

## INVESTIGACIÓN ORIGINAL

# Exploración cualitativa en el Reino Unido de un programa de prescripción social basado en la naturaleza: la perspectiva del usuario del servicio

## A qualitative exploration of a UK nature-based social prescribing scheme: The service user perspective

**Menna Brown.** Swansea University, Faculty of Medicine Health and Life Sciences, Singleton Park campus, Swansea, Wales, UK.

Email: [menna.brown@swansea.ac.uk](mailto:menna.brown@swansea.ac.uk), <https://orcid.org/0000-0003-1427-1648>

**Catherine Jenkins.** Swansea University, Faculty of Medicine Health and Life Sciences, Singleton Park campus, Swansea, Wales, UK. Email: [c.a.jenkins@swansea.ac.uk](mailto:c.a.jenkins@swansea.ac.uk), <https://orcid.org/0009-0008-7971-6373>

**Abigail Louise Froggatt.** Swansea University, Faculty of Medicine Health and Life Sciences, Singleton Park campus, Swansea, Wales, UK. Email: [a.l.froggatt@swansea.ac.uk](mailto:a.l.froggatt@swansea.ac.uk), <https://orcid.org/0009-0008-9305-3502>

**Received:** July 9, 2025.

**Accepted:** August 4, 2025.

**Conflicts of interest:** None.

**DOI:** <https://doi.org/10.71164/socialmedicine.v19i2.2026.2255>

### Resumen

Los esquemas de prescripción social están creciendo en el Reino Unido. La evidencia que apoya las propuestas de prescripción social basada en la naturaleza, un subconjunto específico de la prescripción social, está aumentando; sin embargo, existen varios desafíos para capturar su impacto. Muchas evaluaciones se han centrado en la mejora de la salud para medir el impacto. La perspectiva del usuario del servicio es fundamental para comprender su valor más amplio y justifica una exploración continua. El aporte potencial implícito en las perspectivas de los participantes para identificar los "ingredientes activos" de estos esquemas podría informar el desarrollo de futuros marcos diseñados para comprender las mejores prácticas, garantizar el uso eficiente de los fondos del NHS, la asignación de recursos y reducir la carga en la atención primaria. Por lo tanto, este estudio tuvo como objetivo comprender el valor de los esquemas de prescripción social situados en la naturaleza desde la perspectiva del usuario del servicio. Se realizaron tres discusiones con grupos focales (n = 22) y 17 entrevistas individuales (59% de participantes varones). El análisis temático generó tres temas: "Comunidad", "conexión y exposición a la naturaleza" y "efecto dominó"; que resaltaron el valor de la participación. Los esquemas de prescripción social situados en la naturaleza benefician a los participantes de múltiples maneras. Proporcionan un espacio seguro y con apoyo para desarrollar la identidad personal y habilidades sociales, vitales para la conexión social y un sentido de propósito. La exposición y la conexión con la naturaleza fueron importantes para facilitar estos beneficios. Las características específicas del programa local estudiado también destacaron la importancia crucial que desempeña el personal del sector no gubernamental en la prestación de servicios a quienes enfrentan privaciones, desempleo o un bienestar deficiente. Las relaciones entre los líderes del programa y los usuarios del servicio generaron oportunidades para desarrollar habilidades y confianza en sí mismos, lo que generó un efecto dominó que se extendió más allá del entorno inmediato.

**Palabras clave:** Prescripción social basada en la naturaleza (NBSP), prescripción social, bienestar, salud comunitaria

### Abstract

Social prescribing schemes are growing in the UK. Evidence in support of nature-based social prescribing referrals, a specific sub-set of social prescribing, is mounting, however there are several challenges to capturing impact. Many evaluations have focused on health improvement to gauge impact. The service user perspective is critical to understanding the wider value and warrants continued exploration. Potential for participant insights to identify 'active ingredients' of schemes could inform the development of future frameworks designed to understand best practice, ensure efficient use of NHS funds, resource allocation and reduce the burden on primary care. Thus, this study aimed to understand the value of nature-based social prescribing schemes from the service user perspective. Three focus group discussions (n=22) and 17 one-to-one interviews were conducted (59% male participants). The thematic analysis generated three themes: 'Community', 'nature connection and exposure' and 'ripple effects'; which highlighted the value of participation. Nature-based social prescribing schemes benefit participants in a multitude of ways. They help provide a safe and supported place to develop personal identity and social skills which are vital for social connection and a sense of purpose. Nature exposure and connection afforded was important in facilitating these benefits. Specific features of the local scheme studied also highlighted the critical importance third sector staff play in delivering services to those facing deprivation, unemployment and or poor wellbeing. The relationships between scheme leaders and service users created opportunities to develop skills, and self-confidence which created ripple effects that extended beyond the immediate setting.

**Key words:** Nature-based social prescribing (NBSP), social prescribing, wellbeing, community health



## Introducción

Las necesidades de salud de la población están cambiando debido a la creciente prevalencia de enfermedades crónicas. La prescripción social ofrece el potencial de mejorar los desenlaces de dichos padecimientos y reducir las desigualdades en salud, por lo que se considera clave crear un entorno más sostenible para la salud.

