

# L'habitatge



Informe breu  
sobre la relació  
entre habitatge  
cooperatiu i salut

**CSB** Consorci Sanitari  
de Barcelona

**ASB** Agència  
de Salut Pública

salut

## **Autoria**

Juli Carrere<sup>1,2,3</sup>

Katherine Pérez<sup>1,2,3</sup>

Carme Borrell<sup>1,2,3</sup>

Alexia Reyes<sup>2</sup>

Irene Macaya<sup>2,3</sup>

Ana Novoa<sup>1,2,3</sup>

Anna Fernández<sup>1,2,3</sup>

1. Agència de Salut Pública de Barcelona, (ASPB), Barcelona, Espanya.
2. CIBER epidemiología y salud pública (CIBERESP), Madrid, Espanya
3. Institut de Recerca Sant Pau (IR SANT PAU), Barcelona, Espanya.

## **Disseny Holon**

**Edita** Agència de Salut Pública de Barcelona, 1 de juny de 2024

Aquesta publicació està sota una llicència Creative Commons  
Reconeixement – No Comercial – No Derivades (BY-NC-ND)  
[creativecommons.org](https://creativecommons.org)

## **Edició**

“L’habitatge és salut”. Barcelona: Agència de Salut Pública de Barcelona, 2024.

## **Tots els drets reservats**

© 2024 Agència de Salut Pública de Barcelona

[aspb.cat](https://aspb.cat)

## **Un projecte de**

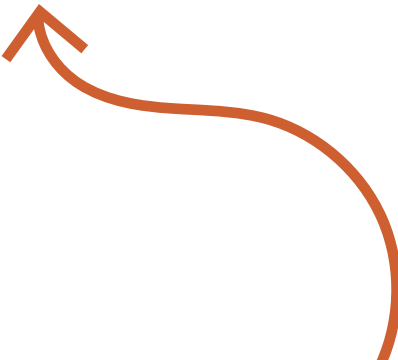




*"Una manera de hacer Europa"*

# Presentació

La salut depèn en gran part de com vivim, on treballem i com ens desenvolupem, i l'habitatge hi té un paper clau com a determinant social de la salut. Des de la crisi del 2008, els ingressos de les famílies destinats a pagar l'habitatge a Catalunya han augmentat considerablement, amb una sobrecàrrega evident que supera el 35% dels ingressos destinats a pagar l'habitatge, tant en règim de lloguer com per a propietaris que paguen hipoteca. Aquesta situació ha impulsat alternatives com l'habitatge cooperatiu en cessió d'ús.

L'habitatge cooperatiu en cessió d'ús és un model que s'està estenent a Catalunya, el què el veïnatge s'organitza per assegurar el dret a l'habitatge i promoure la vida en comunitat. En aquest model, la propietat dels habitatges és col·lectiva i s'hi accedeix a través d'una cooperativa sense ànim de lucre formada pels mateixos veïns i veïnes, que poden viure a l'habitatge, però no el poden vendre. Això els permet tenir el control col·lectiu sobre les seves llars i així evitar que acabin en el mercat especulatiu.



“L'habitatge cooperatiu està demostrant que té efectes positius en la salut”

# Presentació

El projecte de recerca “Habitatge cooperatiu i salut”, elaborat per l’Agència de Salut Pública de Barcelona, va estudiar com els models cooperatius d’habitatge en cessió d’ús poden millorar la salut i el benestar. Les evidències obtingudes indiquen que aquest model, a més de garantir el dret a l’habitatge, té efectes positius en la salut. Això demostra que la salut depèn de factors que van més enllà dels serveis sanitaris.

La metodologia emprada en aquest projecte combina estudis amb enfocament qualitatiu i estudis amb mètodes quantitius, en els quals han participat 13 cooperatives de Catalunya i més de 280 persones. La recollida de dades es va dur a terme amb entrevistes personals i grupals, i es va obtenir informació amb enquestes, abans i després d’entrar a viure en els habitatges cooperatius en cessió d’ús. També es van recollir dades de l’eficiència energètica dels habitatges i de la qualitat ambiental a l’interior de l’habitatge. Per a més detall, es pot consultar la metodologia, a l’apartat de resultats, en els estudis que s’han dut a terme.

