



Es tiempo de adaptarnos y actuar

GUÍA PARA LA CIUDADANÍA

La crisis climática es una crisis de salud

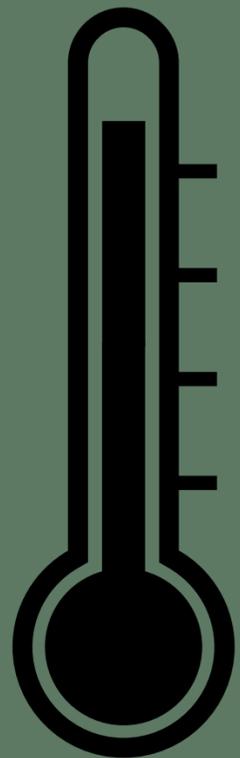
osman
Observatorio de Salud y Medio Ambiente de Andalucía

A ESCUELA ANDALUZA DE SALUD PÚBLICA
Consejería de Salud y Familias

A
Junta de Andalucía
Consejería de Salud y Familias

Dirección General de Salud Pública y Ordenación Farmacéutica

ASPECTOS CLAVE



1 | La **crisis climática** es una **crisis de salud** y supone un grave problema de **salud pública**. El cambio climático no crea nuevas enfermedades, pero amplifica, redistribuye o hace emerger las ya existentes.

2 | Los **impactos en salud del cambio climático** pueden ser:

- **Directos:** incremento en la **mortalidad** y la **enfermedad** que ocasiona el aumento de fenómenos meteorológicos extremos como olas de calor, sequías, inundaciones, incendios forestales, agravamiento de la contaminación atmosférica, etc.
- **Indirectos:** cambios en los **ecosistemas** (extensión de enfermedades transmitidas por vectores como mosquitos o garrapatas, reducción de la disponibilidad y calidad del agua) o en los **sistemas sociales** (reducción de la producción de alimentos e inseguridad alimentaria, menor capacidad laboral, deterioro de la salud mental, migraciones climáticas, aumento en la presión en los sistemas e infraestructuras de salud).

3 | La **acción por el clima**, a través de la **adaptación** (a los impactos del cambio climático) y la **mitigación**, (la reducción de las emisiones de gases de efecto invernadero causantes) tiene **beneficios colaterales** (cobeneficios) sobre la salud de personas y comunidades, y puede prevenir y evitar enfermedades y muertes relacionadas con el cambio climático, salvando la vida de millones de personas.

- Cada décima de grado que se consiga reducir el incremento de las temperaturas es importante para reducir el impacto en salud del cambio climático.
- La **adaptación** al cambio climático debe considerarse una **prioridad en salud pública**.

4 | Las **personas más vulnerables** por sus condiciones sociales de vida (infancia, mujeres, personas ancianas, con enfermedades crónicas, de menores ingresos, de zonas más vulnerables climáticamente, como zonas áridas, costas, islas, países y zonas empobrecidas con menos recursos para hacer frente a los impactos de la crisis climática) son las que más ven afectada su salud por **la crisis climática**, que **aumenta las desigualdades e inequidades en salud**.

Impacto del cambio climático en la salud humana



Fuente: Climate and Health Program. CDC Centers for Disease Control and Prevention

¿QUÉ PUEDES HACER TÚ?

1| MOVILIDAD

Camina, ve en bici: es súper sano. Utiliza el transporte público colectivo: tranvía, autobuses. Reduce el uso del coche y compártelo. Reduce tus viajes en avión. Utiliza el tren siempre que puedas.

2| ALIMENTACIÓN

Haz una dieta más basada en vegetales: frutas, verduras, hortalizas, legumbres, cereales integrales, frutos secos... y consume menos carne. Compra productos frescos, locales, de proximidad, de temporada y ecológicos. Evita los ultraprocesados. Reduce el desperdicio alimentario.

3| ENERGÍA

Contrata electricidad de fuentes renovables. Regula el termostato, no más de 21°C en invierno para la calefacción y no menos de 26°C en verano para el aire acondicionado. Mejora el aislamiento de tu casa: ventanas y paredes. Lava la ropa con agua fría y tiende la ropa al sol, evita la secadora. Sustituye las bombillas que más tiempo tienes encendidas por LED.

