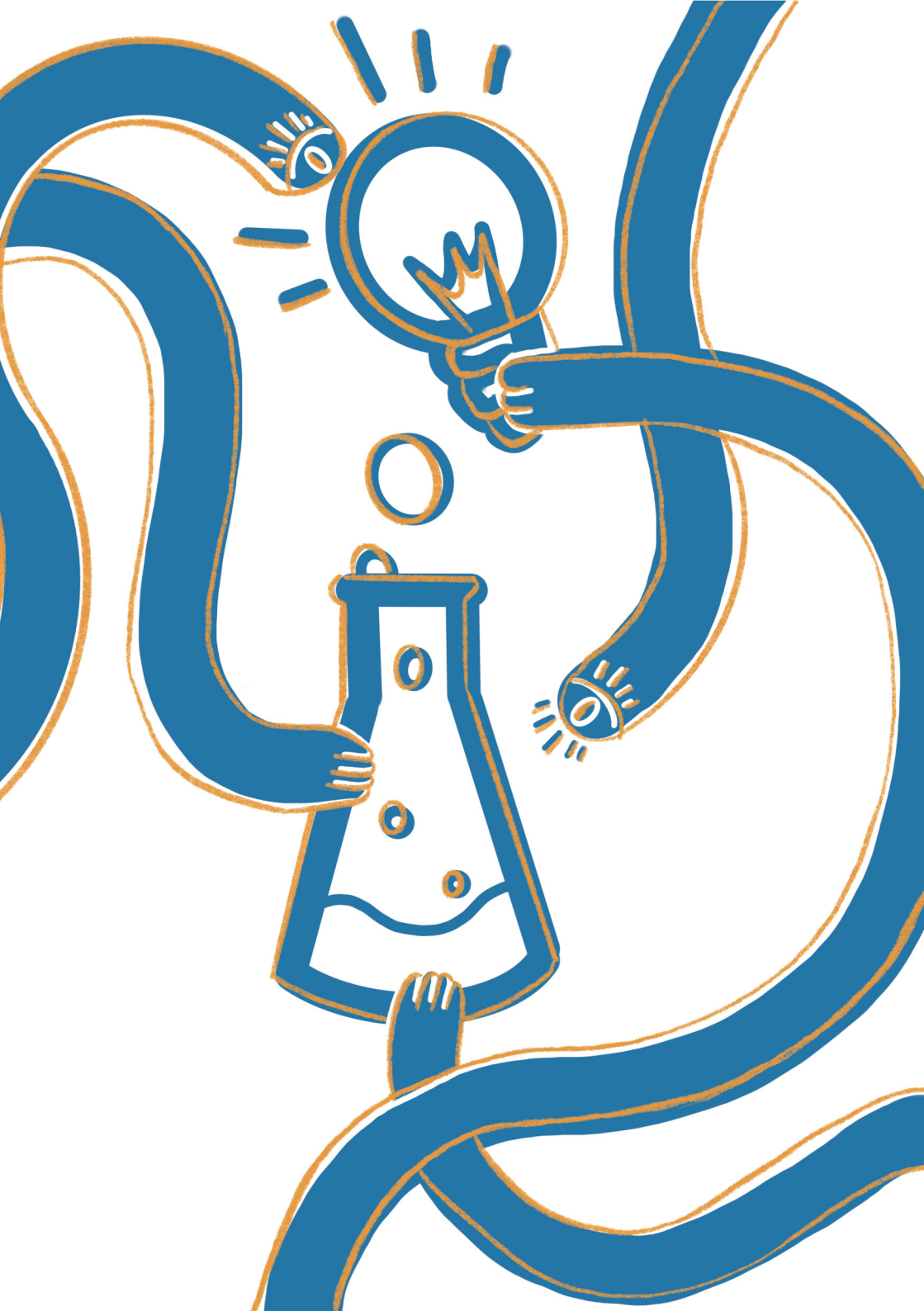


CUADERNILLO 7

**LABORATORIOS
DE INNOVACIÓN
CIUDADANA**



ACTIVANDO ODS

por la salud glocal



Farmamundi, 2025-2026.