El resultat principal és que el model cooperatiu d’habitatge en cessió d’ús té efectes positius en la salut física, mental, emocional i comunitària. Tanmateix, també s’identifiquen àrees de millora o consideracions que cal tenir en compte en el futur d’aquest model.

# Impactes en la salut física

Segurament, l'efecte principal en la salut física és la millora de la percepció de la salut, tal com es va observar en les entrevistes que es van dur a terme amb persones que s'han traslladat a viure en habitatges cooperatius en cessió d'ús. Aquesta millora també es va confirmar quantitativament, especialment entre els homes, i es pot explicar per la reducció de l'estrès derivat de la inseguretat residencial i econòmica, o pel benestar i la tranquil·litat que ofereix el model. En aquests habitatges, les quotes mensuals solen ser més baixes que els preus de lloguer convencionals, i el dret d'ús o el contracte és per a un nombre elevat d'anys. A més, aquesta millora deriva de les millores en les condicions físiques de l'habitatge, com la reducció de la despesa energètica i dels consums, gràcies al control comunitari en el disseny de les condicions estructurals dels edificis i dels serveis comuns. Aquest control comunitari també està relacionat amb altres impactes en la salut física, com la reducció d'al·lèrgies, les millores en la salut respiratòria i els dolors musculars, que es poden aconseguir mitjançant un bon confort tèrmic, una millor ventilació i il·luminació, etc. prioritzades en el disseny de l'edifici gràcies a la governança comunitària. Finalment, els impactes físics en la salut de les persones veïnes també s'observen gràcies a la millora en hàbits i conductes sanes que sorgeixen del bon veïnatge, una interacció social de qualitat i la compartició de recursos.



# Impactes en la salut mental i emocional

La millora física en salut que deriva d'evitar l'estrès que genera la inseguretat econòmica i residencial o la millora en hàbits i conductes saludables també té efectes positius en la salut mental i emocional. D'altra banda, s'observa una reducció de l'ansietat general gràcies a les estratègies col·lectives per gestionar l'estrès tant en la resolució de problemes col·lectius com individuals. Això es fa possible mitjançant la interacció social de qualitat i l'autorganització comunitària. Un altre efecte en la salut mental i emocional és la generació de sentiments de seguretat, confiança i disminució de solitud que deriven de la interacció social de qualitat i l'autoorganització comunitària, però també de disposar d'espais comuns i de la vinculació amb l'entorn del barri o de la vila.

Finalment, també hi ha impactes negatius en la salut mental i emocional, especialment en termes de frustració i angoixa, principalment per les dificultats d'accés a causa d'unes aportacions inicials encara elevades i per la falta d'oferta similar al mercat en cas d'haver d'abandonar el projecte per motius externs.