La prescripción social parte de un enfoque centrado en la persona. Los valores y preferencias individuales se identifican mediante conversaciones con las y los profesionales de enlace, antes de derivar o remitir a programas del sector no gubernamental o de voluntariado en la comunidad local.<sup>2,3</sup> El enfoque en salud y bienestar busca promover enfoques positivos que mantengan a las personas sanas y prevengan enfermedades, incluyendo apoyar a las que viven con enfermedades crónicas o problemas de salud mental. Abarca una amplia gama de actividades con derivaciones creativas (basadas en las artes) o en la naturaleza, para impactar en el ejercicio y en el estilo de vida, programas educativos, apoyo a la amistad y otros servicios de bienestar.<sup>4</sup>

La prescripción social basada en la naturaleza (NBSP) fomenta la recreación en entornos naturales y el desarrollo de conexión con los mismos, a la vez que desarrolla habilidades y se integra en una comunidad. Junto con la participación en actividades artísticas para mejorar la salud, forma parte de la definición de salud creativa del Centro Nacional para la Salud Creativa (NCHS), que puede contribuir al desarrollo de la práctica clínica en términos de atención centrada en la persona, la complejidad y la comprensión de la dimensión humana.<sup>6</sup> También existe evidencia sólida que demuestra que la exposición a la naturaleza beneficia a la salud y al bienestar.<sup>7-9</sup>

Varias revisiones sistemáticas recientes informan resultados positivos específicamente asociados con la NBSP,<sup>10-15</sup> incluidas mejoras en la salud física y en la mental.<sup>16-22</sup> Cuando se implementó, junto con enfoques tradicionales,<sup>13</sup> mejoró la inclusión social y redujo la soledad.<sup>14</sup> Una revisión de la NBSP grupal mostró que los elementos naturales cultivaron la conexión y la pertenencia.<sup>23</sup> Leavell

*et al.* subrayaron su valor para usuarios que improbablemente acudirían a espacios verdes y para poblaciones de alto riesgo.<sup>24</sup>

La prescripción social muestra mejoras medibles en el nivel de activación y la autoeficacia,<sup>25</sup> lo que permite a las y los pacientes ser más autosuficientes en la gestión de su propia salud, con mejoras a su salud y a una reducción en las visitas al médico. Los beneficios económicos surgen de una reducción en el uso de los servicios de salud.<sup>16,21</sup> Por ejemplo, entre las personas a las que se ofreció prescripción social, se observó una reducción de 28% en las citas con el médico en Inglaterra y de 25% en Gales.<sup>26</sup>

Es crucial que la evaluación sea central a cualquier intervención médica o programa de promoción de la salud, los programas de NBSP no son la excepción. Una evaluación sólida, que incluya diversos enfoques de evaluación es esencial para garantizar la ejecución eficaz de los programas, tanto para las y los pacientes, como para el público en general.

Si bien la evidencia continúa creciendo, se necesita investigación adicional que explore el impacto de los programas NBSP.<sup>27</sup> Varias revisiones sistemáticas han destacado deficiencias en la evidencia,<sup>28-31</sup> señalando limitaciones metodológicas, como baja calidad de la evidencia, escasez o ausencia de ensayos de control aleatorios, seguimientos cortos, variación en los programas, alta tasa de abandono y falta de claridad en los criterios de inclusión, lo que dificulta la atribución de cualquier resultado positivo reportado.

Las organizaciones que prestan servicios de NBSP a menudo enfrentan desafíos asociados con la obtención de financiamiento sostenible a largo plazo en el Reino Unido,<sup>32, 33</sup> A menudo, las subvenciones estatales operan utilizando modelos a corto plazo, orientados a apoyar programas novedosos, en lugar de la ejecución sostenible y continua de los existentes. Por ello, las organizaciones con frecuencia experimentan falta de recursos, como el tiempo del personal o pérdida de conocimientos o habilidades debido a problemas de retención de la fuerza laboral. Esto, sumado a la complejidad de las necesidades de las

y los usuarios del servicio y la falta de capacidad para completar las mediciones de resultados, limita las oportunidades para integrar una evaluación integral en los programas individuales de NBSP,<sup>34</sup> en particular, los implementados por organizaciones más pequeñas.<sup>32</sup>

Igualmente, definir y cuantificar los beneficios de la prescripción social basada en la naturaleza es un desafío por varias razones. El ecosistema de la salud creativa es complejo, con mucha variabilidad en la práctica y los entornos. Los beneficios pueden ser multifacéticos y tomar algún tiempo para alcanzar su plenitud. Resultados, como mejoras en el bienestar mental, conexión social y en la calidad de vida son a menudo muy subjetivos y difíciles de medir.<sup>35</sup> Cuantificar los "efectos dominó" creados por una actividad es complicado debido a la cantidad de variables involucradas. A menudo, la información cualitativa y las historias de las y los participantes brindan evidencia poderosa de efectos transformadores que son difíciles de demostrar cuantitativamente. Por lo tanto, la exploración de la perspectiva de la o el usuario del servicio en NBSP ofrece información vital que va más allá de las métricas tradicionales, como los resultados de salud y el impacto económico.

Por lo tanto, este estudio se propuso explorar la NBSP desde la perspectiva de la o el usuario del servicio; comprender sus experiencias, lo que más valoraban, y los beneficios percibidos de su participación. Explorar su punto de vista profundiza la comprensión del impacto del NBSP y amplía la base empírica al capturar beneficios que podrían no medirse con herramientas estandarizadas de evaluación del bienestar. La

información obtenida es útil para crear un marco para futuras evaluaciones.