Contenidos: Área de Educación y Acción para la Transformación Social de Farmamundi.

Portada, ilustraciones y maquetación: Nuria Olmo.

Queremos dar las gracias de todo corazón a las más de 600 personas que han hecho posible este proceso: colectivos sociales, comunidades educativas, profesionales del ámbito social y sanitario, voluntariado, especialistas e instituciones públicas. Vuestra generosidad y compromiso han sido esenciales para seguir construyendo salud comunitaria y avanzar hacia los ODS.

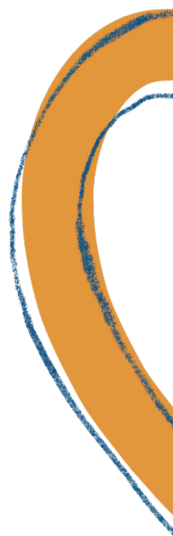
Nuestro reconocimiento más profundo es también para el equipo técnico, por su entrega, sensibilidad y profesionalidad, pero sobre todo por la pasión y humanidad con la que han acompañado cada paso. Gracias por transformar los retos en oportunidades y por ser el corazón de este proyecto.



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO
Y AGENDA 2030

Este kit ha sido realizado por Farmamundi en el marco del proyecto “Activando ODS para la transformación local-global: comunidades propositivas de iniciativas ciudadanas en favor de la Agenda 2030.”, financiado por el Ministerio de Asuntos Sociales Consumo y Agenda 2030. El contenido de esta publicación es responsabilidad exclusiva de Farmamundi. Uso permitido citando la fuente: Farmamundi (2025) *Kit de acción colectiva: construyendo comunidades transformadoras.*



Laboratorios de innovación ciudadana



“Nunca dudes de que un pequeño grupo de personas comprometidas puede cambiar el mundo. De hecho, es lo único que lo ha logrado.”

Margaret Mead (1901-1978)

Un laboratorio de innovación ciudadana es un espacio de co-creación donde la comunidad transforma retos y problemas locales en oportunidades reales creando prototipos para la acción. Más allá de generar soluciones, su propósito es empoderar a quienes participan, fomentando la colaboración y el fortalecimiento del tejido social. Para ello, el design thinking es una metodología clave, ya que permite abordar problemas complejos con un enfoque centrado en las personas.

Los LABIC (Laboratorios de Innovación Ciudadana) tienen su origen en Iberoamérica, específicamente impulsados por la Secretaría General Iberoamericana (SEGIB) en el año 2014. Nacen como una respuesta innovadora para que personas de diferentes países de la región pudieran proponer y desarrollar soluciones concretas a los problemas de sus comunidades, a través de la colaboración y la experimentación colectiva

1. Enfoque del design thinking

La metodología design thinking un modelo ideal para fomentar la creatividad y la solución colaborativa de problemas. Este método tiene una profunda relación con la Universidad de Stanford, donde evolucionó y se consolidó como una referencia mundial.

Los laboratorios de innovación ciudadana utilizan el design thinking porque facilita la creación de espacios de ideación, diseño, experimentación y aprendizaje colaborativo, centrados en las necesidades reales de las personas. El design thinking promueve la empatía, la creatividad y la colaboración multidisciplinaria, permitiendo que ciudadanía y actores clave



trabajen juntos para desarrollar prototipos y soluciones innovadoras a problemas sociales y públicos.

Para que el laboratorio funcione de manera efectiva, es fundamental contar con un equipo facilitador con habilidades en:

- Gestión de proyectos.
- Dinamización de grupos y metodologías participativas.
- Creación de entornos inclusivos donde todas las voces sean escuchadas y valoradas.

El rol del equipo facilitador es motivar la participación, generar confianza y garantizar que el proceso fluya de manera estructurada y eficiente.

