



Facultad de Ciencias Médicas

Bayamo-Granma

Evento Científico AMBIMET 2022

“La cultura ambiental en los contextos
de la atención a la salud.”

Autor: Liezy Vargas Merladet

E-mail: liesyvargas@gmail.com

Estudiante de 1er año de Lic.Enfermería

Resumen

Cada día dependemos de la biodiversidad (la enorme variedad de la vida existente en la Tierra) para mantenernos vivos y sanos. Cada bocanada de aire que inspiramos, el agua que bebemos, los alimentos que comemos y los medicamentos que tomamos, depende de otra vida y de otras especies, además son todos ellos productos de un planeta sano, sin embargo, estamos constantemente causándole serios daños a este y en ocasiones ni cuenta nos damos que los seres humanos somos tan susceptibles como cualquier otra especie y que con este comportamiento terminamos dañando nuestra propia salud. El deterioro ecológico a nivel global en los últimos años se ha agudizado, esta situación ha sido provocada por el uso indiscriminado de los recursos naturales, unido al desinterés de los países responsables de estas dramáticas condiciones, que afectan a la naturaleza y por consiguiente a la sociedad y al ser humano, incluida su salud. Los países pobres y los que están en vías de desarrollo son los más afectados con la destrucción del medio ambiente, y al mismo tiempo, los gobiernos y pueblos democráticos y progresistas, con sus proyectos sociales humanistas son los que se enfrentan hoy con sus ideas y acciones al uso egoísta, desmedido y perjudicial del medio ambiente por los países poderosos. Constituye un reto acelerado para la humanidad mitigar los daños causados a la naturaleza, preservar los recursos naturales y la especie humana.

Palabras claves: medio ambientes, contaminación, salud, enfermedad.

INTRODUCCIÓN

El Homo sapiens, como especie, es decir, el ser humano, apareció tardíamente en la historia de la Tierra, pero ha sido capaz de modificar el medio ambiente con sus actividades. Desde que el individuo con el fin de satisfacer sus necesidades básicas comenzó a interactuar con su entorno, desencadenó un proceso de transformaciones que ha hecho posible el desarrollo ascendente de la humanidad. Sus actividades han constituido invariablemente un poderoso factor de influencias sobre el planeta, introduciendo cambios, que de forma voluntaria o involuntariamente, no siempre han sido justificados. Los primeros humanos vivieron más o menos en armonía con el medio ambiente, como los demás animales, su alejamiento de la vida salvaje comenzó en la prehistoria, con la primera revolución agrícola. La capacidad de controlar y usar el fuego les permitió modificar o eliminar la vegetación natural, y la domesticación y pastoreo de animales herbívoros llevó al sobre pastoreo y a la erosión del suelo. El cultivo de plantas originó también la destrucción de la vegetación natural para hacer hueco a las cosechas y la demanda de leña condujo a la denudación de montañas y al agotamiento de bosques enteros. Los animales salvajes se cazaban por su carne y eran destruidos en caso de ser considerados plagas o depredadores. Mientras las poblaciones humanas siguieron siendo pequeñas y su tecnología modesta, su impacto sobre el medio ambiente fue solamente local. No obstante, al ir creciendo la población y mejorando y aumentando la tecnología, aparecieron problemas más significativos y generalizados. El rápido avance tecnológico producido tras la edad media culminó en la Revolución Industrial, que trajo consigo el descubrimiento, uso y explotación de los combustibles fósiles, así como la explotación intensiva de los recursos minerales de la Tierra. Con la Revolución Industrial los seres humanos empezaron realmente a cambiar la faz del planeta, la naturaleza de su atmósfera y la calidad de su agua. Hoy, la demanda sin precedentes a la que el rápido crecimiento de la población humana y el desarrollo tecnológico someten al medio ambiente está produciendo un declive cada vez más acelerado en la calidad de éste y en su capacidad para sustentar la vida **(1)**. A pesar del desarrollo tecnológico alcanzado por la humanidad, dependemos por completo de ecosistemas saludables si queremos disponer de agua, alimentos, medicamentos, ropa, combustible, refugio y energía, entre otros importantes recursos para la subsistencia.