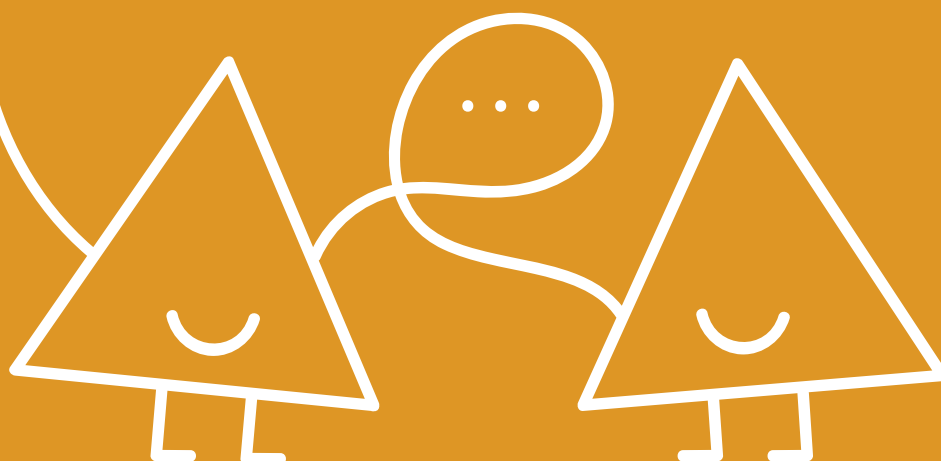


# Impactes en la salut socio- comunitària

Pel que fa a la salut social o comunitària, s'observen efectes positius en els sentiments de pertinença, il·lusió, felicitat i confiança que aporta la participació en la governança i l'acompanyament tècnic, així com en el sentit de coherència, orgull i satisfacció que genera viure de manera alineada amb els valors que incorpora el model. Finalment, també es poden observar impactes positius socials o comunitaris especialment en els infants, que aporten confiança i autoestima, així com habilitats socials que es desenvolupen gràcies a la interacció social de qualitat habitual més enllà del nucli familiar.

Però també hi ha altres factors que impacten negativament en l'aspecte social o comunitari de la salut, que inclouen la frustració i la por associades a la gestió dels canvis que poden encarir el projecte durant la seva creació o durant la convivència. A més, les persones participants són conscients dels desafiaments que suposa adaptar-se a la nova zona residencial i a la possibilitat de contribuir a la gentrificació dels barris o viles. També es pot observar certa angoixa derivada d'ajustar els termes del que es considera intimitat en els espais comuns dels edificis, així com el cansament, l'estrès i la frustració que pot implicar la participació en la governança i l'acompanyament tècnic.

En conclusió, ara més que mai calen polítiques públiques que afavoreixin l'assequibilitat de l'habitatge i trenquin les dinàmiques negatives del mercat per millorar la salut física, mental i emocional, i social de la població. A l'Agència de Salut Pública de Barcelona fa anys que fem accessibles les evidències que apunten al fet que l'habitatge és salut, i ara, també, com l'habitatge cooperatiu està contribuint a fer-ho realitat.



# Resum visual

## Habitatge cooperatiu

### Aspectes materials dels edificis

Reducció de la despesa energètica i de consums

Millor confort tèrmic, ventilació, il·luminació, etc.

### Aspectes legals i econòmics

Seguretat residencial via dret d'ús indefinit

Seguretat econòmica via estabilitat en la quota independent del mercat

Dificultat d'accés per unes aportacions inicial d'accés encara elevades

Falta d'oferta similar al mercat en cas d'haver d'abandonar el projecte per motius externs

Potencial d'esdevenir agents gentrificadors dels barris o viles

### Sentit vital que ofereix a les usuàries

Viure de forma alineada amb valors que incorpora el model

### Participació en la governança

Gestió col·lectiva de l'estrès en resoldre problemes col·lectius o individuals

Recursos compartits (espais, mecanismes, etc.)

Gestió dels canvis que poden encarir el projecte durant el procés de creació o durant la convivència

Acompanyament tècnic

Dia a dia de la governança

### Vida en comunitat

Augment de la interacció social de qualitat de cures

Augment de la interacció social de qualitat lúdica

Re-ajust de nocions d'intimitat en espais comuns

Vinculació al barri o vila

## Efectes en salut



### Física

Millora l'estat de salut auto-percebut i el benestar

Reducció de les al·lèrgies i dolors musculars, millores en salut pulmonar

Hàbits i conductes saludables



### Mental i emocional

Estats emocionals i cognitius positius, p.ex. major autoestima

Frustració, angoixa

Cansament, estrès



### Socio comunitària

Disminució de solitud o sentir-se acompanyades

En criatures, confiança i autoestima i altres efectes derivats d'habilitat socials

Sentiments de seguretat, confiança

Sentit de pertinença, il·lusió, felicitat i confiança

Sentit de coherència, orgull i satisfacció



# Resultats

Els resultats principals són que el model cooperatiu d'habitatge en cessió d'ús té efectes positius en la salut física, mental, emocional i comunitària, però també aspectes que cal millorar:

- ↑ **Millora la salut física**, ja que augmenta la percepció sobre l'estat de salut física, el benestar i les conductes que tenen a veure amb la salut, en relació amb quotes mensuals més assequibles, la seguretat, i un entorn físic i social de qualitat.
  - ↑ **Promou la salut mental i emocional**, ja que redueix els efectes de l'estrès, ansietat i la sensació de solitud.
  - ↑ **Millora la salut social i comunitària**, ja que augmenta el suport social, els sentiments de pertinença, la il·lusió i la felicitat, així com el sentit de coherència, orgull i satisfacció que generen viure de manera alineada amb valors que incorpora el model.
- També s'evidencien **alguns aspectes negatius** com la frustració i l'angoixa, principalment per les dificultats d'accés per unes aportacions inicials d'accés encara elevades i per la falta d'oferta similar en el mercat si s'ha d'abandonar el projecte per motius externs.

## Resum de producció acadèmica generada durant l'estudi:

Revisió literatura dels impactes en salut del model

*The effects of cohousing model on people's health and wellbeing: a scoping review*

→ [Llegir més](#)

Estudi sobre relació d'impactes mediambientals i en la salut

*Energy consumption and indoor environmental quality evaluation of a cooperative housing nZEB in Mediterranean climate*

→ [Llegir més](#)

Estudi qualitatiu sobre percepcions i experiències d'un grup d'usuàries

*Living Together for a Better Life: The Impact of Cooperative Housing on Health and Quality of Life*

→ [Llegir més](#)

Marc conceptual

*Grant-of-use cooperative housing and its relation with health and wellbeing: a conceptual framework*

→ [Llegir més](#)

Estudi quantitatiu del perfil de les persones que participen en els projectes

*Cooperative housing under a grant-of-use: socio-demographics, housing and health characteristics of its participants*

→ [Llegir més](#)

Estudi quantitatiu amb informació de les persones usuàries abans i després d'entrar-hi a viure

*Cooperative housing under a grant-of-use in Catalonia and health: pre-post analysis*

→ [Llegir més](#)



# Resultats

A continuació, s'exposen els resultats dels diferents estudis que s'han dut a terme. En concret, es resumiran els resultats de l'anàlisi dels consum energètics i de la qualitat ambiental a l'interior dels habitatges, de les percepcions sobre l'impacte en salut

## Consum energètic

Els projectes analitzats mostren menys consum energètic que en edificis similars. El consum elèctric en els habitatges de La Borda és de 1.000 kWh a l'any, mentre que la mitjana és de 2.500 kWh a l'any.

Pel que fa a la demanda tèrmica a La Borda és de 11,6 kWh/m<sup>2</sup> a l'any i a Princesa és de 23,9 kWh/m<sup>2</sup> a l'any. En tots dos casos, la demanda tèrmica se situa per sota dels requisits de la seva certificació energètica, i molt per sota dels edificis existents construïts abans de l'any 2000 que tenen una demanda mitjana de 30-50 kWh/m<sup>2</sup> a l'any.

## Qualitat ambiental a l'interior dels habitatges

Els elements passius inclosos en el disseny de l'edifici poden augmentar el confort tèrmic i la satisfacció amb la temperatura a l'habitatge.

A l'hivern, la major part del temps la temperatura a l'interior dels habitatges se situa en el rang de confort adaptatiu (IEQ) d'exigència elevat. Als habitatges orientats al nord aquesta proporció era inferior.

A l'estiu les temperatures superen més sovint de la zona de confort tèrmic i depenen del fet que els habitatges puguin compensar-ho ventilant; en aquest punt, l'actuació de les persones usuàries té un pes específic.

Pel que fa al confort tèrmic percebut, hi ha un grau elevat de satisfacció a l'hivern, el qual disminueix a l'estiu. La major part del temps, la qualitat de l'aire se situa en un rang de confort (IEQ) d'exigència elevat.



### Consum energètic

El consum elèctric en els habitatges com La Borda és de 1.000 kWh/any quan la mitjana és de 2.500 kWh/any.



### Confort tèrmic

Els elements passius de l'edifici poden augmentar el confort tèrmic i la satisfacció amb la temperatura a l'habitatge.