## Método

### Ética

Este proyecto fue aprobado por el Comité de Ética de Investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad de Swansea, en dos fases: grupos focales (22.1.23/SUMS-RESC 2022-0126), validación de datos (13.06.2024 referencia: 3 2024 9746 9056).

### Diseño del estudio

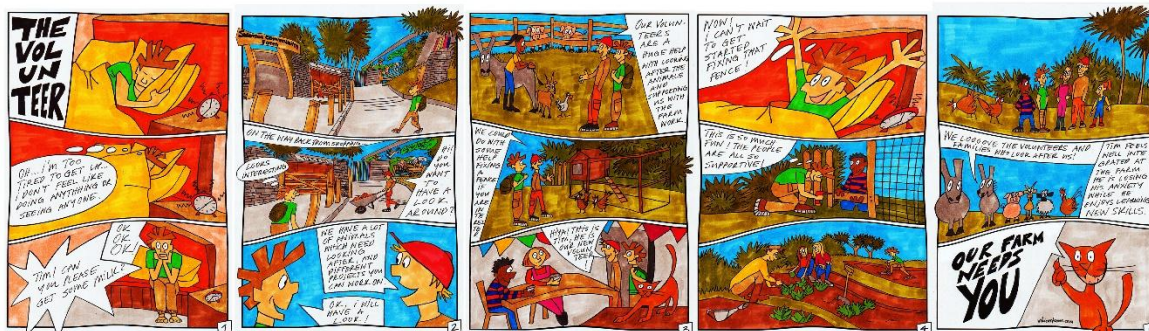
Investigación cualitativa realizada desde una posición epistemológica constructivista.

### Configuración

*Swansea Community Farm*, ubicada en una pequeña ciudad del sur de Gales (Reino Unido), ofrece un programa estructurado de voluntariado al aire libre dirigido a personas adultas con problemas de salud mental, desempleo de largo plazo y otras desventajas. Está diseñado para que encuentren sanación y propósito en su propia comunidad, aprendiendo a autogestionar su salud mental en un entorno de apoyo. Las y los ciudadanos pueden participar en diversas actividades al aire libre en la naturaleza, como jardinería, cuidado de animales, mantenimiento de setos y bosques, carpintería y jornadas comunitarias de puertas abiertas.

### Participantes

**Figura 1. Visualización artística de las experiencias de las y los usuarios del servicio en Swansea Community Farm.**



Fuente: Desarrollo del proyecto,

Todas las personas participantes eran usuarias actuales de los servicios de la Granja Comunitaria *Swansea*. Para ser incluidas, debían haber sido usuarias de los servicios de la granja durante al menos una semana, tener 16 años o más y otorgar su consentimiento informado por escrito.

### ***Procedimiento***

Se les invitó a participar en un grupo de discusión, celebrado presencialmente en la Granja Comunitaria *Swansea* (9 de marzo, 2023). El responsable de bienestar de la granja informó sobre el propósito de las discusiones con una semana de antelación (2 de marzo, 2023). Esto permitió que una persona de confianza respondiera a cualquier duda. El día de la discusión en grupo, el investigador principal describió el propósito, obtuvo el consentimiento por escrito y moderó las discusiones. Un artista local asistió y creó viñetas gráficas que representaban visualmente la experiencia del usuario y capturó los aspectos clave de la granja. Este guión, impreso en una gran pizarra impermeable, se utilizó un año después en un ejercicio de validación de datos, tras lo cual se donó a la granja.

La intención de la visita de seguimiento fue explorar si las viñetas reflejaban con precisión los recorridos y las experiencias de las personas usuarias del servicio y, utilizando el entorno de mayor intimidad que ofreció la entrevista, explorar con mayor profundidad las características del programa que ellas valoraron más. Ese día (04.07.24 y 09.07.24), las y los investigadores explicaron el propósito, lo que implicaría y obtuvieron el consentimiento por escrito.

Las y los investigadores pasaron todo el día en la granja para garantizar que las y los participantes pudieran activarse en un momento conveniente para ellos, también para que tuvieran tiempo de pensar si querían involucrarse. Durante las entrevistas se les preguntó qué pensaban del guion gráfico (Fig. 1) y si representaba su propio recorrido personal (o en qué podía diferir). Los grupos focales y las entrevistas se grabaron en audio y se transcribieron profesionalmente.

### ***Análisis de datos***

Los datos de los grupos focales se analizaron mediante análisis temático,<sup>36</sup> el investigador (MB) se familiarizó con las transcripciones, realizó una codificación línea por línea, que se ingresó en un documento de estructura de codificación para agrupar los códigos y clasificar los datos asociados a cada uno. Posteriormente, se creó un mapa temático para visualizar los códigos, explorar patrones en los datos e identificar temas iniciales. Esto se logró mediante un proceso de revisión y agrupación de códigos vinculados. Los temas emergentes se discutieron y exploraron con un artista local para producir el guion gráfico.

Tras el ejercicio de validación de datos, se revisaron los del grupo focal y las y los investigadores se familiarizaron con las transcripciones, el guion gráfico, los códigos y los temas iniciales identificados. Los datos de las entrevistas se codificaron en NVIVO mediante el mismo proceso iterativo descrito anteriormente (AF, CJ). Durante este proceso, los datos se exploraron por etapas; primero, con un enfoque específico en identificar instancias en las que la experiencia de las y los participantes validó el recorrido descrito en el guion gráfico o se desvió de él.

