

José Ariza de la Cruz

Cada vez hablamos menos. Las ciudades pueden cambiarlo

Agenda Pública, 10 de septiembre de 2026.

El sociólogo urbano José Ariza de la Cruz reivindica el papel de las ciudades para recuperar la conversación y reforzar los vínculos sociales: "No solo es importante el diseño del espacio, también su gestión". Bibliotecas, patios escolares y calles que inviten al encuentro pueden ayudar a combatir el aislamiento y favorecer la mezcla social.

La palabra hablada es la base de las interacciones sociales y, por tanto, del tejido social. Implica unos procesos cognitivos y emocionales capaces de generar relaciones de confianza duraderas que la palabra digital no tiene posibilidad de construir. Pues bien, según un [reciente estudio](#) con una muestra recogida en varios países, entre 2005 y 2019 el número de palabras habladas por persona ha caído un 28%.

Este proceso está vinculado con el incremento de los hogares unipersonales en una amplia diversidad de países, con la implantación del teletrabajo y, especialmente, con el desarrollo de las redes sociales, que posibilita la interacción entre personas a través de las pantallas; la inteligencia artificial generativa da a esto una vuelta de tuerca a través de la interacción persona-máquina.

En este sentido, las ciudades cobran especial relevancia, pues su configuración material tiene la capacidad de condicionar la manera en la que nos relacionamos. Aunque es difícil analizar la responsabilidad de su evolución en las últimas décadas en la caída de la palabra hablada, sí es posible hacer [propuestas de diseño urbano](#) que ayuden a recuperarla.

Edward T. Hall en *La dimensión oculta* busca precisamente descifrar cómo el espacio influye en nuestra forma de interactuar con las demás personas sin que nos demos cuenta de ello. En el libro utiliza dos conceptos no muy bonitos, pero con un significado muy interesante: *sociópeto* y *sociófugo*. Un espacio *sociópeto* es aquel que potencia la interacción entre las personas que se encuentran en él, mientras que los *sociófugos* la desincentivan. El mostrador de las antiguas tiendas de alimentación, en el que el cliente y la vendedora estaban de frente, hacía mucho más probable la conversación entre ellos que las actuales cajas de los supermercados, donde se discurre en paralelo.

A escala urbana, las supermanzanas son un gran ejemplo de cómo se puede modificar el espacio público para potenciar la interacción social, y con ello la palabra hablada, gracias a la sustitución de suelo dedicado al tránsito del vehículo privado por zonas estanciales y lúdicas. Ahora que hay mucho debate sobre la [prohibición del acceso de los menores a redes sociales](#), es urgente dar una alternativa de juego en la calle más allá de las pantallas. En esta dirección apunta Izaskun Chinchilla, en *La ciudad de los cuidados*, que propone que haya *jardines píxel* distribuidos por toda la ciudad, capaces de mejorar el entorno ambiental, pero también de posibilitar el disfrute en una amplia variedad de lugares. También es importante cuidar la relación entre los edificios y las calles, con una jerarquía viaria capaz de generar zonas amables con el

peatón y fomentando frentes comerciales activos que potencien la relación entre el vecindario y su barrio.

Eric Klinenberg, estudiando la ola de calor de Chicago de 1995, se dio cuenta de que, más allá de la renta, la variable que más influyó en la mortalidad en los barrios fue el grado de intensidad de los vínculos comunitarios. Hace unos años escribió *Palacios del pueblo*, donde desarrolla el concepto de infraestructura social, conformada por aquellos lugares con capacidad de mejorar la cohesión social. En él cuenta cómo en Estados Unidos hay bibliotecas que actúan como auténticos centros cívicos multifuncionales, al realizar actividades de todo tipo y para personas de todas las edades. La apertura de los patios de los colegios los fines de semana también ofrece nuevos sitios de juego e interacción en la ciudad sin necesidad de construir nuevos edificios ni realizar ningún tipo de intervención urbana. No solo es importante el diseño del espacio, también su gestión.

Otra cuestión relevante de cara a la conformación del tejido social, más allá del descenso de la palabra hablada, es quién habla con quién. O, expresado de otra manera, cuál es el grado de interacción social entre personas de diferente clase social en la ciudad. Raj Chetty y su equipo, a través del *Social Capital Atlas*, evidenciaron que las zonas estadounidenses con mayor nivel de amistad entre clases sociales diferentes eran aquellas con mayor capacidad de ascenso social para los hogares más precarios. Por tanto, el diseño urbano y su gestión también deben cuidar la mezcla social con el objetivo de reducir la desigualdad, a través de una buena distribución territorial de la vivienda pública, de la sustitución de brechas físicas entre barrios por espacios de encuentro y de programas de actividades capaces de generar interacción entre distintos grupos sociales.

En un momento de aumento de la polarización, de pérdida de cohesión social y de [creciente aislamiento](#), recuperar la palabra hablada puede contribuir a construir otro tipo de comunidades, más empáticas y capaces de generar identidades colectivas no excluyentes. Las ciudades, y quienes las crean tanto desde arriba como desde abajo, tienen una importante responsabilidad en ello.

José Ariza de la Cruz es doctor en Sociología urbana por la Universidad Complutense de Madrid.