

“El desafío de los 6.000 pasos en ciudades”



Categoría	2.6 Sustentabilidad en salud
Capítulo	General
Título del programa	El desafío de los 6.000 pasos en ciudades
Compañía	Bupa Chile
Área	Asuntos Corporativos, Sostenibilidad y Clientes
Responsable	Pamela Contador, gerenta de Asuntos Corporativos, Sostenibilidad y Clientes de Bupa Chile

1. Introducción (planteo y diagnóstico)

Bupa Chile es una compañía de salud con presencia nacional a través de clínicas, centros médicos y seguros, cuyo propósito es ayudar a las personas a tener vidas más largas, saludables y felices. En coherencia con su estrategia global de sostenibilidad, la compañía impulsa en Chile el programa Ciudad Saludable, iniciativa que vincula salud humana y regeneración urbana bajo el enfoque One Health, que reconoce la interdependencia entre personas, comunidades y medioambiente.

Chile es un país altamente urbanizado: más del 88% de la población vive en ciudades. A la vez, el país enfrenta con fuerza los efectos del cambio climático: olas de calor más intensas, déficit de áreas verdes y desigualdad en el acceso a espacios públicos de calidad. En paralelo, la inactividad física continúa siendo uno de los principales factores de riesgo para enfermedades crónicas no transmisibles.

Frente a esta realidad, el desafío fue diseñar un programa que integrara ambos factores: incentivar actividad física diaria y transformar ese esfuerzo colectivo en intervenciones urbanas concretas.

En este contexto, durante septiembre y octubre de 2025 se implementó el Desafío Ciudad Saludable, cuyo objetivo fue movilizar a la ciudadanía a registrar al menos 6.000 pasos diarios a través de la aplicación Healthy Cities, transformando esa acción individual en la regeneración de espacios urbanos.

2. Propuesta / Enunciado de campaña (estrategia)

La edición 2025 del Desafío Ciudad Saludable fue concebida como una estrategia integrada de salud preventiva y sostenibilidad urbana, implementada durante septiembre y octubre, con una meta clara y movilizadora para incentivar a la ciudadanía y colaboradores a registrar al menos 6.000 pasos diarios a través de la aplicación Healthy Cities y convertir ese esfuerzo colectivo en intervenciones concretas.

La propuesta partió de una convicción central: la actividad física cotidiana puede transformarse en un acto colectivo con impacto territorial. Bajo ese enfoque, el desafío no se planteó únicamente como una campaña para fomentar la actividad física, sino como una iniciativa que conecta salud individual, cambio climático y calidad de vida urbana.

El objetivo estratégico fue doble. Por una parte, promover un hábito saludable medible y alcanzable, alineado con recomendaciones internacionales en materia de prevención de enfermedades crónicas. Por otra, reforzar la idea de que la salud humana y la salud ambiental son inseparables, posicionando a Bupa Chile como un actor que impulsa soluciones concretas desde esa intersección.

El plan apuntó principalmente a la ciudadanía urbana -adultos y jóvenes- con foco en comunas donde previamente se habían desarrollado legados del programa. Asimismo, consideró como públicos relevantes a stakeholders vinculados a sostenibilidad, autoridades locales, colaboradores internos y medios de comunicación entendiendo que la construcción de ciudades más saludables requiere una mirada colaborativa.

El mensaje central que orientó la estrategia fue que cada paso cuenta: caminar no solo mejora la salud personal, sino que puede contribuir directamente a transformar el entorno donde vivimos. Para transmitir este mensaje se diseñó una estrategia multicanal que combinó liderazgo de opinión, gestión orgánica en medios, branded content, activación digital y presencia territorial, articulando contenidos conceptuales con llamados concretos a la acción.

La propuesta buscó evitar el tono promocional y priorizar una narrativa basada en evidencia y en impacto real, vinculando el desafío 2025 con los resultados acumulados del programa en Chile, donde más de 345 millones de pasos registrados en ediciones anteriores se han traducido en intervenciones urbanas que benefician a más de 200.000 personas en la actualidad.

3. Desarrollo / Ejecución del plan (tácticas y acciones)

La ejecución del desafío se desarrolló durante septiembre y octubre bajo una lógica progresiva, articulando liderazgo de opinión, gestión orgánica en medios, paid media y activaciones territoriales, con el propósito de instalar la conversación sobre salud urbana en la agenda pública y movilizar participación ciudadana.

El primer paso fue generar un marco conceptual que permitiera contextualizar la iniciativa. Para ello, Pamela Contador publicó una **columna de opinión** en Acción Empresas, donde se abordó la relación entre salud humana, cambio climático y entorno urbano bajo el enfoque One Health. Esta acción buscó anticiparse al lanzamiento del desafío instalando el tema desde una mirada reflexiva y no promocional, entendiendo que la pauta noticiosa suele priorizar coyuntura política o económica por sobre contenidos vinculados a prevención o sostenibilidad.

Posteriormente, se desarrolló y distribuyó un **breve** que presentó el Desafío Ciudad Saludable y su meta de 6.000 pasos diarios, gestionado principalmente en medios Tier 2. El desafío en esta etapa fue lograr cobertura orgánica en un contexto informativo altamente competitivo. Para ello, se priorizó el ángulo de salud pública y regeneración urbana, evitando una narrativa centrada en la marca.