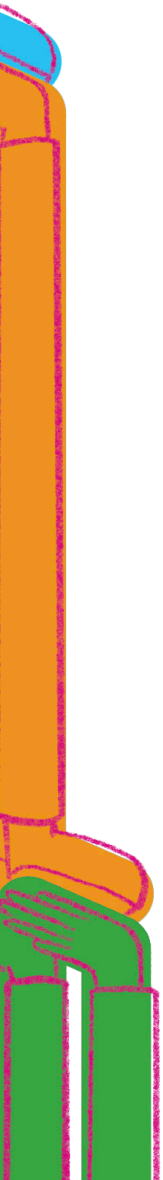
2. Fases de los laboratorios de innovación

Fase 1: planificación y diseño

1.1 Identificación del reto

En un laboratorio de innovación con enfoque comunitario, el punto de partida es definir con claridad el reto o problema que se quiere abordar. Pero no lo define una sola persona, ni se impone desde fuera: se construye desde la escucha y la participación activa de la comunidad.

Este proceso se llama fase de empatía, y es uno de los pilares del enfoque de design thinking. Su objetivo es



comprender bien la realidad de las personas: lo que viven, lo que sienten y lo que necesitan.

¿Quién define el reto?

- El reto no lo decide solo el equipo facilitador, ni debe venir definido de antemano.
- Lo ideal es que surja de un diálogo con la comunidad, especialmente con las personas más afectadas por el problema o situación.
- El papel de quienes facilitan el laboratorio es ayudar a que esas voces se escuchen y se organicen, para llegar a una pregunta compartida.

¿Cómo definimos ese reto? Pasos prácticos

Aquí te dejamos un camino claro y sencillo para llevar a cabo esta fase:

1. escuchar sin suponer

Habla con personas diversas de la comunidad (edades, orígenes, géneros, etc.).

Usa herramientas como:

- entrevistas informales
- caminatas por el barrio
- grupos de conversación o mapas colectivos

Ve preguntando:

- ¿qué cosas les preocupan?

Para saber más sobre Hilary...



The background is a light blue color with large, abstract, organic shapes in a darker blue and orange. In the top left, there is a stylized orange hand with blue outlines, reaching upwards. In the top right, there is a stylized orange eye with blue outlines and radiating lines, looking towards the center. The text is positioned in the upper left quadrant, and a quote is in the middle left. The lower right portion of the page features a sketch of a person's face and neck in orange and white lines.

¡ASÍ ES!

Hilary Cottam, experta en diseño social, propone reinventar el bienestar a través de la colaboración y la participación ciudadana.

En su libro *Radical Help* (2018), plantea que el cambio social no depende solo de la tecnología, sino de fortalecer las relaciones humanas y la co-creación de soluciones.

“Si queremos un cambio real, debemos diseñar sistemas que pongan a las personas y sus relaciones en el centro”.

- ¿qué les gustaría cambiar?
- ¿qué barreras ven?
- ¿qué fortalezas existen?

2. Detectar patrones y causas

Junta toda la información recogida y busca coincidencias:

- ¿qué temas se repiten?
- ¿qué parece afectar a más personas?
- ¿cuáles son causas profundas, más allá de los síntomas?

3. Formular posibles retos

Pasa de los problemas generales a retos en forma de pregunta. Por ejemplo: “mucha gente no va al centro de salud”

- Reto: “¿cómo podemos acercar los servicios de salud a quienes no acceden a ellos?”
- Usa un lenguaje claro y abierto, que invite a pensar soluciones.

4. Validarlo con la comunidad

Antes de seguir, comparte ese reto con otras personas del grupo o comunidad:

- ¿se sienten reflejadas?
- ¿lo entienden?
- ¿quieren trabajar en eso?



5. Ajustar y decidir

Si hay varios temas posibles, se pueden priorizar con dinámicas participativas:

- votación con pegatinas
- semáforo de prioridades
- grupos de afinidad

Os dejamos un ejemplo concreto:

En una comunidad donde muchas personas mayores se sentían solas y aisladas, tras varias conversaciones surgió el reto: *“¿cómo podemos hacer que las personas mayores se sientan acompañadas y valoradas en nuestra comunidad?”* Este reto permitió crear ideas como: redes vecinales, cafés intergeneracionales, y grupos de llamadas de apoyo.

Al final de esta etapa deberíamos tener uno o varios retos bien definidos, estos deberían entonces:

- Reflejar las necesidades y aspiraciones de la comunidad.
- Evitar generalizaciones para facilitar soluciones concretas.
- Alineado con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) y las prioridades locales.