### Qualitat de l'aire

La major part del temps la qualitat de l'aire de l'interior dels habitatges se situa en un rang de confort (IEQ) d'exigència elevat.

# Resultats

## Percepcions sobre l'impacte en salut i benestar

Els resultats obtinguts sobre la percepció de salut i benestar s'han relacionat, i es presenten a continuació, amb cinc grans aspectes del model: els aspectes econòmics i legals, la vida en comunitat, la participació en la governança, els aspectes materials dels edificis i el sentit vital que ofereix a les persones usuàries.



### Aspectes econòmics i legals

Estabilitat de tinença (30-75 anys o més) permet projectar-te i tenir un projecte de vida a llarg termini

Quota d'accés elevada (5.000-30.000€)

Quota mensual molt inferior al preu de mercat i blindada

Seguretat residencial, pau i tranquil·litat

Reducció de l'ansietat

Arrelament i benestar emocional.

Contradiccions i malestar emocional en les persones participants

Generació de desigualtats socials relacionades amb la salut

Un augment de la quota inicial pot causar ansietat, desànim i frustració

Seguretat econòmica, tranquil·litat



### Vida en comunitat

Compartir la vida quotidiana, veïnatge de qualitat i suport social

Col·lectivització de les cures i dels riscos

Espais i recursos comuns

Sentiment de pertinença i de comunitat

Seguretat, confiança, disminució de sentiments de solitud i tranquil·litat

Suport social esmorteix factors estressors

Re-ajust d'intimitat

Reducció de l'ansietat

Seguretat emocional, econòmica i tranquil·litat

Sentit de pertinença

Reducció de solitud i l'aïllament

Promoció d'hàbits de vida més saludables

Reducció de solitud i l'aïllament

Benestar emocional

# Resultats

## Percepcions sobre l'impacte en salut i benestar



### Participació en la governança

Auto-organització

Acompanyament tècnic

- Il·lusió, felicitat i benestar
- Malestar i estrès
- Propòsit i sentit vital
- Sentiment de pertinença
- Control, orgull i satisfacció
- Confiança i tranquil·litat
- Estrès i inseguretat



### Aspectes materials dels edificis

Aspectes materials de l'edifici i l'habitatge

Ubicació de l'edifici

- Millor ventilació i lluminositat, millor confort tèrmic
- Millor salut física (menys al·lèrgies, constipats, etc)
- Major confort tèrmic
- Menor preocupació pel cost energètic
- Estrès i malestar per encertesa d'encaix



### Sentit vital que ofereix a les usuàries

Motivació per a participar en el projecte

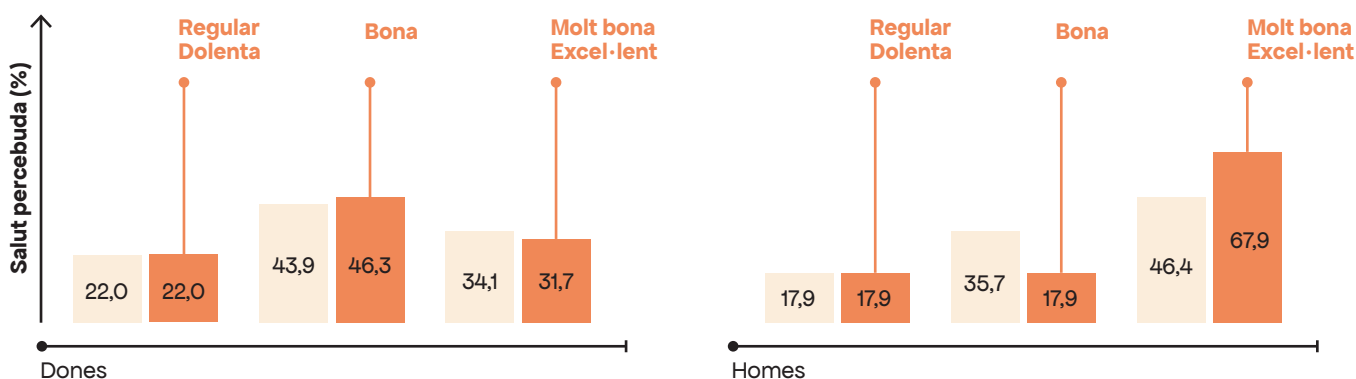
Gestió de les expectatives en el col·lectiu