Este trabajo tiene como propósito concientizarnos de la relación que existe entre la naturaleza, la salud humana y el medio ambiente, además de exponer la implicación de los seres humanos en el deterioro ambiental y cómo este contexto está repercutiendo negativamente en la salud.

DESARROLLO

Los peligros ambientales de gran escala y alcance mundial que amenazan la salud humana comprenden:

- | | |
|-------------------------------|-----------------------------|
| ✚ Cambio Climático | ✚ Contaminación |
| ✚ Deforestación | ✚ Degradación de los suelos |
| ✚ Pérdida de la biodiversidad | ✚ Escasez del agua |

Mencionados los 6 problemas medioambientales más graves que aquejan a nuestro Planeta Tierra estamos listos para desarrollarlos.

✚ **Cambio climático**

Las causas naturales de este son las emisiones de gases como el óxido nitroso (N₂O), el dióxido de carbono (CO₂), el metano (CH₄), el ozono (O₃) y el vapor de agua (H₂O). Una de **las causas de origen humano** del efecto invernadero es la deforestación, otro hecho causado por el hombre es la emisión de estos gases por medio todos los aparatos eléctricos. Incluso el refrigerador en la casa emite gases que contribuyen al efecto invernadero.

Este aumento global de la temperatura trae consecuencias desastrosas que ponen en peligro la supervivencia de la flora y la fauna de la Tierra incluido el ser humano.

El cambio climático tiene el agravante de que se espera que se produzca en un plazo de tiempo tan breve que no permita la adaptación natural de los ecosistemas naturales y los sistemas socio-económicos actuales. Entre los impactos del cambio climático destacan el derretimiento de la masa de hielo en los polos, que a su vez provoca el aumento del nivel del mar, lo que produce inundaciones y amenaza los litorales costeros –incluso pequeños estados insulares pueden estar en riesgo de desaparecer como Cuba, si este problema aumenta radicalmente-. También crece la probabilidad de aparición de fenómenos meteorológicos más violentos, sequías e incendio. **(2)**

Sin embargo, todavía estamos a tiempo de revertir muchos de estos daños. Para eso debemos adoptar una serie de medidas:

1) Mitigar los efectos, es decir, reducir y limitar las emisiones de los gases del efecto invernadero evitando el aumento de la temperatura global del planeta, conceder una mayor inversión a las energías renovables y promover la eficiencia energética dándole un mayor uso al transporte público eléctrico, bicicletas, etc.

2) Adaptarnos al entorno, sería una medida enfocada en acciones para reducir nuestra vulnerabilidad ante los efectos de este problema medioambiental, para ello debemos mejorar las infraestructuras e instalaciones con el objetivo de que sean más seguras y resistentes y ser también capaces de prever desastres o invertir en investigación y desarrollo sobre el comportamiento de la temperatura o la posible aparición de fenómenos atmosféricos.

3) Realizar acuerdos internacionales, los cuales concienticen al mundo entero de los riesgos del cambio climático, aquí se pueden destacar el Grupo Intergubernamental de Expertos sobre el Cambio Climático (IPCC), que evalúa el impacto del ser humano en el clima y propone soluciones, y el Protocolo de Montreal que entró en vigor en 1989 y sirvió para erradicar el uso de clorofluorocarbonos (CFC) para la refrigeración y gracias a ello el agujero de la capa de ozono se ha reducido en más de 4 000 000 Km² en los últimos 15 años. **(3)**

Deforestación (4)

Existen dos tipos de causas al igual que en el problema anterior:

Causas naturales:

Incendios forestales: con el cambio climático son cada vez más frecuentes y destructivos. Australia, Brasil y Estados Unidos están sufriendo, en los últimos años, terribles incendios forestales

Plagas y enfermedades en los bosques: Un caso extremo es el que está ocurriendo en los bosques de Norteamérica, donde una especie de escarabajo está masacrando millones de árboles.

Causas provocadas por el hombre:

La tala de árboles indiscriminada o mal gestionada: Millones de hectáreas se talan o se queman para extraer la madera y otros productos o para convertir los bosques en tierras de cultivo.