Formulado como una pregunta abierta, que invite a la creatividad y la innovación.

1.2 Identificación de metas

Una vez que el grupo ha definido el reto principal que quiere abordar, el siguiente paso es acordar las metas que se quieren lograr.

Las metas nos ayudan a concretar qué queremos cambiar, mejorar o alcanzar como comunidad. No basta con tener un reto general (por ejemplo, “mejorar el acceso a la salud”), es importante definir qué significa eso en la práctica y cómo sabremos si vamos avanzando.

¿Qué es una meta?

Una meta es un resultado concreto que queremos alcanzar dentro de un tiempo determinado. Ayuda a convertir el reto en pasos claros de acción.

Por ejemplo:

- reto: ¿cómo podemos mejorar el acceso a la salud en nuestro barrio?
- meta: conseguir que al menos 50 vecinas y vecinos participen en un taller mensual sobre prevención en salud durante los próximos 6 meses.

¿Quién decide las metas?

Este paso debe hacerse de forma participativa, idealmente con el equipo motor o comunidad propositiva, es decir, el grupo de personas comprometidas con liderar o acompañar el proceso. También es recomendable contrastar las metas con otras personas o colectivos implicados, para asegurarse de que son realistas y compartidas.

¿Cómo se formulan las metas?

Una forma sencilla de formular metas claras es el método SMART, cuyas letras en inglés señalan las características que toda buena meta debería tener:

Letra/nombre	Definición	Ejemplo
S- Específica	Decir con claridad qué se quiere lograr, evitando formulaciones generales o ambiguas	En lugar de “mejorar la salud del barrio”, plantear “organizar talleres sobre alimentación saludable”.
M- Mediable	Incluir datos o cantidades que permitan comprobar el grado de cumplimiento del objetivo	“Realizar cinco talleres con cincuenta participantes.”
A- Alcanzable	Debe estar dentro de las posibilidades reales de tiempo, recursos y personas disponibles	“Organizar tres actividades con las asociaciones vecinales del distrito.”
R- Relevante	Conectada con el problema identificado y significativa para la comunidad o el proyecto.	“Desarrollar talleres de autocuidado en respuesta a la falta de espacios de bienestar detectada.”
T- Tiempo definido	Establecer un plazo concreto para su realización.	“Desarrollar las actividades en tres meses” o “antes de fin de año.”

Por ejemplo, una meta SMART sería: “organizar tres charlas abiertas sobre salud mental para jóvenes del barrio, con al menos cuarenta participantes, entre julio y septiembre de este año”.

1.3 Selección de actores clave

Una vez que el grupo ha definido con claridad las metas que quiere alcanzar, el siguiente paso es pensar quiénes deberían participar en el proceso. Para que el laboratorio de innovación funcione bien y tenga resultados duraderos, es muy importante contar con la participación de personas y organizaciones diversas.

Entre ellas:

- integrantes de la comunidad.
- asociaciones vecinales, colectivos ciudadanos y cooperativas.
- organismos gubernamentales que pueden facilitar la implementación de soluciones.
- universidades y especialistas que contribuyen con conocimiento y metodologías.

Fase 2: creación de prototipos

El prototipado es una etapa clave dentro del laboratorio de innovación ya que permite materializar los retos y metas en soluciones concretas que pueden probarse y mejorarse con la comunidad. Es un proceso de experimentación continua, donde se aprende y se ajusta lo necesario para que la solución final sea viable y útil.

2.1 Construcción de prototipos con la comunidad

Se crean equipos de trabajo, formados por personas de la comunidad y otros actores clave que han sido seleccionados en la fase anterior. Los grupos de trabajo diseñan modelos funcionales que permiten visualizar y probar sus ideas. Estas ideas pretenden atajar alguno de los retos identificados en la fase anterior y ayudar en la consecución de las metas.

2.2 De la idea a la acción: prototipando soluciones

Una vez que los equipos de trabajo tienen una idea clara, es el momento de darle forma y hacerla realidad. En esta guía se proponen una serie de documentos/plantillas que ayudarán a organizar la información y definir los detalles clave. Estas herramientas ayudarán a los equipos a revisar si las propuestas que han diseñado son viables.