Segundo, se exploraron en busca de nuevas perspectivas, detalles y códigos que no se hicieron presentes en el conjunto de datos del grupo focal. Finalmente, se revisaron con el objetivo de identificar los ingredientes activos del NBSP asociados con resultados positivos para las y los participantes y descubrir el valor general de su involucramiento.

Nuevamente, se creó un mapa temático para visualizar los códigos, explorar patrones en los datos e identificar temas candidatos iniciales. Esto se logró mediante un proceso de discusión y agrupación de códigos vinculados, seguido de una revisión del conjunto de datos del grupo focal. Este proceso de análisis por etapas garantizó que los temas abarcaran el conjunto de datos completo y se informaran así (en conjunto) para brindar una descripción general holística.

## Resultados

Veintidós participantes se involucraron en uno de tres grupos focales; la duración media fue de 37.63 minutos (rango: 20:52 a 49:24 min). La mayoría fueron mujeres (12/22, 55%). Se realizaron diecisiete entrevistas, con una duración media de 12.26 minutos (rango: 6:57 a 22 min), entrevistados fueron en su mayoría hombres (13/17, 76%).

### Hallazgos temáticos

Se identificaron tres temas: «Comunidad», «Conexión y exposición a la naturaleza» y «Efectos dominó», que se describen a continuación. Cabe destacar que durante el ejercicio de validación de datos (entrevistas), las y los participantes coincidieron unánimemente en que el guion gráfico representaba adecuadamente sus propias experiencias personales. Por ejemplo, un encuestado comentó:

*Creo que es muy bueno, de hecho, porque ese soy yo. (Entrevista 8, hombre) y*

*Ese soy yo todos los días [el personaje masculino de dibujos animados]. (Entrevista 10, hombre).*

#### Tema 1: Comunidad

La granja brindó a las personas participantes la oportunidad de formar parte de una comunidad; un lugar donde se sintieron bienvenidas y con un sentido de pertenencia. Esto les permitió hacer amistades y desarrollar vínculos sociales que capaz no habían disfrutado anteriormente. Este sentido de pertenencia les dio un propósito. Este tema se describe a través de tres subtemas que explican cómo se creó y se mantuvo la comunidad y, finalmente, qué es lo que más valoraron de ella.

##### Subtema 1: Personal de la granja

Todas las personas participantes describieron al personal de la granja como acogedor, amable y comprensivo. Muchas destacaron cómo el personal se puso a disposición cuando se les necesitaba, percibió las necesidades individuales y las atendió, asegurando que no tuvieran que lidiar con sus

preocupaciones en soledad. Este enfoque creó un ambiente seguro; «*Me siento segura aquí*» (FG2, mujer). Las participantes apreciaron la paciencia y la empatía mostradas por el personal. Les ayudaron a sentirse aceptadas, lo que cultivó un sentido de pertenencia. Algunas mencionaron que no habían encontrado lo mismo en ningún otro lugar. La continuidad relacional se observó como un factor importante para generar confianza y afiliación, especialmente con aquellas que habían asistido a la granja durante mucho tiempo.

*Tratan a cada persona como un individuo y, obviamente, saben lo que hacen. Tratan a cada una a su nivel, sin importar la edad ni nada parecido. Te tratan como persona, no te menosprecian, lo cual me gusta. (FG1, hombre).*

Las participantes fueron construyendo gradualmente su conocimiento y comprensión de la granja, incluidas las habilidades necesarias para trabajar en un entorno al aire libre; el personal les alimentó a través del estímulo y la orientación, lo que contribuyó a la sensación de que todas estaban "juntas".

##### Subtema 2: La estructura de la actividad

El personal de la granja creó un entorno exterior estructurado y propicio que incluía tareas semanales a cargo de líderes de grupo que ofrecían supervisión y orientación. Esto permitió a las y los participantes aprender a su propio ritmo. El programa semanal incorporaba tareas rutinarias y actividades programadas, así como pausas para tomar café o comer, lo que generaba familiaridad, proporcionaba comodidad y reducía la ansiedad.

La flexibilidad también se integró en la rutina. Por ejemplo, las y los participantes podían elegir las actividades en las que se involucraban, lo que les permitía tener una sensación de control. Muchos elegían con frecuencia la casita de animales:

*Me gusta la rutina de la casita de animales. (FG1, hombre).*

*Disfruto, principalmente, haciendo cosas con los animales. Es donde suelo estar casi todos los días de la semana. (FG1, hombre).*

### **Subtema 3: Familia**

Los participantes describieron con frecuencia a la granja como una

*... familia lejos de la mía.* (GD2, mujer).

*Somos parte de una familia, parte de un equipo.* (Entrevista 8, mujer).

Esta visión de la granja probablemente esté relacionada con el papel positivo del personal, las estructuras y las rutinas organizadas. Por ejemplo, el entorno de apoyo permitió a muchos sentirse seguros y forjar nuevas amistades. Amigos que los apoyaron, los comprendieron y los dejaron sin prejuicios; para algunos, esta fue una experiencia nueva.

*Durante los últimos años que he estado aquí, la gente de la granja ha hecho más por mí que cualquier otra persona en toda mi vida; me han apoyado mucho.* (FG2, mujer).

Ser parte de esta “familia” les ayudó a desarrollar un sentido de propósito y entusiasmo, que sintieron que quedó capturado en el guión gráfico.