Ganadería: En ocasiones, los ganaderos arrasan miles de hectáreas de selva, como ocurre en Brasil y otros países, para que el ganado se alimente durante uno o dos años, lo que hace que el suelo quede agotado.

Urbanización del terreno: La expansión de los núcleos provoca que cada vez más, gente viva en las ciudades mientras que las zonas rurales sufren despoblación. Se construye desafortunadamente y para ello se necesita espacio que se obtiene destruyendo bosques y selvas.

Consecuencias:

Alteración del ciclo del agua: Los árboles atraen las lluvias. Por esto, al perder masas forestales, se modifica el comportamiento del agua en la zona, pues esta se desplaza hacia otras partes con vegetación.

Desertificación: sin una reforestación posterior y sin una gestión adecuada de los bosques, esta zona se convertirá en una zona desertificada.

Pérdida de hábitat, biodiversidad y suelo: se evita la fijación de dióxido de carbono (CO₂), por lo que se contribuye al cambio climático. Las regiones deforestadas tienden a una erosión del suelo y, finalmente, se convierten en tierras no productivas.

• **A parte de conocer las causas de la tala de árboles y las posibles consecuencias de esta, hay que pensar en soluciones y en formas de evitarla:**

- 1) Conservación de paisajes forestales y su diversidad biológica.
- 2) Mantener un manejo forestal uniforme sin agotar los recursos forestales.

- 3) Enseñando a la población las habilidades para cuidar el bosque.
- 4) Fortalecer a nivel estatal el control sobre la conservación y el uso de los recursos naturales.

Pérdida de la biodiversidad biológica (5)

Causas de la pérdida de biodiversidad:

Son en su mayoría las actividades humanas como la tala excesiva de plantas leñosas, las actividades agrícolas, las actividades petroleras, la extracción de materiales para la construcción, la introducción de especies invasoras y la caza ilegal, la implementación de vertederos de basura a cielo abierto, la introducción y la sobreexplotación de especies exóticas y el comercio ilegal de fauna. El deterioro de los hábitats es la principal causa de la pérdida de biodiversidad. Los efectos de nuestras actividades, que durante gran parte de la historia han sido de una escala pequeña, están ahora llegando a afectar el clima de todo el planeta, haciendo que el cambio climático global se haya convertido en una de las principales amenazas a la biodiversidad.

Consecuencias de la pérdida de biodiversidad:

- Contaminación
- Cambio climático

Se deben tomar una serie de medidas para disminuir la pérdida de biodiversidad.

A nivel individual: pueden ser buenos inicios no tirar basura en lugares inapropiados, no quemar ni talar árboles y crear conciencia ciudadana sobre este problema ambiental.

Controlar las especies invasoras: prohibir la construcción y clausurar las existentes granjas o instalaciones de cría de especies exóticas existentes, la existencia de estas instalaciones ha venido provocando la fuga o liberaciones intencionadas de estas especies.

Evitar la sobreexplotación de los recursos naturales: Se puede implementar programas para el tratamiento de las aguas residuales para poder ser ingeridas por el ser humano.

Reducir la contaminación.

Frenar el cambio climático.

Combatir la caza ilegal: no mantengas animales exóticos como mascotas, incluso si los ves en una tienda de mascotas. El comercio de animales exóticos no está regulado en todos los países del mundo, así que comprarlos estimula la captura de esas especies. Lo mejor es dejar a los animales en su hábitat natural.

Contaminación ambiental (6)

Tipos de contaminación ambiental:

- Contaminación del agua
- Contaminación del suelo
- Contaminación del aire
- Contaminación radiactiva

Ya que hemos establecido que la contaminación ambiental puede venir de fuentes tanto artificiales como naturales, podemos establecer cuáles son sus causas:

Vertido de residuos químicos en el agua: entre estos se encuentran los nitratos, sulfatos, carbonatos y cloruros, entre otros.

Acumulación de basuras y residuos sólidos

Refinación y generación de energía por medio de combustibles fósiles: estos liberan grandes cantidades de óxidos de carbono, óxidos de nitrógeno y óxidos de azufre que terminan contaminando el aire.

