciones sostenibles en muchas sedes de eventos.***

Más del 50 % de personas con discapacidad enfrentan problemas de accesibilidad en entornos físicos.



# La conexión emocional y la participación activa emergen como dimensiones clave

Crean entornos que **inspiran, fortalecen vínculos y generan cambios** duraderos.

El **OAS** (Observatorio de Arquitectura Saludable) recomienda una **conexión emocional y la participación activa**. Estas son dimensiones clave en los eventos saludables, ya que inspiran, fortalecen vínculos y la interacción social, generando experiencias memorables.

Los **entrevistados** destacan que un evento debe ser accesible, inclusivo y personalizado, de modo que **facilite la interacción con el contenido y promueva el bienestar de los asistentes**.

Se valora especialmente la importancia de **diversificar formatos y tipos de sesiones**, evitar estructuras rígidas y fomentar la implicación real del público a través de charlas breves, dinámicas interactivas y momentos de intercambio. Un **evento emocionalmente significativo** no solo impacta en la percepción de marca, sino que también logra que los **asistentes se sientan más conectados**, energizados e inspirados, favoreciendo cambios duraderos en su estilo de vida.

“

*Incluir participación activa del público. **Diversificar tipos de sesiones**. Difundir contenido previamente. Charlas breves y útiles. Promover el bienestar.*

Los eventos presenciales generan **más confianza que los medios tradicionales (63%) y las redes sociales (70%)**. Además, el 78% de los asistentes valora la personalización como factor clave para decidir su participación.



# III. AGENTES

El cambio hacia eventos más saludables y sostenibles **no depende de un solo agente**. Es imprescindible una colaboración activa, corresponsable y coordinada entre múltiples actores.







# El avance hacia eventos saludables requiere la colaboración de múltiples actores.

Y en este ecosistema, algunos agentes tienen capacidad de decisión estratégica...



# Los agentes de cambio se configuran como un **ecosistema colaborativo**

Las empresas privadas pueden liderar el cambio desde el diseño y la financiación.

Pero para materializar sus decisiones necesitan aliados que ejecuten la visión.

Los organizadores transforman decisiones en experiencias medibles.

Y su labor depende en gran medida de **quienes implementan cada elemento del evento.**

Los proveedores son clave en la ejecución de prácticas sostenibles y saludables.

Un impacto que se refuerza con **marcos claros, estándares y certificaciones.**

La administración pública puede establecer normas e incentivar espacios saludables e inclusivos.

Aunque para ampliar ese alcance es fundamental **la conexión con la dimensión social.**

El tercer sector aporta experiencia en inclusión, accesibilidad y salud mental.

Y esta labor se potencia cuando hay una **audiencia que demanda coherencia y bienestar.**

Asistentes y sociedad civil pueden impulsar cambios a través de una demanda informada.

Un impulso que se **complementa con la acción corresponsable** de todo el ecosistema.

El OAS garantiza que un evento saludable sea realmente fiable.

Un apoyo que **aporta rigor y transparencia al cambio.**



# IV. BARRERAS

**El cambio hacia eventos más saludables y sostenibles no depende de un solo agente.** Es imprescindible una colaboración activa, corresponsable y coordinada entre múltiples actores.





# BARRERAS

1

Inversión y retorno

2

Regulación y normativa

3

Saturación y diferenciación

4

Involucración de los asistentes



# Factores que frenan la transformación

## 1 Principal barrera: Inversión y retorno

La salud en los eventos requiere una **inversión inicial mayor**, pero ofrece un **retorno estratégico en reputación**, compromiso y bienestar.

El **coste y la falta de métricas** frenan el cambio.

Se consolidan como la principal barrera, reforzada por **visiones cortoplacistas y presupuestos que priorizan el precio** sobre el bienestar.

## 3 Otras barreras: saturación y diferenciación

La **saturación** hace de la sostenibilidad un **factor de diferenciación**.

Destacar requiere **propuestas más sostenibles y conscientes**.

## 2 Otras barreras: regulación y normativa

La normativa es percibida como **insuficiente y poco clara**.

**Limita su papel** como motor de **sostenibilidad y salud en los eventos**.

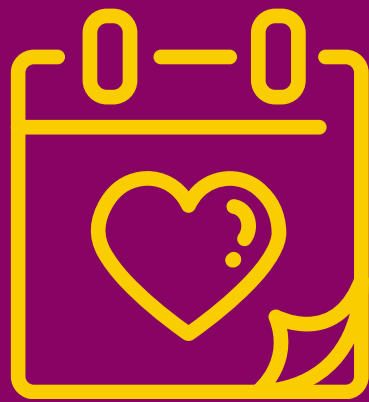
## 4 Otras barreras: involucración de los asistentes

Pasar de **espectadores a protagonistas**.

