

# Nocturnidad, ciudades 24 horas y sus efectos socioambientales<sup>1</sup>

NOCTURNITY, 24 HOURS CITIES AND THEIR SOCIO-ENVIRONMENTAL EFFECTS

NOCTURNIDAD, CIDADES 24 HORAS E OS SEUS SOCIAL E AMBIENTAIS EFEITOS

**Jorge Arturo Bolaños-Briceño**

Estudiante de Doctorado en Geografía  
 Universidad Santo Tomás, sede Villavicencio  
 jorgebolanos@usantotomas.edu.co

**Leidy Johana Ariza-Marin**

Estudiante de Doctorado en Geografía  
 Universidad Santo Tomás, sede Villavicencio  
 leidyariza@usantotomas.edu.co

Recibido: 19 de julio 2017

Aprobado: 20 de agosto 2017

<https://doi.org/10.15446/bitacora.v27n3.66450>

## Resumen

La expansión progresiva de las ciudades ha supuesto un aumento de la capacidad urbana para prestar servicios, teniendo como consecuencia el uso de horas nocturnas para el desarrollo de actividades que normalmente tienen lugar en el día. El cambio en las dinámicas sociales y ambientales urbanas que supone el incremento de las actividades nocturnas se constituye en un elemento a considerar en la planificación de las ciudades. Así, invocando los principios de eficiencia y diversidad en el uso del espacio, varias ciudades alrededor del mundo se transforman paulatinamente en ciudades 24 horas.

Este artículo estudia el fenómeno de la espacialidad nocturna urbana a la luz de cuatro elementos que facilitan su comprensión e implicaciones: la idea de las ciudades 24 horas, su relevancia y alcances; las externalidades que desde el punto de vista del bienestar social significa la expansión de las actividades nocturnas; el impacto ambiental del desarrollo de ciudades 24 horas; finalmente se plantea un escenario de planificación urbana adecuada que, además de contemplar la dimensión espacial, se ocupe y realce la importancia de la dimensión temporal, dado que la noche como evento un temporal cíclico incide de manera decisiva en las dinámicas de las urbes.

**Palabras clave:** espacio urbano, planificación urbana, economía nocturna, vida nocturna.

## Abstract

The progressive expansion of cities has meant an increase in the urban capacity to provide services, resulting in the use of night hours for the development of activities that normally take place during the day. The change in the urban social and environmental dynamics that supposes the increase of the nocturnal activities constitutes an element to consider in the planning of the cities. Thus, invoking the principles of efficiency and diversity in the use of space, several cities around the world are gradually transformed into cities 24 hours.

This article studies the phenomenon of urban nocturnal spatiality in the light of four elements that facilitate its understanding and implications: the idea of cities 24 hours, their relevance and scope; the externalities that from the point of view of social welfare mean the expansion of nocturnal activities; the environmental impact of the development of cities 24 hours; Finally, an adequate urban planning scenario is proposed which, in addition to contemplating the spatial dimension, occupies and emphasizes the importance of the temporal dimension, since the night as an event a cyclical storm has a decisive influence on the dynamics of the cities.

**Key words:** urban space, urban planning, night economy, nightlife.

## Resumo

A expansão progressiva das cidades significou um aumento na capacidade urbana de prestação de serviços, resultando no uso de horas noturnas para o desenvolvimento de atividades que normalmente ocorrem durante o dia. A mudança na dinâmica social e ambiental urbana que supõe o aumento das atividades noturnas constitui um elemento a ter em conta no planejamento das cidades. Assim, invocando os princípios de eficiência e diversidade no uso do espaço, várias cidades ao redor do mundo são gradualmente transformadas em cidades 24 horas.

Este artigo estuda o fenômeno da espacialidade noturna urbana à luz de quatro elementos que facilitam sua compreensão e implicações: a idéia das cidades 24 horas, sua relevância e alcance; as externalidades que, do ponto de vista do bem-estar social, significam a expansão das atividades noturnas; o impacto ambiental do desenvolvimento das cidades 24 horas; Finalmente, propõe-se um cenário de planejamento urbano adequado que, além de contemplar a dimensão espacial, ocupa e enfatiza a importância da dimensão temporal, uma vez que a noite como evento uma tempestade cíclica tem influência decisiva sobre a dinâmica das cidades.