Emisión descontrolada de gases a la atmósfera

Extracción de minerales, hidrocarburos y metales que destruye los ecosistemas y libera compuestos químicos en el agua y aire

Emisión de radiación ionizante: es aquel tipo de radiación que puede literalmente desarmar los átomos de los seres vivos; el sol, de hecho, es la mayor fuente de radiación ionizante. La radiación se considera contaminante porque afecta el entorno y la vida por mucho tiempo.

Uso de pesticidas en los cultivos: puesto que son nocivos para la salud de animales y humanos

Erupciones volcánicas y submarinas: provocan emisiones gigantescas del dióxido de carbono, metano y óxidos de azufre; aunque usualmente no se tienen en cuenta como fuentes contaminantes, estas pueden llegar a desequilibrar biomas enteros y si son muy masivas pueden causar daños globales.

El desarrollo tecnológico: este sumado al acelerado crecimiento demográfico de la humanidad y sus necesidades son unas de las principales causas de la contaminación ambiental. Muchos derivan de las causas anteriores.

La contaminación ambiental tiene consecuencias directas e indirectas sobre las fuentes hídricas, los suelos, el aire y la salud de los seres vivos.

- Insalubridad del agua
- Erosión del suelo
- Pérdida de biodiversidad
- Cambio climático debido al efecto invernadero
- Aumento de la temperatura terrestre
- Afectación de los patrones de migración de especies: este problema logra que los entornos se vuelvan inhabitables y fuerza por defecto a algunas especies animales a cambiar de hogar o a cambiar sus rutas migratorias habituales, que puede significar la reducción considerable de especies, especialmente marinas y de aves.
- Enfermedades respiratorias crónicas
- Envenenamiento y muerte de especies marinas

- **Es fundamental tomar una serie de medidas para disminuir la contaminación ambiental.**

1) A nivel individual: no tirar nuestra basura en lugares inapropiados, no quemar ni talar árboles y crear conciencia ciudadana sobre el problema ambiental son algunas de las cosas que podemos hacer para empezar.

Sin embargo, hay medidas que pueden tomar los gobiernos del mundo para reducir los niveles de contaminación del medio ambiente.

2) Controlar el uso de fertilizantes y pesticidas

3) Mejorar el servicio de aseo urbano: este se define como el conjunto de acciones sistematizadas que pueden involucrar la limpieza y barrido de las vías y espacios públicos, el almacenamiento, recolección, transporte, tratamiento y disposición final de los residuos sólidos generados por la población en la ciudad.

4) Prohibir o eliminar los productos tóxicos como químicos nocivos.

5) Controlar los derramamientos de petróleo.

6) Educar a la sociedad: con la educación ambiental lo que se logra es un proceso integral, sistemático y permanente de información basado en el respeto a todas las formas de vida, es decir, que la sociedad tome conciencia, y se responsabilice mediante la adquisición de conocimientos, valores y motivaciones que le faciliten comprender los aspectos ecológicos que intervienen en el ambiente.

Degradación de los suelos (7)

Causas:

La degradación del suelo es un problema para las personas, en gran medida vinculado a las actividades agropecuarias, aunque también hay otras actividades humanas que pueden causarla. Las causas principales son:

- El agotamiento de los nutrientes del suelo por malas prácticas agrícolas, como un mal uso de la rotación de cultivos.
- Ganadería, incluyendo el sobrepastoreo.
- Riego y sobreexplotación de recursos hídricos.
- La expansión urbanística y el desarrollo comercial.
- Actividad minera, incluyendo la extracción de materiales, como piedra, arena y minerales.

Consecuencias:

- Pérdida de la superficie del suelo en nutrientes y materia orgánica
- La deformación del terreno por movimientos en masa.
- La erosión hídrica: es especialmente grave en los valles costeros, en las vertientes occidentales, en la selva alta y en la selva baja.

- La salinización: produce el afloramiento de sales minerales por exceso de riego y mal drenaje, y es propia de las zonas áridas.
- La polución o contaminación de los suelos: producida por la acumulación de basuras, sustancias tóxicas en exceso, los gases de centros mineros, y la aplicación de aguas contaminadas por desechos mineros.