Se presentan varias herramientas útiles en la fase de prototipado:

1. Ideación colectiva

Antes de comenzar a diseñar soluciones, es fundamental ordenar las ideas surgidas en el grupo y priorizar aquellas que tienen más posibilidades de llevarse a cabo y generar



un mayor impacto en la comunidad. Para esto, se puede utilizar una matriz de priorización que permite analizar cada idea según dos criterios principales:

- viabilidad: ¿es posible realizarla con los recursos disponibles?
- impacto: ¿puede mejorar realmente la vida de las personas en la comunidad?

A continuación, se propone una matriz de priorización para facilitar este análisis:

para ello se propone trabajar el anexo: ideación colectiva.

2. Mapa de agentes

Para que una solución funcione, es necesario identificar quiénes pueden participar en ella. Esta herramienta permite reconocer a las personas y entidades clave que pueden contribuir al proceso:

- personas beneficiarias: quienes se verán directamente favorecidas por la solución.
- personas colaboradoras: quienes pueden aportar su tiempo, conocimientos o recursos.
- entidades financiadoras: organizaciones o instituciones que pueden brindar apoyo económico o material.

Para ello se propone trabajar el anexo: mapa de agentes.

3. Mapeo de iniciativas

Antes de comenzar a diseñar la solución, es útil conocer qué iniciativas similares se han realizado previamente. Esta plantilla

ayuda a recopilar información sobre proyectos afines, su impacto y cómo pueden complementar la propuesta. Los datos que se incluyen son:

- nombre y descripción
- contacto o enlace
- ODS relacionados
- a quién beneficia



4. Prototipado 1: diseño inicial

Una vez que la idea ha sido priorizada y se conoce el contexto, llega el momento de concretar la solución que se desea prototipar. Esto se realiza mediante la ficha de Prototipado 1, en la que se definen:

- nombre del proyecto o acción
- objetivos concretos: qué se quiere lograr
- acciones clave: qué pasos se van a dar

Para ello se propone trabajar la ficha de prototipado 1.

5. Prototipado 2: implementación y sostenibilidad

Además, para chequear que la idea de solución planteada por el grupo sea viable y pueda crecer, es importante tener en cuenta otros aspectos clave como:

- cómo se difundirá: redes sociales, eventos, boca a boca...
- qué impacto esperamos y cómo lo mediremos

- qué recursos necesitamos: materiales, herramientas, espacios...
- quiénes formarán el equipo y qué papel tendrá cada persona
- a quién beneficiará directamente
- cuánto costará y cómo podemos financiarlo

Para ello se propone trabajar la ficha de prototipado 2.

Para avanzar en vuestro prototipo, es fundamental aprender a financiar y gestionar tus iniciativas. En el vídeo “Cómo financiar iniciativas comunitarias” de José Gutiérrez, encontrarás ideas prácticas y estrategias concretas para conseguir recursos que impulsen tu prototipo. Desde alternativas de financiamiento colectivo hasta colaboraciones con organizaciones locales.



Fase 3: testeo y evaluación con la comunidad

Para garantizar que los prototipos diseñados por los grupos de trabajo realmente responden a las necesidades de la comunidad, es importante probarlos y recoger opiniones antes de implementarlos a mayor escala.

Este proceso incluye:

3.1. prueba piloto con la comunidad

Consiste en poner en marcha la propuesta a pequeña escala para ver si realmente puede funcionar y qué problemas pueden surgir.

¿Cómo se puede hacer?

- Puedes organizar la prueba dentro de tu grupo o comunidad, con un número reducido de personas.
- También puedes presentar la idea a entidades locales (como ayuntamientos, concejos o asociaciones) para buscar apoyo logístico, permisos o financiación.
- Es posible hacer la prueba en una escuela, centro vecinal, plaza o espacio comunitario, dependiendo del tipo de propuesta.

¿Se prueban todas las ideas del laboratorio?