**Palavras-chave:** espaço urbano, planejamento urbano, economia noite, vida noturna.

<sup>1</sup> Artículo de reflexión resultado del trabajo final presentado en el Seminario de investigación del programa de Doctorado en Geografía. Convenio Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia-Instituto Geográfico Agustín Codazzi, 2017.

## Ciudades 24 horas: la conquista de la noche

Con el advenimiento de la luz eléctrica se hizo posible la conquista de la noche, en adelante, las actividades en el espacio público no dependerían del sol. Entonces, cuando el cielo se oscureciera, no sería un presagio de retiro al hogar, sino un nuevo impulso vital a las calles iluminadas que serían el escenario perfecto para la aparición de lugares como Broadway en Estados Unidos, y otros sitios nocturnos emblemáticos alrededor del mundo en ciudades como Las Vegas, París y Berlín. Así, ninguna ciudad del siglo XX podía declararse como glamurosa y cosmopolita sin una vigorosa vida nocturna (Tuan, 2013). A partir de ese momento, el mundo moderno y, en particular, las ciudades se encuentran frente a un nuevo reto: ajustar las actividades humanas a la capacidad lumínica que las tecnologías proporcionan. Se trata del prelude hacia una propuesta concreta de ciudades 24 horas.

Desde el punto de vista de la productividad y de la activación del espacio público nocturno, las ocupaciones y labores que se desarrollan en este horario ofrecen una alternativa interesante como respuesta a la modernización de las ciudades hacia un modelo de ciudades 24 horas. En ese sentido, la idea o concepto de las ciudades 24 horas ha sido empleado por varios planificadores urbanos y tomadores de decisiones para referirse al uso mixto del suelo en horas nocturnas, que incorpora la proximidad de sectores comerciales, residenciales y de entretenimiento en los centros de la ciudad. El concepto evoca una dinámica y vitalidad que sugieren la coexistencia armónica de sectores habitualmente considerados incompatibles (Adams, et al., 2007).

De la misma forma, la existencia de las ciudades 24 horas se apoya en la idea de que la atmósfera nocturna adecuada conduce a un sentido de pertenencia localizado (Seijas, 2017). Así, aunque persista el estigma de la noche percibida como un espacio de temores y de placeres, otras actividades y discursos vienen a replantear la forma en que la ciudad nocturna es entendida e imaginada (Roberts y Eldridge, 2009). De este modo, surgen enfoques de planificación urbana que incorporan la necesidad de proveer múltiples tipos de servicios en horarios continuos que, en espacios mixtos como los centros de las ciudades, permitan satisfacer necesidades sociales con mayor facilidad y capacidad de cobertura (Cooper, Evans, y Boyko, 2009).

En la noche, la oferta de espacios colectivos se reduce debido a la finalización de actividades en espacios públicos como negocios, estaciones de buses, iglesias y parques. Entre más avanzada está la noche, más se fortalecen las diferencias de tipo centro periferia en términos de iluminación y servicios. Entonces, se plantea la necesidad de abordar la idea de equidad urbana, relacionada con la calidad y la cantidad de bienes y servicios provistos en diferentes etapas del día. Así, una ciudadanía nocturna que promueve los derechos de todos en el tiempo y en el espacio se articula con un derecho a la ciudad que no se limita al día, sino que existe para la totalidad del espacio público y en cualquier horario (Gwiazdzinski, 2014).

**Jorge Arturo  
Bolaños-Briceño**

**Leidy Johana  
Ariza-Marin**

Los autores son economistas, Magísters en Gestión Ambiental Sostenible y estudiantes del Doctorado en Geografía del Convenio Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia-Instituto Geográfico Agustín Codazzi. Docentes de la Facultad de Ingeniería Ambiental de la Universidad Santo Tomás, sede Villavicencio. Han trabajado en temas como valoración de recursos naturales, conflictos socioambientales y estrategias de adaptación de comunidades al cambio climático

De ese modo, es posible identificar múltiples beneficios del enfoque del uso del espacio relacionados con la generación de nuevas fuentes de empleo e ingresos para las ciudades con la revitalización del espacio público en la medida en que se habilitan espacios que luego de cierta hora suelen quedar en desuso, con la mejora en la percepción de la seguridad, asociada a la presencia de gente en las calles, con la consolidación de la ciudad como atractivo turístico y, finalmente, con un mayor sentido de pertenencia de sus habitantes (Seijas, 2015).