Medidas:

- 1) Uno de los aspectos esenciales en los programas de control de la erosión es la predicción de los lugares y las épocas en que puede presentarse una excesiva erosión. La pérdida de suelo por erosión en un lugar y momento determinado depende de muchos factores que han sido combinados en una sencilla expresión llamada “ecuación universal de la pérdida de suelo”. Esta ecuación se utiliza actualmente a nivel mundial para la elaboración de mapas de erosionabilidad.
- 2) Incentivar un modelo más ecológico de industria, agricultura y ganadería, entre otras actividades económicas.
- 3) Mejorar la planificación urbanística de las ciudades y del transporte, así como el tratamiento de las aguas residuales.
- 4) Reformar la gestión de los residuos mineros, restaurar la topografía y conservar la capa superficial del suelo.
- 5) Incluir a las comunidades locales en el diseño, la implementación y la evaluación de la gestión sostenible del suelo.

 **Escasez del agua (8)**

Existen diversas causas que producen la escasez de agua en el mundo, entre las que podemos destacar:

La contaminación: nos referimos tanto a la contaminación de aguas dulces como a la contaminación de la tierra o del aire, ya que la contaminación se puede filtrar al agua y también puede afectar al aire.

La sequía: debido al fenómeno del cambio climático se potencia la aparición o desarrollo de las sequías, que suponen que durante un tiempo prolongado no haya lluvia, por lo que causa escasez de agua tanto para el consumo humano como para los cultivos o la industria.

Uso descontrolado del agua: tanto a gran escala, en las fábricas, como a pequeña escala, en nuestras propias casas, en algunas ocasiones malgastamos el agua y no recordamos que es un recurso limitado.

Este problema produce consecuencias graves como las siguientes:

Enfermedades: la escasez de agua y la falta de sistemas de potabilización adecuados obliga a recurrir a fuentes de agua contaminadas que pueden provocar enfermedades. En base a los datos de la Organización Mundial de la Salud, se puede afirmar que el agua contaminada puede

transmitir enfermedades como la diarrea, el cólera o la poliomielitis. La contaminación del agua produce más de 502.000 muertes por diarrea al año. Además, la falta de agua, puede producir deshidratación y generar ulteriores complicaciones.

Hambre: la escasez de agua puede afectar a la agricultura, la ganadería y la industria, y por lo tanto, producir escasez de alimentos.

Desaparición de especies vegetales: las plantas necesitan una gran cantidad de agua para desarrollarse y cuando el agua escasea se secan y desaparecen.

Conflictos: algunos expertos afirman que el agua será el elemento más valioso del siglo XXI y principal causa de guerras y conflictos.

Existen tecnologías, y cambios en el comportamiento humano muy prometedores para combatir la escasez de agua y que constituyen medidas para este problema. (9)

1) Educación para el cambio de modelos de consumo y estilos de vida: para hacer frente a la próxima era de la escasez de agua se requieren grandes cambios de todas las formas de consumo, desde el uso individual al de las grandes corporaciones. El factor inicial es el conocimiento y concientización sobre el problema a afrontar.

2) Desarrollar nuevas tecnologías de conservación y almacenamiento del agua: en las zonas donde los acuíferos se están agotando y el aporte por agua de lluvia es cada vez más impredecible, la innovación en sistemas de conservación y almacenamiento es especialmente necesaria. El desarrollo de tecnologías de conservación debe hacerse compatible con una reducción del consumo de energía.

3) Reutilización de aguas residuales: en los últimos años ha crecido el llamado a una nueva mentalidad en el tratamiento de aguas residuales, haciendo de ellas un recurso. Algunos países, como Singapur, han realizado avances importantes en la reutilización de agua para diferentes usos, incluido el uso como agua potable, reduciendo el consumo de agua y mejorando la autosuficiencia.

4) Mejorar el riego y las prácticas agrícolas: un 70% del agua dulce del mundo se utiliza para la agricultura. La mejora del riego puede reducir de forma importante la diferencia entre la oferta y la demanda, a la par que se asegure la disponibilidad de alimentos.