*Al principio no quería levantarme de la cama, y luego, cuando empecé a venir a la granja, sí, realmente me motivó cada día que venía aquí.* (Entrevista 13, hombre).

### **Tema 2: Conexión y exposición a la naturaleza**

Este tema resalta las percepciones de las personas participantes sobre los beneficios del entorno natural. El plan y todas las actividades de la granja se facilitan al aire libre, ya sea cuidando a los animales, cultivando vegetales y flores o trabajando en el edificio del brezal, también manteniendo otros edificios de la granja; discutieron su aprecio por estar expuestas y conectadas con el entorno natural.

#### **Subtema 1: Exposición a la naturaleza**

La mayoría de las y los participantes afirmaron que preferían estar al aire libre. Disfrutaban de la tranquilidad de la granja, de la oportunidad de escapar de la ciudad y de sus transitadas carreteras cercanas; muchos comentaron lo que esto les aportaba.

*... la singularidad del lugar”* (FG3, hombre)

*También ayuda, es como si estuvieras en plena naturaleza. Es como si dieras dos pasos fuera de la granja. Venir de carreteras transitadas, coches, casas, y luego, entras aquí y es un lugar completamente diferente. Es tranquilo y a veces la gente prefiere ese tipo de ambiente.* (FG1, Hombre)

Las y los participantes también destacaron que trabajar con los animales físicamente, les ayudó a encontrar un espacio propio con sentido, lo cual benefició su salud mental. Muchos explicaron que esto era diferente a su vida normal, donde a menudo se sentían encerrados en sus casas, también era distinto a sus experiencias previas de trabajo en oficinas y tiendas.

*Creo que trabajar al aire libre, haciendo lo que hacen aquí y trabajando con animales, es muy beneficioso para la salud mental”.* (FG3, hombre).

*Es bueno tener más espacio y tomar un poco de aire.* (FG1, mujer).

#### **Subtema 2: Conexión con la naturaleza**

La oportunidad de sumergirse en la naturaleza les permitió conectar con el mundo natural de una forma que no habían experimentado antes. Desarrollaron nuevos intereses y una mayor apreciación del mundo que los rodeaba. Algunas personas describieron una profunda afinidad con el entorno natural y el deseo de explorar más a fondo. Un participante comentó cómo había aprendido sobre las abejas tras un curso de capacitación en la granja y que disfrutaba de esa nueva conexión con los animales y los insectos. Otro comentó que cuidar a los animales cada semana le permitía sentir responsabilidad y amor.

*...la vida es vida. ¿Sabes? Pero, en cierto modo, la disfruto porque, como seres humanos, y, más aún, como animal, somos parte de la creación, no estamos separados de ella. Así que me siento mucho más arraigado, estoy más en contacto con la naturaleza que me rodea, y con eso viene el cariño.* (Entrevista 12, hombre).

### **Tema 3: Efectos dominó**

Este tema explora los beneficios de la participación para el desarrollo personal y social y el impacto en la vida diaria, más allá de la actividad.

Hablaron de una mayor confianza y autoestima desde que se unieron a la granja; comentaron los beneficios de esto en su vida cotidiana fuera de ella, lo que en algunos casos les había permitido lograr cosas que nunca imaginaron posibles.

*Mi confianza ha aumentado este último año. Mi confianza ha crecido y crecido sin parar.* (FG2, mujer).

Otra comentó cómo, al desarrollar nuevas habilidades personales y sociales, había logrado una mayor independencia en su vida familiar:

*... preparé mi primera cena con salchichas.* (Entrevista 2, mujer).

También le proporcionó un vínculo social y la oportunidad de hablar de actividades con amigos fuera de la granja.

*A veces les digo a mis amigos en el bar que estoy en la granja y cosas así, que me ofrecí como voluntario.* (Entrevista 7, hombre).

Asimismo, las oportunidades de capacitación y educación ofrecidas ayudaron a las personas participantes a desarrollar habilidades personales y sociales. Las oportunidades de educación y capacitación en un entorno propicio ampliaron sus horizontes y contribuyeron positivamente a su vida. Por ejemplo,

*Sí, me ayuda porque con toda esa capacitación puedo conseguir un trabajo, o algo así, como la capacitación en protección. Algunos trabajos sí requieren protección, pero ya tengo la capacitación y también la capacitación de mentores pares, que no sé si sea útil. Con la capacitación en primeros auxilios podría conseguir un trabajo como guardia de seguridad o algo así.* (Entrevista 10, hombre).

Las y los participantes hablaron sobre cómo se habían vuelto más inclusivos con los demás, con experiencias de vida diferentes y con distintos problemas de salud mental. Sentían que juzgaban menos y que eran más comprensivos con sus familiares y amistades.

*Mucha gente tiene problemas, ya sea en casa o en su vida familiar. Fue todo un reto. Pero creo que todos aprendimos mucho [del curso de salud mental]. A no juzgar a la gente y quizás a verla desde otra perspectiva. Me ayudó con mi familia; me enseñó muchísimo.* (FG2, hombre)

### **Discusión**

El valor para las y los usuarios del servicio se destacó en tres temas clave. El personal calificado, junto con la estructura de la granja, creó un sentido de seguridad, pertenencia y familia, lo que les permitió acceder a una comunidad que les apoyaba. A través de este sentido de pertenencia, las personas participantes encontraron propósito y significado. La exposición a la naturaleza y el desarrollo de una conexión con el entorno natural fueron importantes, valoraron este entorno. Gracias a su participación en un contexto con apoyo, aumentaron su confianza y seguridad en sí mismas, aumentaron su resiliencia y recibieron oportunidades de educación y formación que contribuyeron a su salud y bienestar, más allá de su contexto inmediato.