En países como Reino Unido, Holanda y Australia se han realizado estudios que, por un lado, examinan la importancia de la noche como un espacio de convivencia e intercambio para personas de todas las edades, géneros y culturas. De otro lado, analizan el valor económico de la noche, es decir, las políticas que sirven para regular este espacio temporal de manera que se generen más empleos e ingresos para las ciudades, se revitalicen las áreas urbanas como centros históricos y se promueva el turismo local. En Reino Unido, por ejemplo, se estima que la economía nocturna provee 1.3 millones de empleos, lo cual está alrededor del 8% de la capacidad productiva de esa nación (Seijas, 2016).

Políticas y estrategias encaminadas a la creación de estos espacios han sido formuladas partiendo de la premisa de que una calle que está llena de gente se siente y se percibe mucho más segura que una calle vacía. Por ejemplo, en ciudades como Ámsterdam existen experimentos regulatorios en los que, mediante la implementación de licencias 24 horas, se lograron objetivos de flexibilidad y funcionalidad para la ciudad. Al flexibilizar el horario de cierre de los establecimientos nocturnos se evita que todas las personas confluyan a la calle simultáneamente, reduciendo problemas como ruidos, ruido o aglomeración alrededor de opciones de transporte público. Así mismo, las licencias 24 horas otorgadas a aquellos establecimientos que cumplen con ciertos estándares de calidad permiten la reutilización de espacios durante el día, por ejemplo, un mismo local puede utilizarse como un centro comunitario durante el día y, de noche, convertirse en una sala de conciertos. Este modelo que ha sido replicado en Toulouse y Londres incluye, además, la vinculación de grupos de vecinos, asociaciones y alianzas en un nuevo modelo de gobernanza (Seijas, 2016).

## Aprovechar la noche: el costo social del mundo nocturno

La propuesta de acondicionar las ciudades al desarrollo de actividades nocturnas plantea un reto en términos del instinto humano de evitar los espacios de oscuridad, teniendo en cuenta que se asocian a lo desconocido y, en particular, a la incertidumbre. Además, la idea del tiempo comienza a tener un papel preponderante en el entorno social. Demasiada conciencia del tiempo es causa de tensiones y estrés en la sociedad contemporánea, sus sueños generalmente se ocupan más del tiempo que del espacio: las personas sueñan perdiendo un vuelo o un tren, y se despiertan aterrados. El mundo occidental sufre la carga del logro de las metas personales,

basado en la idea del tiempo como una flecha que apunta hacia plazos que deben cumplirse en el futuro (Tuan, 1979).

Adicionalmente, se trata de enfrentar el miedo, un miedo que se fundamenta en la percepción de un mundo nocturno en el que debería evitarse el tránsito por lugares públicos, toda vez que está habitado por individuos asociados a la delincuencia, los malos hábitos o la promiscuidad.

Hasta hace menos de dos siglos, la noche era un receptáculo de terrores, portentos malignos y violencia, un área desaconsejable donde mandaban los criminales, los duendes y otras fuerzas oscuras, un lapso en el que la gente respetuosa de la ley echaba cerrojo a la puerta y, con una sola vela, se apretujaba en torno al fuego antes de irse a la cama [...] Los primeros habitantes de la noche eran proscritos, solitarios, delincuentes, gente que por la razón que fuese se sentía incomoda en el mundo normal y tenía poco que perder (Álvarez, 1997).

Con el paso del tiempo, las mejoras tecnológicas en términos de iluminación e infraestructura habilitaron a las ciudades para el establecimiento de una economía nocturna (NTE por sus siglas en inglés). La NTE hace parte de un fenómeno más amplio que ha experimentado una gran expansión en años recientes, una economía urbana del entretenimiento que se integra en una red compleja de negocios que incluyen casinos, clubes de desnudistas, clubes nocturnos, bares y restaurantes inspirados en el control corporativo predicado bajo la ideología neoliberal, cuya búsqueda intensa de beneficios económicos comercializa el espacio público en detrimento del desarrollo local (Oliver, 2014).