- Sentit de propòsit, pertinença, coherència i benestar.
- Orgull, il·lusió i satisfacció
- Malestar en cas de divergències
- Frustració en cas de no complir
- Orgull i satisfacció

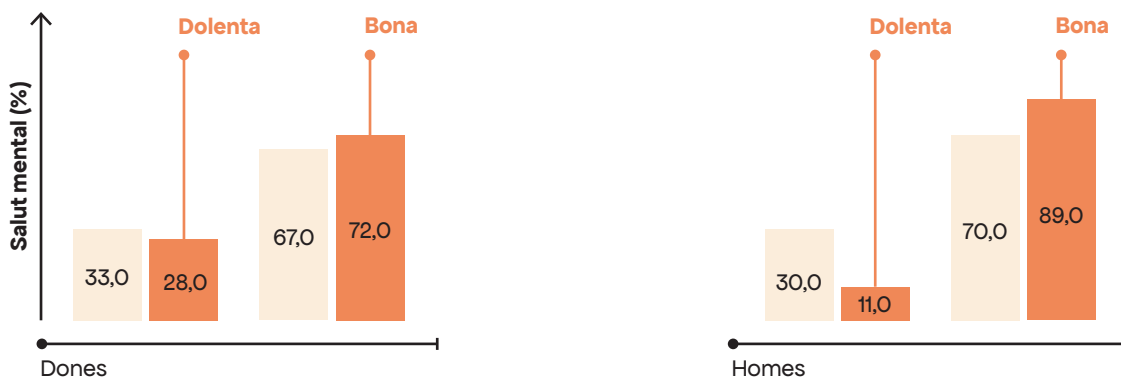
# Resultats

## Quantificació de l'impacte en salut i benestar

L'anàlisi de 287 persones de 13 projectes entrevistades entre 2018 i 2022 mostren canvis modestos en la salut autopercebuda, salut mental, benestar emocional, satisfacció amb la vida. També s'observen millores en la satisfacció amb l'habitatge, el vincle emocional amb l'habitatge, l'arrelament al barri i les dificultats per mantenir una temperatura adequada, així com en la millora del suport social.



Un any després de traslladar-se a l'habitatge cooperatiu, s'observa una millora en la salut percebuda dels homes, mentre que en les dones aquesta millora és menys evident.

