

1
2008

Cambio climático

En nuestro país las enfermedades infecciosas y parasitarias, respiratorias, dermatológicas o relacionadas con la infancia podrían verse potenciadas en los próximos años por el cambio climático y, de forma general, por factores medioambientales. A la vez, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha significado el papel de los profesionales de la salud al frente de la lucha contra las repercusiones del calentamiento global. Para dar con la verdadera medida de este reto, la propia OMS ha declarado la salud medioambiental pediátrica y la contaminación atmosférica como algunos de los principales retos sanitarios para este siglo.

Las personas expertas en salud coinciden: se hacen necesarias campañas informativas y preventivas, de detección precoz, crear nuevas unidades clínicas específicas de salud medioambiental, coordinar esfuerzos y políticas que cuenten efectivamente con los profesionales de la salud, formar, mejorar diagnósticos y tratamientos, informar con transparencia a la población, concienciar también a la industria, modificar estilos de vida y educar en prevención para, como meta final, invertir el proceso actual, algo que sólo será posible desde el reconocimiento oficial de los riesgos derivados del calentamiento global.

Avalado por el panel de expertos que han participado en la GUÍA ABIERTA DE HÁBITOS SALUDABLES, editada por el Colegio Oficial de Médicos de la Provincia de Cádiz, la Diputación Provincial y el Ayuntamiento de Cádiz, con motivo del Día Mundial del Medio Ambiente.



Excmo. Colegio Oficial de Médicos
de la Provincia de Cádiz



Excma. Diputación Provincial
de Cádiz



Ayuntamiento de Cádiz

Excmo. Ayuntamiento de Cádiz

Cuida el
medio ambiente,
empieza por tu salud

5-junio **DÍA MUNDIAL DEL MEDIO AMBIENTE**



Los cambios en la temperatura, la humedad, la pluviosidad y el aumento de los niveles marinos pueden originar la emergencia o reemergencia de muchas enfermedades infecciosas. España es un país en el que este tipo de enfermedades podrían verse potenciadas por el cambio climático.

La sobrealimentación, la vida sedentaria, el consumo de tabaco o drogas, la obesidad, diabetes, hipertensión arterial y el aumento del colesterol o los triglicéridos suponen un alto riesgo para nuestro sistema cardiovascular. Sigue una dieta rica en frutas, verduras, legumbres, pescado, aceite de oliva y no abusos de la bollería industrial, platos precocinados, comida rápida ni de las carnes rojas, embutidos, y huevos. Es aconsejable consumir leche desnatada o semidesnatada y carnes de pollo (sin piel) o pavo en lugar de ternera.

El cáncer de piel es el que más relación guarda con el medio ambiente y en particular con la exposición al sol. Se calcula que en este siglo aumentará al menos un 20 ó 30%. El cambio climático ocasionará un incremento de 30-60 días de sol al año y un aumento de las temperaturas entre 3 y 6 grados. Reducir la exposición a los rayos solares y acudir al dermatólogo ayuda a prevenir.

Aumenta la fotoprotección y reduce la exposición a los rayos solares

Es fundamental desarrollar programas de vigilancia y control

Sigue una dieta equilibrada y camina al menos 30 minutos diarios

Evita en lo posible el uso del vehículo privado en favor del transporte público en los centros urbanos

Haz un uso eficaz y responsable de la energía que consumes

La infancia es más susceptible a las amenazas medio ambientales y tiene una exposición relativamente más alta a los contaminantes porque su organismo está en pleno desarrollo y presenta cambios rápidos en su crecimiento. La población infantil, que representa sólo una cuarta parte de la población mundial, padece la mitad de todos los casos de asma y enfermedades respiratorias relacionadas con la contaminación ambiental.

Evita las áreas con marcada contaminación ambiental. No fumes ni permanezcas en ambientes contaminados por el tabaco

Se hace preciso acercar la educación y la promoción de la salud a la infancia