La racionalidad detrás de un renacimiento urbano donde los centros de las ciudades son imaginados como lugares seguros para consumir y vivir compite con las narrativas de violencia y alcohol usualmente conexas con la vida nocturna (van Liempt, van Aalst y Schwanen, 2015). Una racionalidad que se vincula a las estrategias de intervención de los espacios nocturnos de las ciudades en nombre del bienestar y de la competitividad que se refuerzan entre sí: la violencia y el desorden podrían ser legitimados en aras del bienestar y competitividad de las ciudades (Eldridge, 2010).

En el análisis de la expansión de la economía nocturna desde la perspectiva de la sociología y la criminología, el consumo alto de alcohol en los bares se enmarca en el contexto de un Estado neoliberal que combina políticas amigables para los expendios de licor con una sociedad consumista (Roberts, 2015), reforzando la idea de las actividades de la noche como escenarios propicios para la degradación del tejido social.

Así, se plantean discusiones sobre la conveniencia de la existencia del entretenimiento nocturno, y su relación con la explotación y violencia de género. Por ejemplo, se argumenta que los clubes nocturnos de desnudistas son una forma de violencia contra las mujeres, reflejando la profunda misoginia inmersa en una industria patriarcal. Además, se trata de trabajadoras que desempeñan roles sumisos para cumplir fantasías masculinas, afectando sus identidades físicas y psicológicas (Hubbard y Colosi, 2015). En ese

sentido, la capacidad de la NTE para generar empleo y mejorar la calidad de vida de las personas se ve opacada por la naturaleza de los oficios que se desarrollan tradicionalmente en la noche.

La inclinación a mitigar el crimen es particularmente fuerte en el contexto de la economía nocturna, dado que suele asociarse con juega, vandalismo y desorden que rodean la vida nocturna urbana. Las estrategias más comunes para que los gobiernos municipales puedan reducir la criminalidad y regular la economía nocturna han sido la vigilancia en video, el incremento de la presencia policiaca, la seguridad privada, la definición de zonas de tolerancia, así como el mejoramiento de la estética e iluminación urbanas (Brands, van Aalst y Schwanen, 2015). En consecuencia, se expone el hecho de que la calidad de vida en las ciudades podría ser coartada por las iniciativas empresariales que promueven la industria del entretenimiento nocturno.

En este contexto, la calidad de vida puede referirse al estado de bienestar social de individuos o grupos, ya sea percibido o identificado por indicadores observables, que se traduce en el grado en el que se suplen las necesidades de una población (Ngesan y Karim, 2012). Se trata entonces de una condición que puede obedecer a situaciones reales o a simples percepciones de la sociedad, de ahí que todos los fenómenos negativos asociados a las actividades nocturnas redundan en una disminución de la calidad de vida o, al menos, así lo perciben las personas.

## El costo ambiental de un mundo iluminado

El ambiente y su connotación de interacción entre la sociedad, los sistemas productivos y los recursos naturales que los alimentan se presenta como un receptor de las externalidades negativas que implica la producción masiva de luz. Desde la antigua cacería de ballenas para alimentar lámparas con su aceite, hasta la construcción de grandes infraestructuras para la generación eléctrica, es notable la capacidad humana para afectar los ecosistemas en aras de ofrecer ciudades más iluminadas. Una de las afectaciones más evidentes, como resultado de la intensa iluminación urbana, es la contaminación lumínica, la cual se entiende como el uso excesivo, mal dirigido o artificialmente molesto de luz exterior que tiene como consecuencias: la reducción de la luz estelar en el cielo nocturno con una fuerte interferencia para la investigación astronómica, la disrupción en los ecosistemas, los efectos adversos en la salud humana y el desperdicio de energía (Globe at Night, 2017).

Numerosos en estudios de ecología animal han demostrado los efectos de luz artificial en diferentes grupos taxonómicos. Es así como se afirma que dicha luz probablemente suprime la producción de melatonina por la glándula pineal, interrumpiendo los ritmos circadianos, cuya principal función es la transferencia de señales de luz y oscuridad a las células, tejidos y órganos de los mamíferos (Haim y Portnov, 2013). Otros estudios se han ocupado de examinar los efectos de la luz artificial nocturna en especies como aves, murciélagos, tortugas e insectos. Por ejemplo, algu-

nas especies de murciélagos se benefician de la aglomeración de insectos cerca de las fuentes de luz, mientras los insectos están confundidos por la iluminación dado que usualmente se orientan en la noche tomando como referencia la luna y las estrellas. Esto significa que los insectos no solo mueren exhaustos por el vuelo sin cesar alrededor de las fuentes de luz o al convertirse en presas más fáciles para sus depredadores, sino que sus hábitos alimenticios y biorritmo se ven fuertemente perturbados (Henckel, et al., 2013).