La clave está en transformar la **asistencia pasiva en participación activa**.



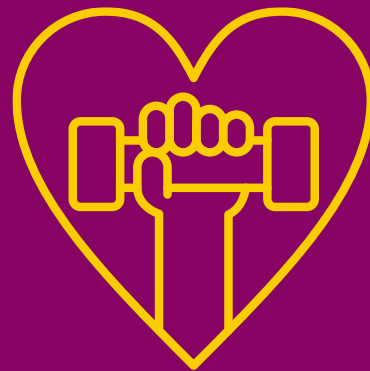
# ¿Cuáles son los cambios que se proponen para avanzar hacia eventos saludables?



## Diseñar agendas más humanas y saludables

Reducir la duración excesiva de los eventos y limitar la sobrecarga de contenidos.

Incluir pausas activas, descansos reales, y espacios para el bienestar mental.



## Mejorar el entorno físico

Asegurar buena ventilación, iluminación natural, temperatura adecuada, silencio y accesibilidad.

Rediseñar espacios más biofílicos, acogedores y ergonómicos.



## Replantear la alimentación

Eliminar ultraprocesados, apostar por comida saludable, ecológica y coherente con el mensaje del evento.

Garantizar opciones inclusivas y sostenibles en el catering.



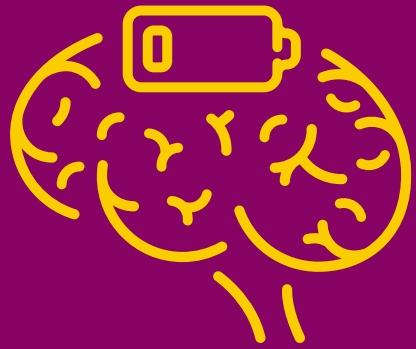
## Certificación y definición común de “evento saludable”

Urge establecer parámetros claros y herramientas de evaluación objetiva.



# ¿Cuáles son los errores más frecuentes en eventos?

Los errores más repetidos por los entrevistados en eventos actuales no son logísticos, son de salud.



## Sobrecarga de agendas y fatiga mental

Programas demasiado densos, sin pausas reales, ni opciones de descanso activo.

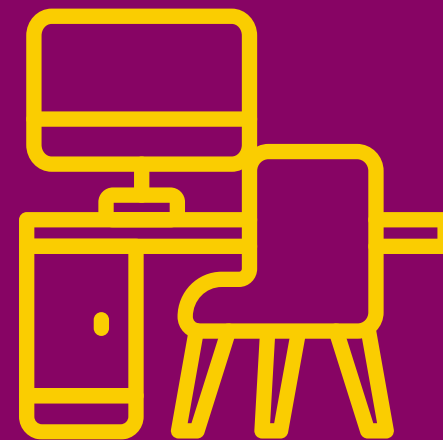
Afecta la capacidad de concentración, provoca fatiga cognitiva y reduce la receptividad al contenido.



## Alimentación incoherente y poco saludable

Falta de opciones saludables, sostenibles y equilibradas.

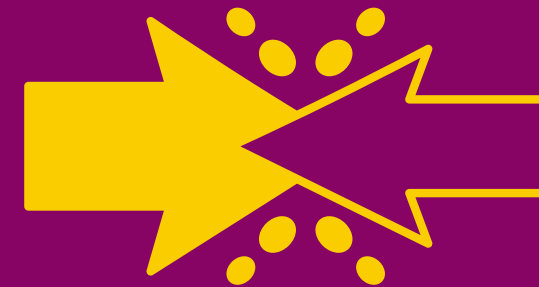
Catering con bollería industrial, refrescos azucarados y productos ultraprocesados, incluso en congresos médicos o de salud.



## Espacios poco saludables

Ventilación deficiente, iluminación eléctrica deficiente, mala acústica, sin naturaleza o elementos de confort.

Aumentan el estrés, la fatiga física y dificultan la permanencia prolongada con bienestar.



## Desalineación entre mensaje y entorno

Eventos que promueven salud o sostenibilidad, pero no lo practican: hay disonancia entre el discurso y lo que se ofrece al asistente.