Todo esto refleja hallazgos previos que informan cómo la prescripción social promueve el bienestar mental mediante la oportunidad de recibir apoyo social,<sup>33</sup> donde la calidad del mismo es importante.<sup>37</sup> Hallazgos empíricos igualmente recientes de Bhatti *et al.*<sup>38</sup> informaron que la prescripción social ayudó a las personas a desarrollar nuevas habilidades y fomentó relaciones de confianza, tanto con el personal, como con sus pares, de forma similar a la experiencia de las y los participantes actuales. Estos “ingredientes activos” son cruciales para obtener resultados positivos, facilitan la comprensión de las características cruciales para el éxito de los programas de la prescripción social, en general.

### **Investigación futura**

Los temas destacaron áreas clave de valor asociadas con el NBSP. Es ellas que la investigación futura deberá centrarse con mayor profundidad. Por ejemplo, basándose en el trabajo de Warran, Burton y Fancourt,<sup>39</sup> será importante explorar áreas de valor para las y los participantes mediante el desarrollo de métodos cuantitativos.

Los “ingredientes activos” de los esquemas NBSP se dan en una línea similar a la categorización producida para esquemas de prescripción social creativa (esquemas basados en las artes). Como tal, hemos desarrollado un marco inicial que probaremos para explorar esto más a fondo, con base en los temas identificados en este estudio y aquellos reportados en la literatura, con la esperanza de que proporcione una mayor comprensión del papel de la NBSP en Gales, el Reino Unido o globalmente, a medida que aumenta el interés.<sup>40</sup> Quizás también para que contribuya a abordar las preocupaciones financieras señaladas por las partes interesadas que limitaron la provisión de actividades y recursos.

Esto se suma a los comentarios de Leavell *et al.*<sup>24</sup> quienes han solicitado investigación adicional para informar y permitir la co-creación de prescripciones sociales que sean de valor para quienes las necesitan, así como para quienes las prescriben. Identificar los ingredientes activos de la NBSP utilizando las perspectivas de las y los usuarios del servicio puede crear un marco efectivo para futuras evaluaciones, agilizar la recopilación de datos para las organizaciones y ayudar a las partes interesadas a comprender mejor cómo agregan valor a las vidas de las personas participantes.

Es importante ampliar la comprensión del “valor” más allá de las medidas de soledad, aislamiento social y salud mental (reconociendo su importancia). Creemos que esto contribuirá al desarrollo de nuevas medidas de evaluación que puedan implementarse, algo que actualmente es central en la atención del sector (p. ej.,<sup>41,42</sup>).

Finalmente, es importante que los políticos responsables utilicen diversas fuentes de evidencia al tomar decisiones que afectan la organización de

los servicios. La prescripción social puede tener beneficios más amplios que los reflejados en las medidas de resultados validados de salud mental y bienestar e, incluso, están emergiendo efectos positivos en cadena. Varios proyectos de prescripción social han creado espacios verdes en sus comunidades que aportan beneficios ambientales, así como la mejora de la biodiversidad y el clima.<sup>43</sup> Muchos de tales beneficios más amplios para las comunidades y los participantes, aún no se han investigado.

### **Conclusión**

Este estudio profundiza la comprensión del impacto de la NBSP al explorar las perspectivas de las y los usuarios del servicio. Al recuperar sus experiencias y trayectorias personales se destacaron áreas de valor asociadas con la participación, como el desarrollo del sentido de comunidad, la exposición a y la conexión con la naturaleza, así como efectos colaterales en el bienestar personal y social.

A medida que la NBSP se integra cada vez más en las prácticas de la atención primaria en salud, la base de evidencia continúa desarrollándose, por lo que será importante evaluar el impacto y diseñar futuros servicios considerando los resultados más valiosos y beneficiosos para las y los usuarios.

La evaluación de un gran número de resultados importantes para las y los participantes, políticos responsables y profesionales clínicos, debe sopesarse con la capacidad de las organizaciones del sector no gubernamental para realizar evaluaciones sólidas. Se debe adoptar un enfoque pragmático. Identificar los ingredientes activos clave de la NBSP, utilizando la perspectiva de las personas usuarias se podría crear un marco eficaz para futuras evaluaciones y ayudar a las partes interesadas a comprender mejor cómo aportan máximos beneficios.

Al ampliar nuestra comprensión del valor del NBSP para las y los participantes, captamos beneficios que no se aprecian en los datos clínicos y económicos. Esto puede ser útil para crear servicios que conecten con las y los participantes, incrementar su participación y retención en las

actividades y apoyar la promoción para consolidar su financiamiento y la inversión en este ámbito.

**Agradecimientos:** a la Dra. Katharine Aylett, a la Granja Comunitaria de Swansea y a las y los participantes que nos dedicaron su tiempo. Fue maravilloso escuchar sus historias y conocer los cambios en sus vidas.