La luz artificial también ha sido asociada con varios problemas de salud humana. Cáncer, insomnio, depresión, afecciones cardiovasculares y hasta obesidad se encuentran relacionados con la exposición a este tipo de fuentes lumínicas (Fonken, et al., 2010). Un estudio realizado en 2009 examinó la conexión entre tipos de cáncer y contaminación lumínica. Los investigadores mapearon incidentes de cáncer de mama en un área específica de Israel y compararon sus resultados con imágenes satelitales de contaminación lumínica, encontrando una conexión estadísticamente relevante entre los dos fenómenos (Chepesiuk, 2009). No obstante, estos hallazgos deben observarse de forma crítica, teniendo en cuenta que la causa principal de la contaminación lumínica es el crecimiento económico y la prosperidad. Usualmente, el acceso a mayores recursos impulsa cambios en el estilo de vida, que podrían explicar el incremento de los casos de cáncer.

Los efectos de la contaminación lumínica en la salud humana también se manifiestan en la modificación de los ritmos circadianos. En ese sentido,

el ciclo de producción de melatonina se retrasa porque en todas nuestras ciudades tenemos una iluminación brutal. En la calle, en casa, tener la televisión encendida hasta tarde, todo eso bloquea la producción de melatonina. Generar menos melatonina y más tarde de lo que debemos, provoca que se desajuste nuestro reloj biológico y por tanto la sincronización en el funcionamiento de nuestro organismo (Estevez, 2015).

De otro lado, la capacidad de observación del cielo nocturno se ve obstaculizada por efectos de la irradiancia lumínica, magnitud que se utiliza para medir la potencia de iluminación por unidad de área. La irradiancia lumínica excesiva supone una dificultad para el empleo de los instrumentos de observación astronómica y el declive del placer estético que la apreciación de la bóveda celeste ofrece a los habitantes de la ciudad. La espacialización de la irradiancia lumínica a escala global se presenta en la Tabla 1, donde se muestran en orden descendente los países que generan mayor contaminación lumínica.

De acuerdo con lo observado, la capacidad productiva de cada uno de los países mencionados en la tabla se asocia con su generación de contaminación lumínica y, en ese sentido, como sucede con la producción de dióxido de carbono, la contaminación lumínica bien puede guardar una estrecha relación con el Producto Interno Bruto de cada país. Entonces, es pertinente analizar la correlación entre crecimiento económico e irradiancia lumínica y sus efectos adversos sobre el bienestar humano, lo que se convertiría en una de las desventajas de la existencia de ciudades 24 horas.

Tabla 1. Ranking en 2016 de la irradiancia lumínica por países

País	Población	Área (km²)	Irradiancia lumínica (W/m²)	PIB (Millones USD)	Puesto en el ranking mundial PIB
Estados Unidos	320.050.716	10.366.104,1	50.832.432	18.561.934	1
Canadá	35.181.704	12.764.781,2	49.826.616	1.532.343	10
Rusia	142.833.689	18.310.431,2	39.683.470	1.267.754	12
China	1.385.566.537	9.753.004,9	19.976.843	11.391.619	2
India	1.252.139.596	3.439.402,8	11.841.747	2.250.987	7
Brasil	205.361.925	8.732.227,2	10.874.556	1.769.601	9
Arabia Saudí	28.828.870	2.048.615,4	8.775.811	637.785	20

Fuente: elaboración propia a partir de Lightpollutionmap.info (2017).

## El reto para la gestión urbana: planificación para 24 horas

Uno de los retos que enfrentan los planeadores urbanos y políticos en las ciudades modernas es el de equilibrar el aumento de la población urbana, y su creciente demanda de movilidad y prosperidad económica con la necesidad de proteger el medio ambiente y proveer una calidad de vida aceptable para todos los ciudadanos. Para ello, se plantean diversas estrategias que incluyen el uso alternativo de medios de transporte, la rehabilitación de espacios multipropósito en áreas como el centro urbano, así como la posibilidad de prestar servicios 24 horas que permitan brindar mayores y mejores alternativas de uso del espacio.