4| AGUA

Ahorra agua, es un recurso limitado y valioso. Instala tecnologías ahorradoras de agua: grifos, WC, etc., y practica hábitos ahorradores de agua. No viertas por los desagües objetos o sustancias cuyo destino debería ser otro (aceites, toallitas).

5| RESIDUOS

Rechaza el sobreenvasado. Reduce. Reutiliza. Recicla: envases, vidrio, papel, materia orgánica, aceite usado.

6| COMPARTE

Difunde que el cambio climático es ya un problema de salud pública, no de los osos polares o de lugares lejanos. Y que actuar frente a la crisis climática tiene muchos cobeneficios sobre la salud.

7| ADÁPTATE

Protégete frente a las olas de calor siguiendo las indicaciones de las autoridades sanitarias: evita salir y hacer ejercicio en las horas de más calor y sol, hidrátate, busca lugares lo más frescos posibles, atiende a las personas más vulnerables, como personas ancianas y enfermas, etc.

8| CIUDADES

Pide pueblos y ciudades amables, humanas, accesibles y cercanas. Que limiten el tráfico privado y su contaminación atmosférica, acústica y de gases de efecto invernadero. Que impulsen su infraestructura verde (parques, jardines, plazas, arbolado, naturaleza urbana) y azul (agua) para mitigar y adaptarse al cambio climático. Que permitan la reapropiación de espacios para las personas, las niñas y niños...

9| PLANES

Exige a las distintas administraciones que desarrollen planes y acciones concretas y urgentes de mitigación (reducción de emisiones) y de adaptación frente a la emergencia climática que protejan nuestra salud y la de nuestras familias y comunidades.

