



Ambiente y Salud

Salud Ambiental: Está relacionada con todos los factores físicos, químicos y biológicos externos de una persona. Es decir, que engloba factores ambientales que podrían incidir en la salud y se basa en la prevención de las enfermedades y en la creación de ambientes propicios para la salud. Proteger el planeta es sinónimo de proteger nuestra salud. Hoy, más que nunca, es vital cuidar las dos para superar la covid-19 y tener un mundo más sostenible.

Factores medioambientales que influyen en la salud

1. Factores físicos

La contaminación atmosférica o los cambios bruscos de temperatura pueden provocar en el ser humano problemas respiratorios, una mayor propensión a desarrollar alergias, complicaciones musculares y óseas, así como influir en los estados anímicos y psicológicos. Algunos factores como las precipitaciones, la humedad, la presión atmosférica o el viento son manifestaciones naturales que pueden influir en nuestra salud, tanto física como mental, pero dependen de cada región para que sus efectos sean más o menos acusados.

2. Factores químicos

La producción y el uso de sustancias químicas ha aumentado y, con ello, también lo ha hecho su incidencia en el medio ambiente. Podemos encontrar sustancias químicas en el aire, el agua, el suelo y en los alimentos que consumimos. Por tanto, son elementos que podemos absorber a través del sistema respiratorio. Pero también pueden llegar a nuestro organismo por el aparato digestivo o por la piel. Dentro de la relación entre medio ambiente y salud, la contaminación del agua es una de las problemáticas más relevantes: no solo el ser humano, sino todo ser vivo, necesita este elemento para la supervivencia. Su alteración debido a los agentes contaminantes llega al ser humano y altera su salud. Por tanto, cuidar del agua es cuidar nuestro bienestar.

3. Factores biológicos

Entre los factores biológicos se encuentran animales, plantas y microorganismos, es decir, las bacterias, los virus, los parásitos, los hongos, levaduras y sus micotoxinas, los vegetales y los alérgenos. El carácter natural de estos factores implica que el ser humano estará expuesto a ellos de una manera u otra debido a la convivencia. Sin embargo, la alteración del medio ambiente provocará que la extensión de los virus, por ejemplo, sea más agresiva y que aumenten las enfermedades zoonóticas.

El cambio en el uso del suelo, la sobreexplotación de los recursos naturales, la deforestación, la alteración de la calidad del agua potable, la generación de gases de efecto invernadero y el consiguiente cambio climático, la contaminación y la propagación de especies invasoras son actividades humanas con efectos graves para la naturaleza, para el planeta y para la salud de las personas. Los recursos naturales están siendo afectados en calidad y cantidad, esto genera enfermedades:

1. *Enfermedades Por Contaminación Del Agua:*
Diarrea – Disentería – Cólera – Paludismo - Fiebre tifoidea
2. *Enfermedades Por Contaminación Del Aire:*
 - Enfermedades respiratorias: como la neumonía, bronquitis, asma.
 - Enfermedades virales: fiebre amarilla, hepatitis, dengue.
3. *Enfermedades Por La Radiación Solar:*
Lesiones oculares - Lesiones en la piel - Quemaduras solares

Quedan diez años para que alcancemos los objetivos de la Agenda 2030 y la consecución de los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible. Es, por tanto, la hora de la naturaleza, porque revertir todo lo anterior y tomar medidas para cuidar los ecosistemas y la biodiversidad es la única opción para conseguir un planeta sostenible. El medio ambiente y la salud humana dependen de ello.