En este escenario, en la noche, cuando la seguridad ciudadana se percibe más débil, es necesario implementar condiciones que refuercen el tejido social y privilegien la presencia de gente en las calles. Aun cuando espacios diurnos y nocturnos compartan la misma área física, una diferencia crucial es que la oscuridad afecta la experiencia sensorial, pero también difieren en sus procesos y funciones. Cuando cae la noche, actividades comerciales diurnas dan paso a bares, clubes y restaurantes. Además, existe evidencia que soporta el discurso de la idoneidad de las áreas de vida nocturna como escenarios de crimen, rebelión y comportamientos atípicos (Brands, van Aalst y Schwanen, 2015). De ahí que se destaque la importancia del estudio de la espacialidad de la actividad nocturna como un insumo en la promoción de la seguridad ciudadana.

Asimismo, se plantea un reto en materia de la planeación de las ciudades toda vez que se requieren aproximaciones adecuadas a los cambios que suscitan las actividades y ocupaciones propias de la noche. Por ejemplo, el cronourbanismo, entendido como los métodos y herramientas de una planificación espacio temporal en diferentes escalas del tejido urbano (Gwiazdzinski, 2015), expone una alternativa plausible ante las disparidades que presenta una planificación con una inclinación marcadamente espacial, en la cual el elemento temporal está ausente.

Ahora, es importante enunciar algunos factores que deben considerarse en los procesos de planificación, de modo que se logre una

evolución hacia las ciudades 24 horas. Entre estos se encuentran la diversidad demográfica y económica, el empleo, las oportunidades de vivienda y diversidad de las mismas, una amplia oferta de bienes y servicios, transporte disponible (tanto público como privado), seguridad pública y una variedad de servicios culturales tendientes a mejorar la calidad de vida, incluyendo las artes y los espacios recreativos, restaurantes y bares, así como farmacias, entre otros (Kelly, 2016).

Si bien se propone que inicialmente se concentren las iniciativas en los centros urbanos, el robustecimiento de estos centros de mercado contribuye a que los atributos de las ciudades 24 horas se conviertan en dinamizadores del crecimiento económico regional y, por lo tanto, en impulsores de progreso en las zonas suburbanas que les rodean.

## Consideraciones finales

La idea de las ciudades 24 horas surge como una oportunidad para enfrentar algunas de las problemáticas que aquejan a las ciudades modernas. Temas como la congestión vehicular, los largos periodos de desplazamiento, la escasez de oportunidades laborales y el poco tiempo con que cuentan las personas para realizar actividades recreativas o culturales son algunos de los aspectos que podrían mejorar en la medida en que se disponga de más tiempo disponible para disfrutar del espacio urbano.

Algunas de las inquietudes que surgen al respecto están asociadas a asuntos de seguridad, bienestar social y calidad ambiental, considerando los efectos que una mayor demanda eléctrica puede tener sobre los ecosistemas y los seres humanos, así como las externalidades negativas que generaría una dinámica nocturna mayor en términos de contaminación auditiva, pero también de proliferación de actividades de ocio que pueden catalogarse como inapropiadas. No obstante, la planificación adecuada conduciría a minimizar dichas afectaciones, contribuyendo a la consolidación de ciudades 24 horas.

Lo que se imagina como la ciudad 24 horas no se refiere solamente a las grandes urbes como Nueva York, Londres, Berlín o Tokio que

ofrecen una gama diversa de opciones como bares, restaurantes, karaokes y discotecas que abren hasta la madrugada. La noción del concepto de ciudad 24 horas aplica a urbes de todo tamaño y en cualquier latitud, pues se refiere a entender la importancia de la noche como un espacio temporal que, al igual que el día, debe ser estudiado a la luz de políticas públicas para regular de forma eficiente y justa no solamente a los que salen a divertirse, sino a aquellos que trabajan en el horario nocturno.

Por último, este tipo de ciudades surgen como una oportunidad que debe gestionarse de manera apropiada, incluyendo su desarrollo en la planificación urbana de mediano y largo plazo, incorporando como elemento fundamental la dimensión de gobernanza, de modo que las actividades 24 horas surjan y se consoliden de forma organizada, toda vez que las externalidades negativas que estas puedan generar se verían reforzadas en la medida en que su auge suceda de manera aleatoria e improvisada.