- No necesariamente. Generalmente se priorizan una o dos soluciones que el grupo considera más viables y con mayor impacto.
- En algunos casos, los demás prototipos pueden quedar guardados para futuras fases.

Ejemplo:

Si se ha diseñado una propuesta para mejorar la alimentación en jóvenes, la prueba piloto podría ser organizar un taller en una escuela o centro juvenil, con una sola sesión y un grupo pequeño.



Comunicar para transformar con Clara Beltrán



Farmamundi Educación
817 suscriptores

Suscribirse

4



Compartir

Descargar

Para potenciar la visibilidad y participación en esta fase, se recomienda complementar la prueba piloto con el vídeo “*Comunicar para transformar*” de Clara Beltrán, donde aprenderás estrategias de comunicación para involucrar a la comunidad, difundir tus acciones y maximizar el impacto de tu prototipo.

3.2. Recoger opiniones y observaciones

Después de probar la solución, es clave escuchar lo que piensan las personas que participaron.

¿Cómo se hace?

- Se pueden usar herramientas sencillas como encuestas breves, entrevistas informales o una conversación grupal después de la actividad.
- También es útil observar cómo interactúan las personas con la propuesta: ¿la entienden?, ¿se sienten cómodas?, ¿qué dificultades surgen?

Ejemplo:

después del taller sobre alimentación saludable, se puede pedir a las y los participantes que respondan tres preguntas en una hoja:

- ¿Qué te gustó?
- ¿Qué mejorarías?
- ¿Qué aprendiste?



3.3. Ajustes y mejoras

Con base en los comentarios recogidos, se hacen cambios para mejorar la propuesta. Este paso es esencial para que la solución final sea más útil, realista y sostenible.

¿Qué tipo de ajustes se pueden hacer?

- Cambiar el formato de la actividad si no fue claro o accesible.
- Incluir a más personas o instituciones si se detecta que se necesita más apoyo.
- Ajustar los recursos necesarios o los tiempos si hubo dificultades en la implementación.

Ejemplo:

Si en la prueba del taller los y las jóvenes dijeron que fue demasiado largo y con mucho texto, se puede rediseñar el contenido con más imágenes y dinámicas participativas.

Recurso práctico:

Plantilla rápida para planificar tu prueba piloto

Para ayudarte a organizar tu prueba piloto, puedes usar esta lista simple:

- ¿Qué vamos a probar? (Describe la idea)
- ¿Quiénes participarán? (Cuántas personas, qué perfiles)
- ¿Dónde lo haremos? (Lugar y fecha)
- ¿Qué necesitamos? (Materiales, permisos, apoyos)
- ¿Quién se encarga de qué? (Responsables y tareas)
- ¿Cómo vamos a recoger opiniones? (Encuesta, charla, observación)