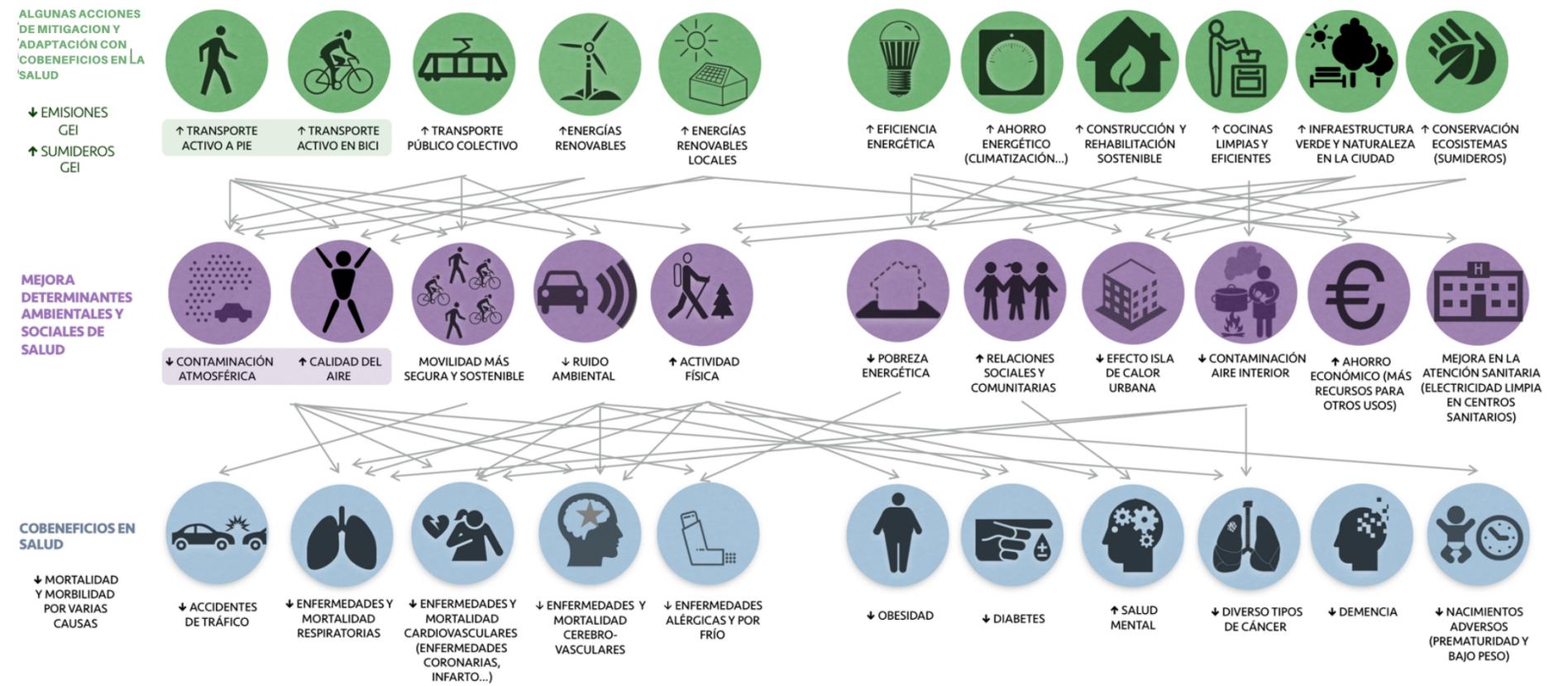
10| TRANSFORMA

Organízate colectivamente para transformar los entornos urbanos desde asociaciones, centros educativos, etc. Analiza los programas y propuestas electorales climáticas como parte de tu decisión de voto.



Adaptarse y actuar frente al cambio climático es actuar a favor de la salud de todas las personas

Red de cobeneficios en salud de la acción climática



Fuente: De la Osa, J. Cambio climático y Salud. Observatorio de Salud y Medio Ambiente. DKV Seguros. ECODES. 2016.



OBSERVATORIO DE SALUD Y MEDIO AMBIENTE DKV SEGUROS - ECODES

Serie de números divulgativos dedicados a cambio climático y salud.

2016, 2017 y 2021

<https://ecodes.org/documentos-ecodes/category/22-informes>



Cambio climático y salud

CAMBIO CLIMÁTICO Y SALUD

Organización Mundial de la Salud

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/climate-change-and-health>



WORLD HEALTH ORGANIZATION

COP26 Special Report on Climate Change and Health. The Health Argument for Climate Action. 11 October 2021

<https://www.who.int/publications/i/item/cop26-special-report>

**FUENTES
RECOMENDADAS**



AUTORÍA

Jesús De la Osa

Servicio de Medio Ambiente y Sostenibilidad. Ayuntamiento de Zaragoza

REVISIÓN EXTERNA

Santiago González Muñoz

Área de Calidad Sanitaria de las Aguas y Riesgos Ambientales. Subdirección General de Sanidad Ambiental y Salud Laboral. Dirección General de Salud Pública. Ministerio de Sanidad

Isidro J Mirón Pérez

**Distrito de Salud Pública de Torrijos. Delegación Provincial de Sanidad de Toledo.
Consejería de Sanidad de Castilla La Mancha.**

EDICIÓN

Clara Bermúdez Tamayo

**Observatorio de Salud y Medio Ambiente de Andalucía. OSMAN.
Escuela Andaluza de Salud Pública.
Ciber de Epidemiología y Salud Pública (CIBERSEP).
ibs.GRANADA Instituto de Investigación Biosanitaria.**

Marina Lacasaña

**Observatorio de Salud y Medio Ambiente de Andalucía. OSMAN.
Escuela Andaluza de Salud Pública.
Ciber de Epidemiología y Salud Pública (CIBERSEP).
ibs.GRANADA Instituto de Investigación Biosanitaria.**

FECHA: DICIEMBRE 2021

ISBN: 978-84-09-36330-8

Maquetación: Ana Tamayo

Se recomienda citar este documento como:

*De la Osa J: La crisis climática es una crisis de salud. Es tiempo de adaptarnos y actuar. Guía para ciudadanos.
Granada: Observatorio de Salud y Medio Ambiente de Andalucía OSMAN Escuela Andaluza de Salud Pública.
Dirección General de Salud Pública y Ordenación Farmacéutica. Consejería de Salud y Familias; 2021. 8p*



osman
Observatorio de Salud y
Medio Ambiente de Andalucía

 **ESCUELA ANDALUZA
DE SALUD PÚBLICA**
Consejería de Salud y Familias


Junta de Andalucía
Consejería de Salud y Familias
Dirección General de Salud Pública y Ordenación Farmacéutica