## Referencias

1. Khan, H., Giurca, BC, Sanderson, J., Dixon, M., Leitch, A. y Cook, C. Prescripción social en el mundo: un mapa mundial de los avances globales en la prescripción social en diferentes contextos de sistemas de salud [Internet]. Londres (Reino Unido): Academia Nacional de Prescripción Social; 2023
2. Fondo Kings 2020, ¿Qué es la prescripción social? Consultado el [5.9.24] en [¿Qué es la prescripción social? El Fondo Kings \(kingsfund.org.uk\)](https://www.kingsfund.org.uk/que-es-la-prescripcion-social/)
3. Wallace, C., Newstead, S., Wallace, S., Lynch, M., Elliott, M., Llewellyn, M. y Randall, S. (2024). Prescripción social en Gales. En Política, investigación y práctica de la prescripción social: Transformando sistemas y comunidades para mejorar la salud y el bienestar (págs. 65-84). Cham: Springer International Publishing.
4. NFSP; Marco nacional para la prescripción social. Gobierno de Gales, 19<sup>de</sup> enero de 2024. Documento de política y estrategia. Consultado el 8/8/2024 en: [Marco nacional para la prescripción social \[HTML\] | GOV.WALES](https://gov.wales/gov/wales/19-01-2024/nfsp-national-framework-for-social-prescription)
5. [Centro Nacional para la Salud Creativa](https://www.nhs.uk/healthcreativity/)
6. Jenkins, C., Lambert, K. y Mackintosh, W. (2025). Introducción a la salud creativa. *InnovAiT*, 18 (3), 135-139.
7. Mughal, R., Seers, H., Polley, M., Sabey, A. y Chatterjee, H.J. (2022). Cómo el entorno natural puede contribuir a la salud y el bienestar mediante la prescripción social.
8. Schertz, KE y Berman, MG (2019). Comprensión de la naturaleza y sus beneficios cognitivos. *Current Directions in Psychological Science*, 28 (5), 496-502.
9. Seers, Helen, Rabya Mughal y Helen Chatterjee. "Conexión con la naturaleza". (2022): 20230324580.
10. Capaldi, CA, Passmore, HA, Nisbet, EK, Zelenski, JM y Dopko, RL (2015). Florecer en la naturaleza: Una revisión de los beneficios de conectar con la naturaleza y su aplicación como intervención para el bienestar. *Revista Internacional de Bienestar*, 5 (4).
11. Reis, A., Gray, T., Mann, J. et al. Medición de intervenciones de salud basadas en la naturaleza: una revisión rápida de la instrumentación y los resultados. *Journal of Outdoor and Environmental Education* 27, 57–186 (2024). <https://doi.org/10.1007/s42322-023-00135-3>
12. Staras, CO, Wakefield, JR, McDermott, DT y Jones, BA (2024). Una evaluación del papel de los procesos de identidad social para mejorar los resultados de salud en iniciativas de prescripción social en el Reino Unido diseñadas para aumentar la conexión social y reducir la soledad: Una revisión sistemática. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 34(5), e2878.
13. Menhas, R., Yang, L., Saqib, ZA, Younas, M. y Saeed, MM (2024). ¿Mejora la prescripción social basada en la naturaleza los resultados en salud mental? Una revisión sistemática y un metanálisis. *Frontiers in Public Health*, 12, 1228271.
14. Mughal, R., Seers, H., Polley, M., Sabey, A. y Chatterjee, H.J. (2022). Cómo el entorno natural puede contribuir a la salud y el bienestar mediante la prescripción social.
15. Cooper, M., Avery, L., Scott, J., Ashley, K., Jordan, C., Errington, L. y Flynn, D. (2022). Efectividad e ingredientes activos de las intervenciones de prescripción social dirigidas a la salud mental: una revisión sistemática. *BMJ Open*, 12(7), e060214.
16. Makanjuola, A., Lynch, M., Hartfiel, N., Cuthbert, A. y Edwards, RT (2023). Prevención de la mala salud física y mental mediante el programa de prescripción social ecológica "Abriendo las puertas a la naturaleza": un análisis del retorno social de la inversión. *Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública*, 20 (12), 6111.
17. Lynch, M., Whiteley, H., Hartfiel, N., Edwards, RT y Cuthbert, A. (2024). 57 Prescripción social basada en la naturaleza para mejorar la salud mental y el bienestar. *Revista Europea de Salud Pública*, 34 (Suplemento 2), ckae114-090.
18. Kenyon, AV, Coventry, P., White, P., Montasem, A., Phukan, S. y Ozols-Riding, J. (2023). Evaluación del Programa de Financiamiento de la Prescripción Social Ecológica de la Asociación de Salud y Atención de West Yorkshire.
19. Sands, G., Blake, H., Carter, T. y Spiby, H. (2023). Intervenciones basadas en la naturaleza en el Reino