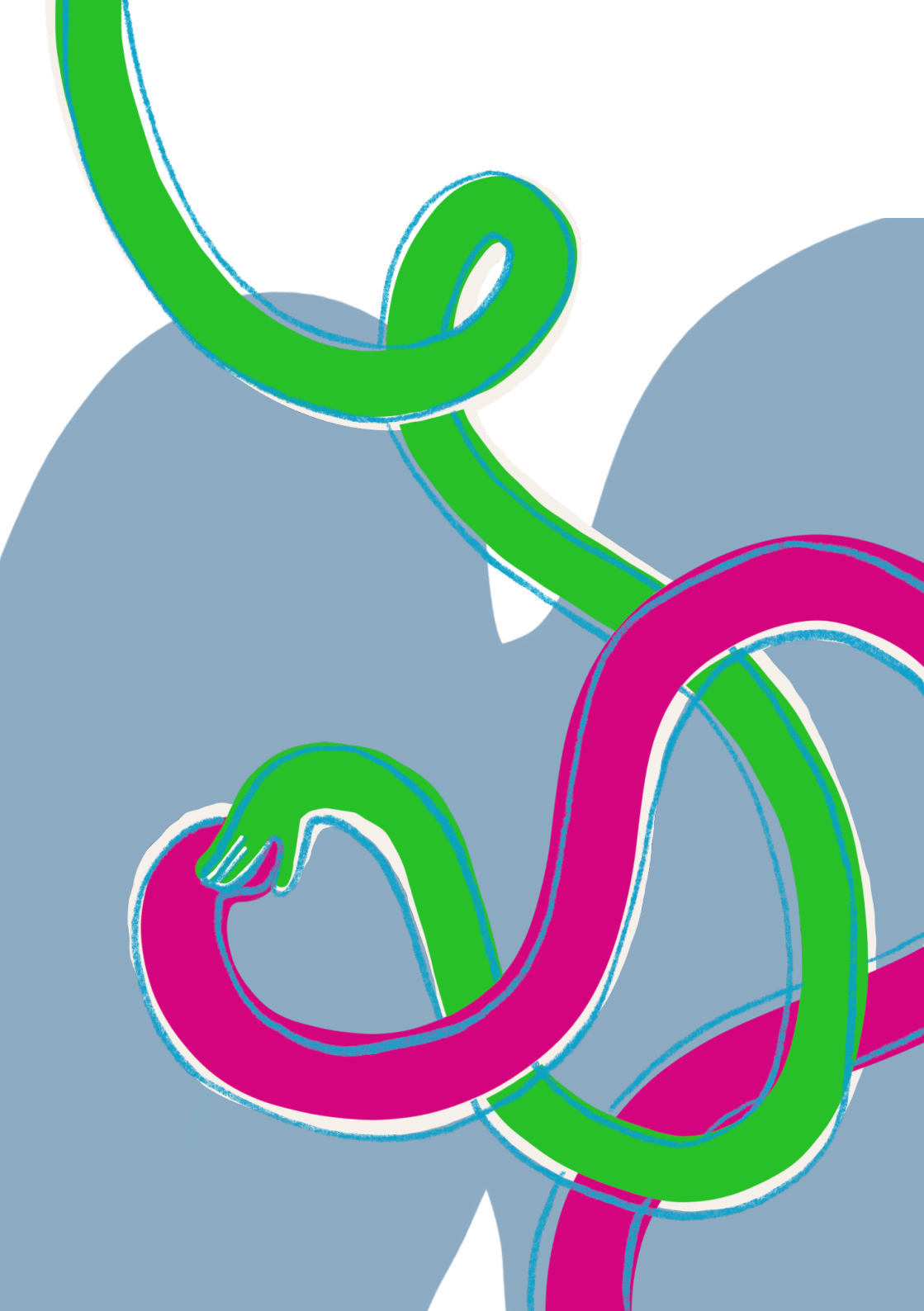
Para conocer experiencias reales de laboratorios creados en diferentes comunidades autónomas, puedes visitar la página de **Activando ODS**. Allí encontrarás iniciativas inspiradoras y aprendizajes que pueden servir como referencia para desarrollar nuevos proyectos.