## Ausencia de salud mental y emocional como prioridad

Falta de espacios para el autocuidado, zonas de desconexión, momentos de interacción humana o silencio.

Se prioriza la productividad sobre el bienestar emocional de los asistentes.





# V. RESULTADOS PRINCIPALES



# Impacto de un evento saludable

Los perfiles entrevistados coinciden en que un evento saludable:

- **Mejora la experiencia global del asistente:** genera mayor bienestar, participación y atención.
- **Refuerza la conexión emocional con la marca o institución.**
- **Facilita el recuerdo del evento** y la percepción positiva de sus contenidos.
- **Se percibe como una acción coherente y alineada con valores** (sostenibilidad, bienestar, salud).
- **Tiene efectos en la reputación, fidelidad y difusión del evento**, tanto por canales directos (boca a boca) como digitales (redes sociales).





# Beneficios para todos los actores



## Empresas

Un evento saludable refuerza la coherencia marca-evento, mejora la reputación y genera orgullo de pertenencia.



## Organizadores de eventos

Potencian la experiencia emocional y cognitiva, logrando eventos más recordados y compartidos.



## Tercer sector

Son vistos como herramientas de transformación cultural, alineadas con inclusión y sostenibilidad.



## Médicos y profesionales de salud

Se entienden como extensión del cuidado clínico, impactando en el bienestar físico y mental.



## Administración pública

Generan un impacto tangible en la satisfacción y productividad, mejorando la calidad de vida colectiva.



## Arquitectura saludable

El diseño del espacio es clave: un entorno saludable favorece concentración, calma y disfrute.





# **VI. CONCLUSIÓN: ¿QUÉ ES UN EVENTO SALUDABLE?**





# Definición de eventos saludables:

Un evento saludable combina:



**Bienestar  
integral**



**Diseño  
sostenible y  
respetuoso**



**Respeto al  
entorno**



**Respeto a las  
personas**



**Transmisión de  
autenticidad y  
coherencia**



# Claves para diseñar **eventos saludables**



## 1 Bienestar integral      2 Diseño sostenible y respetuoso      3 Entorno saludable      4 Respeto a las personas      5 Transmisión de autenticidad y coherencia

El evento debe contemplar el **bienestar físico, mental y emocional** de todos los implicados, integrando **aspectos que hagan sentir a los participantes cómodos, seguros y valorados.**

La sostenibilidad es la base: **reducir impacto ambiental** con materiales responsables, **gestión eficiente de recursos** y **reducción de residuos.**

Se priorizan **espacios abiertos, ventilados y conectados con la naturaleza**, con luz natural y aire de calidad. Además de responder a lo sostenible, mejoran la experiencia de los asistentes.

**Las personas son el centro de cada decisión:** su bienestar debe guiar el diseño y cada elemento del evento debe cuidar a quienes lo hacen posible.

**La coherencia entre propósito, valores y ejecución** genera confianza. La autenticidad es clave: **el 88%** de los consumidores la consideran **esencial para confiar** en un evento o marca.



# Entrevistados



Sector	Empresa	Cargo
1. Biohabitabilidad	Biohabitabilidad OAS	Investigadora y docente
2. Arquitectura Sana	Estudio Arquitectura Sana	Fundadora
3. Arquitectura Saludable	OAS	Presidenta
4. Empresa	Engie	Comunicación externa
5. Empresa	Engie	Marketing
6. Empresa	Grammy	CEO
7. Empresa	Hyundai	Communication & PR General Manager
8. Empresa	La Liga	Corporate Brand Activation
9. Empresa	Repsol	Responsable de eventos



# Entrevistados

Sector	Empresa	Cargo
10. Organización de eventos	Eventarte	CEO
11. Organización de eventos	Eventoplus	CEO
12. Organización de eventos	Kenes Group	Executive Assistant to CEO and Sustainability Manager
13. Organización de eventos	MUT Agency	Fundador y CEO
14. Organización de eventos	Viena Capellanes	Director General
15. Tercer Sector	Fundación Manantial	Directora General
16. Tercer Sector	Pacto Mundial ONU España	Eventos Pacto Mundial
17. Médico	Médico	Cirujano estético
18. Administración pública	Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra	Subdirector



# Especialistas OAS que han revisado el documento

Sector	Empresa	Cargo
1. Arquitectura Saludable	OAS	Presidenta
2. Arquitectura Saludable	OAS	Directora Certificación
3. Arquitectura Saludable	OAS	Director Grupos de trabajo



# ¡GRACIAS!