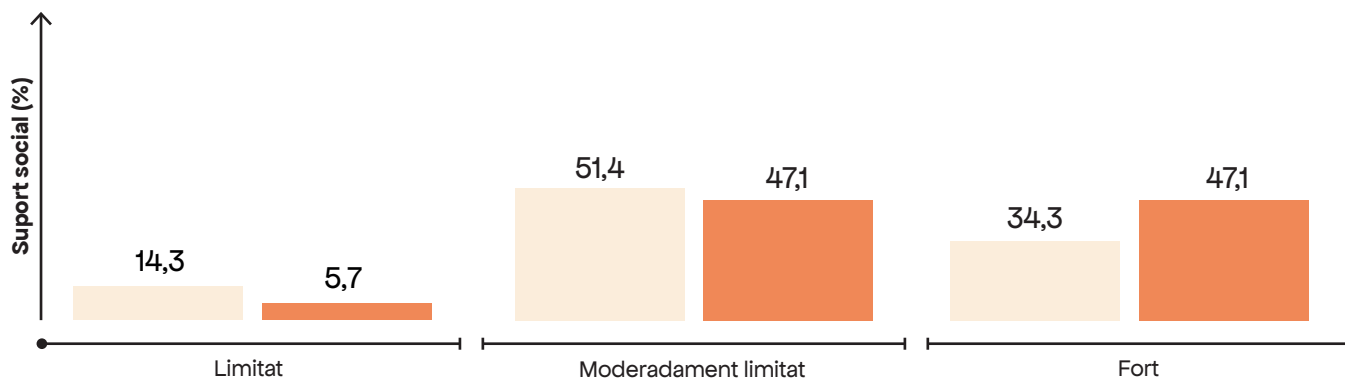


■ Basal ■ Seguiment

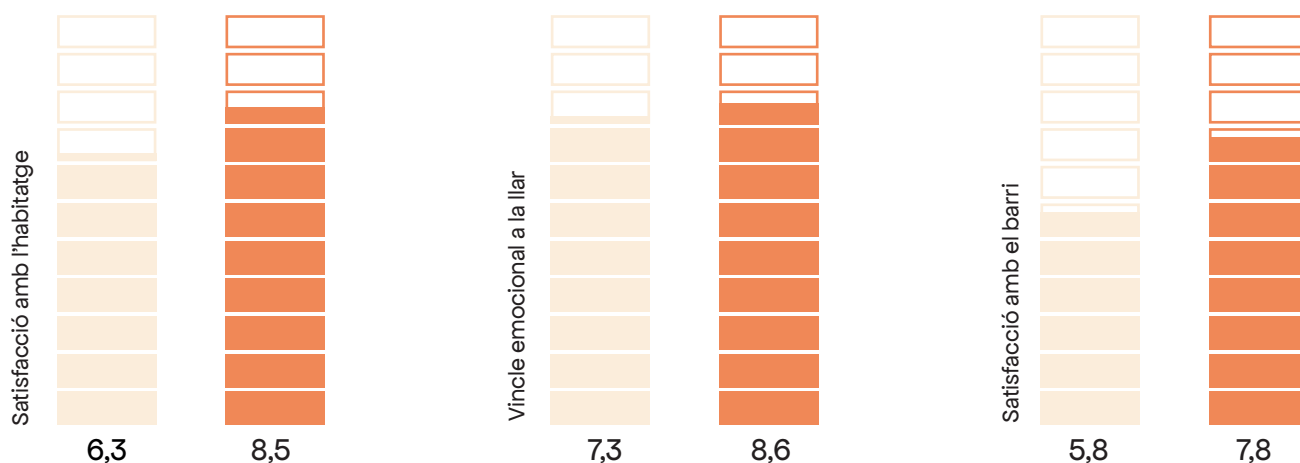
Es va observar una disminució del risc de problemes de salut mental entre les persones que es traslladen a l'habitatge cooperatiu, especialment entre els homes.

# Resultats

## Quantificació de l'impacte en salut i benestar



A més, un any després del trasllat, hi ha un augment en la percepció de suport social fort entre les persones residents de la cooperativa d'habitatge.



Basal Seguiment

La satisfacció amb l'habitatge, el sentiment d'unió amb la llar i la satisfacció amb el barri augmenten després d'un any de viure en els habitatges cooperatius.

# Conclusions

## Per a l'acadèmia

L'habitatge és un factor clau per a la salut. Tot i que ens cal seguir-hi aprofundint, hi ha evidències dels beneficis una bona política d'habitatge en la salut.

La recerca en habitatge necessita mètriques que ajudin a avaluar l'impacte de les polítiques d'habitatge des d'una perspectiva integrada econòmica, ambiental i social en què la salut té un pes específic.

## Per al sector

L'habitatge cooperatiu promou una millor salut física, mental, emocional i comunitària.

La salut és un efecte multiplicador de beneficis del model i un argument important per a la seva promoció.

Els efectes positius en la salut poden ajudar a estendre el rol de les cures en el model.

## Per a l'Administració

Els models d'habitatge que posen la comunitat al centre impliquen millor salut física, mental, emocional, especialment comunitària.

La salut comunitària a l'entorn de l'habitatge és a la base per la salut pública als barris i la ciutat.

Integrar les polítiques d'habitatge i de salut pot estalviar recursos a l'Administració.

Barcelona és motor de l'habitatge cooperatiu a Catalunya. Tenim l'oportunitat de liderar el vincle d'habitatge i salut.

**C S B** Consorci Sanitari  
de Barcelona

 **Agència  
de Salut Pública**