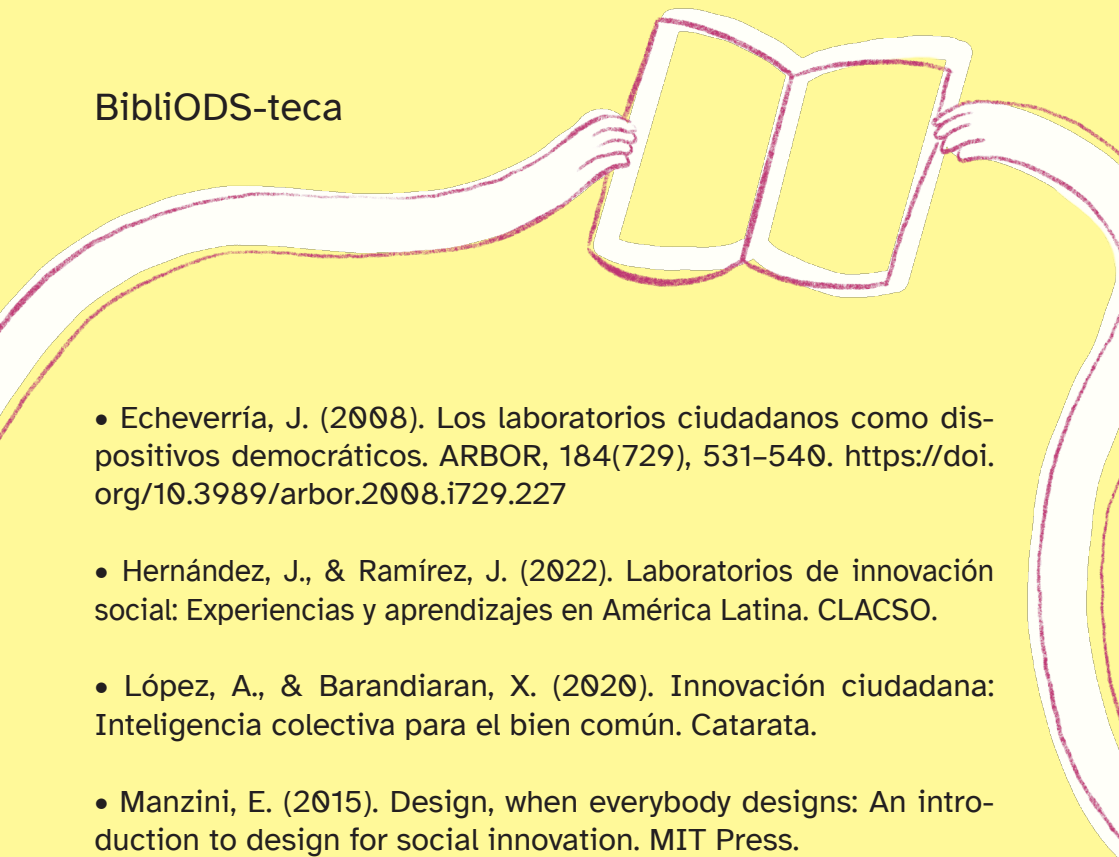
Cuando las personas se organizan para resolver problemas desde la empatía y la creatividad, no solo encuentran soluciones innovadoras, sino que fortalecen el tejido social y promueven una ciudadanía activa y comprometida.

Además, en el siguiente enlace podrás visualizar el vídeo de la experiencia vivida en los diferentes laboratorios de innovación ciudadana desarrollados dentro del programa: **Activando ODS: un proyecto que no deja de crecer.**





BibliODS-teca



- Echeverría, J. (2008). Los laboratorios ciudadanos como dispositivos democráticos. *ARBOR*, 184(729), 531–540. <https://doi.org/10.3989/arbor.2008.i729.227>
- Hernández, J., & Ramírez, J. (2022). Laboratorios de innovación social: Experiencias y aprendizajes en América Latina. CLACSO.
- López, A., & Barandiaran, X. (2020). *Innovación ciudadana: Inteligencia colectiva para el bien común*. Catarata.
- Manzini, E. (2015). *Design, when everybody designs: An introduction to design for social innovation*. MIT Press.
- Mulgan, G. (2019). *Social innovation: How societies find the power to change*. Policy Press.
- Nesta. (2018). *Innovation mapping now: How governments are creating and using better innovation maps*. <https://www.nesta.org.uk/report/innovation-mapping-now/>
- Salazar-Xirinachs, J. M., Nübler, I., & Kozul-Wright, R. (Eds.). (2014). *Transforming economies: Making industrial policy work for growth, jobs and development*. International Labour Organization.
- Scharmer, O. (2016). *Theory U: Leading from the future as it emerges*. Berrett-Koehler Publishers.

- Salud Comunitaria. (s.f.). Blog Salud Comunitaria. <https://salud-comunitaria.wordpress.com/>

- Ministerio de Sanidad. (s.f.). Guía de acción comunitaria para ganar salud. <https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/entornosSaludables/local/estrategia/herramientas/guiaAccionComunitaria.htm>
- Pérez Alonso, E., Cofiño, R., García Blanco, D., & Hernán García, M. (2023). Orientaciones didácticas para la acción comunitaria. Ministerio de Sanidad. https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/entornosSaludables/saludComunitaria/documentosTecnicos/docs/OrientacionesDidacticas_AccionComunitaria.pdf



Impulsa



Financia



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO
Y AGENDA 2030