5) Aumentar la eficiencia energética de las plantas de desalinización: hasta la fecha, esta ha sido una solución de alto consumo energético a la escasez de agua, sólo viable en regiones con disponibilidad de recursos. Se precisa el fomento de tecnologías basadas en energías renovables.

CONCLUSIONES

Los problemas medioambientales expuestos en este trabajo son resultado de diversas acciones y actitudes, en su mayoría humanas.

La salud de las personas depende de su capacidad de crear una relación armoniosa con el ambiente, por este motivo no solo se debe tener en cuenta el efecto que los agentes ambientales puedan generar sobre la salud, sino también las acciones que el individuo realiza para mantener la integridad de estos ambientes naturales, por lo tanto no podemos esperar a que se solucionen por sí solos, sin la contribución de todos, no será posible erradicarlos, y es que el hombre no se da cuenta de que se destruye a sí mismo. Como dijera Fidel es su magnífico discurso en la Cumbre de Río de 1992: ***“Una importante especie biológica está en riesgo de desaparecer por la rápida y progresiva liquidación de sus condiciones naturales de vida: el hombre”***.

La mejor estrategia por la que podemos optar es, la toma de conciencia en todos y de forma simultánea. Nos tenemos que dar cuenta de que nuestro futuro peligra y que existen obstáculos que lo están condenando a ser un caos total donde las condiciones para vivir serán tan difíciles que llegarán a un punto de exterminio.

La vida es un hermoso regalo que nos permite aportar nuestra esencia al mundo y debemos aprovechar esa oportunidad al máximo, y es que al final lo que tiene importancia no son los años de vida, sino la vida de los años. Ya que vivir no es solo existir, sino existir y crear, saber gozar y sufrir y no dormir sin soñar.

¿Pero? Cómo saber que se siente poner en práctica a nuestro cuerpo en estas reflexiones, si no se tiene la vida necesaria para ello. Si el día de mañana no tenemos la tranquilidad y armonía que nos ayudan a desarrollar un período vital satisfactorio en este mundo.

¡Entonces hay mucho que disfrutar!, ¿verdad? si hay tanto por hacer y descubrir, por qué no reflexionas en todo lo planteado anteriormente y decides, si es que no lo has hecho ya, comprometerte a luchar por lograr un mundo mejor.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Hernández Pozo I. Medio ambiente, desarrollo sostenible y calidad de vida. www.gestiopolis.com . 2007, agosto, 6. <https://www.gestiopolis.com/medio-ambiente-desarrollo-sostenible-calidad-vida/> .
2. Cambio climático. Wikipedia. 2019.
3. Grupo de Trabajo de ACCIONA. ¿Qué es el Cambio Climático? www.accionacom.com . 2020. www.accionacom.com/es/cambio-climatico/ .
4. Juste I. editora de Ecología Verde. Causas de la Deforestación. www.ecologiaverde.com . 2019, septiembre, 16. www.ecologiaverde.com/causas-de-la-deorestacion-258.html%3famp=1 .
5. Vázquez E.J. Pérdida de la biodiversidad: qué es, consecuencias y soluciones. www.ecosiglos.com . 2018, mayo, 19. www.ecosiglos.com/perdida-de-biodiversidad-causas-consecuencias-soluciones/ .
6. Vázquez E.J. Contaminación ambiental: causas, consecuencias y soluciones. www.ecosiglos.com . 2018, abril, 16. www.ecosiglos.com/contaminacion-ambiental-causas-consecuencias-y-soluciones/ .
7. Grupo de trabajo de EUSKADI. Degradación del suelo. www.euskadi.eus . 2017, agosto, 25. www.euskadi.eus/informacion/degradacion-del-suelo/web01-a2inglur/es/# .
8. (ACNUR) La Agencia de la ONU para los Refugiados (Comité Español). Escasez de agua en el mundo: causas y consecuencias. www.eacnur.org . 2019 febrero. www.eacnur.org/blog/escasez-agua-en-el-mundo-tc_alt45664n_o_pst/ .
9. Remtavares. ¿Soluciones al problema de la escasez de agua? Muchas y Combinadas. www.madrimasd.org . 2010, mayo, 28. www.madrimasd.org/blogs/remtavares/2010/05/28/131465