- Unido: Un estudio de métodos mixtos que explora la prescripción ecológica para promover el bienestar mental de mujeres jóvenes embarazadas. *Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública*, 20(20), 6921.
20. Dayson, C. y Leather, D. (2020). Evaluación del Servicio de Prescripción Social de Conectores Comunitarios HALE 2018-19.
21. Bagnall, AM, y Brymer, E. (2019). Análisis del retorno social de la inversión en los impactos de los programas de Wildlife Trust en la salud y el bienestar.
22. Foster, A. y Dayson, C. (2024). Evaluación del Proyecto de Abordaje y Prevención de la Salud Mental a través de la Prescripción Social Ecológica de South Yorkshire: Datos y Perspectivas 2021/22-2023/24.
23. Sachs, AL, Kolster, A., Wrigley, J., Papon, V., Opacin, N., Hill, N. y Litt, J. (2024). Conectando a través de la naturaleza: Una revisión sistemática de la eficacia de las prácticas de prescripción social basadas en la naturaleza para combatir la soledad. *Paisaje y Planificación Urbana*, 248, 105071.
24. Leavell, MA, Leiferman, JA, Gascon, M., Braddick, F., Gonzalez, JC y Litt, JS (2019). Prescripción social basada en la naturaleza en entornos urbanos para mejorar la conexión social y el bienestar mental: una revisión. *Current Environmental Health Reports*, 6, 297-308.
25. [Activación-Asociación Nacional de Atención Primaria](#)
26. NFSP; Marco nacional para la prescripción social. Gobierno de Gales, 19<sup>de</sup> enero de 2024. Documento de política y estrategia. Consultado el 8/8/2024 en: [Marco nacional para la prescripción social \[HTML\] | GOV.WALES](#)
27. DEFRA (2011). Buenas prácticas en la prescripción social para la salud mental: el papel de las intervenciones basadas en la naturaleza (NECR228), Natural England. Consultado en: <http://publications.naturalengland.org.uk/publication/n/5134438692814848#:~:text=Good%20practice%20in%20social%20prescribing%20for%20mental%20health%3A,Access%20to%20the%20countryside%20-%20research%20and%20evidence>
28. Bickerdike L, Booth A, Wilson PM, et al. Prescripción social: menos retórica y más realidad. Una revisión sistemática de la evidencia. *BMJ Open* 2017;7:e013384.doi:10.1136/bmjopen-2016-013384
29. Pescheny, JV, Randhawa, G. y Pappas, Y. (2020). El impacto de los servicios de prescripción social en los usuarios: una revisión sistemática de la evidencia. *Revista Europea de Salud Pública*, 30(4), 664-673.
30. Griffiths, C., Hina, F. y Jiang, H. (2022). Prescripción social en atención primaria: una revisión sistemática de la evidencia. *Revista Abierta de Medicina Preventiva*, 12(2), 31-58.
31. Tate, C., Tran, N., Longo, A., Barry, J., Taylor, T., O'Neill, C. y Hunter, R. (2024). Evaluaciones económicas de intervenciones en espacios verdes y azules urbanos: Una revisión exploratoria. *Ecological Economics*, 222, 108217.
32. Brown, M. y Aylett, K. (2025). Interrogando la prescripción social ecológica en el sur de Gales: una exploración cualitativa con múltiples partes interesadas. *PLOS ONE*, 20(1), e0314107. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0314107>
33. Sands, G., Blake, H., Carter, T. y Spiby, H. (2023). Intervenciones basadas en la naturaleza en el Reino Unido: Un estudio de métodos mixtos que explora la prescripción ecológica para promover el bienestar mental de mujeres jóvenes embarazadas. *Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública*, 20 (20), 6921.
34. Cooper, M., Flynn, D., Scott, J., Ashley, K. y Avery, L. (2024). Barreras y facilitadores para el diseño y la prestación de servicios de prescripción social para apoyar la salud mental de adultos: Perspectivas de los proveedores de servicios de prescripción social. *Salud y atención social en la comunidad*, 2024 (1), 5581012.
35. Jenkins, C., Lambert, K. y Mackintosh, W. (2025). Introducción a la salud creativa. *InnovAiT*, 18 (3), 135-139.
36. Braun, V. y Clarke, V. (2006). Uso del análisis temático en psicología. *Investigación cualitativa en psicología*, 3 (2), 77-101.
37. Staras, CO, Wakefield, JR, McDermott, DT y Jones, BA (2024). Una evaluación del papel de los procesos de identidad social para mejorar los resultados de salud en iniciativas de prescripción social en el Reino Unido diseñadas para aumentar la conexión social y reducir la soledad: Una revisión sistemática. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 34(5), e2878.
38. Bhatti, S., Rayner, J., Pinto, AD, Mulligan, K. y Cole, DC (2021). Uso de la teoría de la

- autodeterminación para comprender el proceso de prescripción social: un estudio cualitativo. *BJGP open*, 5 (2).
39. Warran, K., Burton, A. y Fancourt, D. (2022). ¿Cuáles son los ingredientes activos de las actividades de "arte en la salud"? Desarrollo de los ingredientes en Marco de las Artes en la Salud (INNATE). *Wellcome Open Research*, 7.
40. de Bell, S., Alexandre, JC, Menzel, C., Sousa-Silva, R., Straka, TM, Berzborn, S.,... y Bonn, A. (2024). Programas de prescripción social situados en la naturaleza: oportunidades, desafíos y facilitadores para su implementación. *Environment International*, 108801.
41. Elliott, M., Davies, M., Davies, J. y Wallace, C. (2022). Explorando cómo y por qué funcionan las evaluaciones de prescripción social: una revisión realista. *BMJ Open*, 12 (4), e057009.
42. Wildman, JM, Moffatt, S., Steer, M. *et al.* Perspectivas de los usuarios de servicios sobre la prescripción social de los trabajadores de enlace: un estudio de seguimiento cualitativo. *BMC Public Health* **19**, 98 (2019). <https://doi.org/10.1186/s12889-018-6349-x>
43. [Informe de Impacto 2023 | Centro para la Salud Sostenible](#)



**Social Medicine**

Health For All

ISSN: 1557-7112