## Bibliografía

- ADAMS, M., et al. (2007). "The 24-hour city: residents' sensorial experiences". *The Senses & Society*, 2 (2): 201-216.
- ÁLVAREZ, A. (1997). *La noche: una exploración de la vida nocturna, el lenguaje nocturno, el dormir y el soñar*. Madrid: Anaya y Mario Muchnik.
- BRANDS, J., VAN AALST, I. y SCHWANEN, T. (2015). "Safety, surveillance and policing in the night-time economy: (re)turning to numbers". *Geoforum*, 62: 24-37.
- CHEPESIUK, R. (2009). "Missing the dark: health effects of light pollution". *Environmental Health Perspectives*, 117 (1): 20-27.
- COOPER, R., EVANS, G. y BOYKO, C. (2009). *Designing sustainable cities*. Oxford: Blackwell.
- ESTEVEZ, A. (2015). *La melatonina es la hormona de la oscuridad*. Consultado en: <http://www.efesalud.com/melatonina-la-hormona-de-la-oscuridad/>
- ELDRIDGE, A. (2010). "Public panics: problematic bodies in social space". *Emotion, Space and Society*, 3 (1): 40-44.
- FONKEN, L. K., et al. (2010). "Light at night increases time of food intake body mass by shifting the time of food in take". *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 107 (43): 18664-18669.
- GLOBE AT NIGHT. (2017). *What is light pollution?* Consultado en: <https://www.globeatnight.org/light-pollution.php>
- GWIAZDZINSKI, L. (2015). "The urban night: a space time for innovation and sustainable development". Artículo. *Journal of Urban Research*. Consultado en: <https://articulo.revues.org/3140>
- GWIAZDZINSKI, L. (2014). "Pleading for the right to the city's night". *Invisíveis Produções*, 204-219. Consultado en: <https://halshs.archives-ouvertes.fr/halshs-01247740/document>
- HAIM, A. y PORTNOV, B. A. (2013). *Light pollution as a new risk factor for human breast and prostate*. New York: Springer.
- HENCKEL, D., et al. (2013). *Space-time design of the public city*. New York: Springer.
- HUBBARD, P. y COLOSI, R. (2015). "Respectability, morality and disgust in the night-time economy: exploring reactions to "lap dance" clubs in England and Wales". *The Sociological Review*, 63: 782-800.
- KELLY, H. F. (2016). *24-hour cities: real investment performance, not just promises*. New York: Routledge.
- LIGHTPOLLUTIONMAP.INFO. (2017). *Light pollution map*. Consultado en: <https://www.lightpollution-map.info/#zoom=4&lat=5759860&lon=1619364&layers=BoTFFFFF>
- NGESAN, M. R. y KARIM, H. A. (2012). "Impact of night commercial activities towards quality of life of urban residents". *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 35: 546-555.
- OLIVER, S. (2014). *Contemporary adulthood and the night-time economy*. London: Palgrave Macmillan.
- ROBERTS, M. (2015). "A big night out: young people's drinking, social practice and spatial experience in the "liminoid" zones of English night-time cities". *Urban Studies*, 52 (3): 571-588.
- ROBERTS, M. y ELDRIDGE, A. (2009). *Planning the night-time city*. New York: Routledge.
- SEIJAS, A. (2017). *Estudios nocturnos*. Consultado en: <http://www.andreinaseijas.com/estudios-nocturnos/>
- SEIJAS, A. (2016). *La noche como oportunidad de revitalización urbana en América Latina*. Consultado en: <https://www.youtube.com/watch?v=a05hCULiQ9k>
- SEIJAS, A. (2015). "5 benefits of 24-hour cities". *Ciudades sostenibles. Blog*. Consultado en: <https://blogs.iadb.org/ciudadessostenibles/2015/03/23/24-hour-cities/>
- TUAN, Y. (2013). *Romantic geography: in search of the sublime landscape*. Madison: The University of Wisconsin Press.
- TUAN, Y. (1979). *Landscapes of fear*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- VAN LIEMPT, I., VAN AALST, I. y SCHWANEN, T. (2015). "Introduction: geographies of the urban night". *Urban Studies*, 52 (3): 407-421.