Una vez instalada la temática, se activó una estrategia de amplificación a través de **paid media en La Tercera**, mediante una **publi nota** orientada a explicar el funcionamiento del desafío y reforzar el llamado a la acción. Esta acción no buscó reemplazar la gestión orgánica, sino complementarla y asegurar alcance masivo en una etapa clave del programa.

En paralelo, se desarrolló un **podcast** transmitido en vivo por la web del medio, donde Pamela Contador fue entrevistada por el periodista Polo Ramírez. Esta instancia permitió profundizar en el propósito del programa y conectar el desafío con hábitos cotidianos, ampliando la conversación hacia públicos interesados en bienestar y sostenibilidad. El espacio generó además una nota digital asociada que extendió su alcance.

A nivel digital, se desarrolló una **estrategia de comunicación multicanal** para amplificar el alcance de Ciudad Saludable y promover la participación de las comunidades. La iniciativa fue difundida a través de las cuentas de Bupa Chile, IntegraMédica, Isapre CruzBlanca, Bupa Seguros, Clínica Bupa Santiago, Clínica Bupa Reñaca, Clínica Bupa Antofagasta y perfiles de líderes C-Level, totalizando 18 publicaciones en Instagram, LinkedIn y Facebook. Además, se desarrolló un **concurso junto a la influencer Catalina Baldor**, donde se sortearon 5 giftcards de Decathlon, ampliando el alcance orgánico y conectando con nuevas audiencias.

Internamente, se activó una **campana para colaboradores** que incluyó 10 comunicaciones vía mail, 15 publicaciones en Workvivo y convocatorias a actividades presenciales. Durante el período se realizaron seis caminatas saludables en distintas ciudades del país como Bicentenario, Quinta Normal, Parque Forestal, Cerro San Cristóbal, Antofagasta y Viña del Mar, convocando a 190 participantes y generando 2.080 descargas adicionales de la aplicación.

A nivel territorial, se desplegaron **activaciones en comunas como La Florida, Maipú, Renca y Antofagasta**, además de presencia en corridas y encuentros ciudadanos. En estos espacios se instalaron stands donde los asistentes pudieron

descargar la aplicación, participar en dinámicas educativas y conocer el impacto urbano del programa. Esta dimensión fue clave para trasladar el desafío desde el entorno digital hacia una experiencia comunitaria tangible.

Bajo ese marco, uno de los principales desafíos de la ejecución fue lograr que la iniciativa no fuera percibida exclusivamente como una acción de marketing ni como una campaña digital apoyada únicamente en paid media.

Para enfrentar esta dificultad, se optó por priorizar contenidos que pudiesen trasladar la conversación a lo orgánico y la presencia en terreno para acercar a las comunidades.

4. Resultados y evaluación

Healthy Cities – Ciudad Saludable 2025 consolidó su posicionamiento como la activación chilena del programa global de sostenibilidad urbana de Bupa, articulando participación ciudadana, bienestar individual e impacto territorial concreto a través de la aplicación Healthy Cities.

Durante septiembre y octubre de 2025, la iniciativa registró un crecimiento del 19% en usuarios respecto de 2024, alcanzando un total de 2.868 participantes que descargaron y utilizaron la app Healthy Cities para registrar su actividad física diaria. En conjunto, acumularon más de 426 millones de pasos, equivalentes a 324.802 kilómetros recorridos y más de ocho vueltas al mundo.

La participación ciudadana se tradujo directamente en impacto urbano en San Bernardo, La Florida, Maipú, Renca, Viña del Mar y Huechuraba, contribuyendo a la recuperación y creación de espacios más saludables, resilientes y sostenibles para las comunidades.

Más allá del alcance cuantitativo, los resultados evidenciaron cambios conductuales medibles. Un 60% de los usuarios declaró que su participación mejoró significativamente su percepción sobre su salud, mientras que un 52% señaló haber incorporado el hábito de caminar diariamente a su rutina.

En el plano digital, la campaña alcanzó más de 1 millón de visualizaciones acumuladas, más de 650 mil cuentas alcanzadas y cerca de 14 mil interacciones totales entre reacciones, comentarios, compartidos y clics. En LinkedIn, las publicaciones registraron tasas de engagement de hasta 18,7%, superando ampliamente los benchmarks habituales de la plataforma.

A nivel interno, la estrategia de comunicaciones permitió movilizar a colaboradores a través de 10 comunicados vía mail y 15 publicaciones en Workvivo, alcanzando en promedio a 418 personas por publicación y generando una tasa de engagement de 4,7%. Asimismo, se realizaron seis caminatas saludables en distintas ciudades del país, convocando a 190 participantes y generando 2.080 descargas adicionales de la app Healthy Cities.

De esta manera, la iniciativa evidenció que la prevención en salud puede articularse con transformación territorial concreta. El programa logró instalar una mirada donde la actividad física cotidiana se vincula con regeneración urbana y resiliencia climática, consolidando un modelo de colaboración que dialoga con desafíos estructurales de salud pública y sostenibilidad en el país.

Resumen de indicadores

Indicador	Resultados
Usuarios totales 2025 (app Healthy Cities)	2.868
Crecimiento vs 2024	+19%
Pasos acumulados	+426 millones
Kilómetros recorridos	324.802
Legados urbanos 2025	6
Alcance en prensa	+1.900.000
Visualizaciones digitales	+1.000.000
Cuentas alcanzadas	+650.000