



Declaración: Llamamiento a los médicos de familia del mundo para que actúen por la salud del planeta

*Desde la **Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria**, como organización miembro del **Grupo de Trabajo en Medio Ambiente de WONCA Mundial**, la **Alianza por la Salud Planetaria** y el **Grupo de Trabajo de Médicos para la Salud del Planeta****

¿Quiénes somos?

La **Organización Mundial de Medicina de Familia** (World Organization of Family Doctors, WONCA), en la que la **semFYC** es la **única sociedad científica de España representada**, es una organización sin ánimo de lucro que representa a 118 organizaciones miembro en 131 países y territorios y que cuenta con cerca de 500.000 médicos y médicas de familia. La **WONCA trabaja en la mejora de la calidad de vida** de los pueblos del mundo mediante la definición y la promoción de sus valores, también del respeto a los **Derechos Humanos** y a la igualdad de género, y fomenta los altos estándares de la asistencia en la **Medicina de Familia y Comunitaria/Práctica generalista**.

La **Alianza para la Salud Planetaria** (Planetary Health Alliance, PHA) apoya el crecimiento en el campo de la salud del planeta, mediante el trabajo con un consorcio global de **más de 130 universidades**, organizaciones no gubernamentales, institutos de investigación y entidades gubernamentales de más de 30 países de todo el mundo que ponen todo su empeño en el avance en la investigación, la educación, las políticas, y que estimulan los esfuerzos públicos

focalizados en entender y buscar maneras de enfrentarse al impacto que tiene **el cambio climático para la salud**.

El **Grupo de Trabajo** de los médicos para la **Salud del Planeta**, constituido por miembros de la **Alianza por la Salud Planetaria**, trabaja para incitar a un amplio grupo de médicos y a sus pacientes en torno a la importancia del reconocimiento y la actuación ante los retos sanitarios del planeta (cada día mayores) mediante el cambio de hábitos y la lucha contra el sedentarismo. Este **Grupo de Trabajo**, junto con un amplio espectro de otras organizaciones aliadas, apoya la iniciativa de Médicos para la Salud del Planeta, que se focaliza en construir una coalición global de comunidades clínicas **comprometidas con la salud del planeta**, que desarrollen y difundan publicaciones y materiales científicos dirigidos especialmente a los pacientes y que animen al activismo para superar los retos en salud planetaria. La **WONCA**, la **Alianza PHA** y el **Grupo de Trabajo de Médicos para la Salud Planetaria** (del que la semFYC forma parte activamente) se han unido para redactar esta “**Declaración: Llamamiento a los médicos de familia del mundo para que actúen por la Salud del Planeta**” para concienciar a los **médicos de familia sobre la salud planetaria**, destacando la importancia de **su práctica clínica y motivarles** a que actúen a través la mayor cantidad de vías.

¿Qué es la salud del planeta?

La **salud del planeta** es un ámbito que se concentra en la descripción de la relación existente entre las alteraciones sobre **los sistemas naturales de la Tierra provocados por la humanidad** y el impacto resultante en la salud de la población. El **objetivo de la Salud Planetaria** es el de desarrollar y evaluar soluciones basadas en la evidencia para salvaguardar un mundo más saludable, equitativo y sostenible (1).

La salud humana y el bienestar **dependen en gran parte del medio natural**. A pesar de ello, ante la constatación de que existe un crecimiento continuado de la **población humana** y que los patrones de consumo se han vuelto excesivos, los **sistemas naturales de la Tierra** están experimentando cambios drásticos. No solamente estamos agotando los recursos naturales, sino que también estamos generando una gran cantidad de residuos y contaminantes tóxicos, que provocan la destrucción a gran escala de la biodiversidad, el cambio de los paisajes, la composición de la atmósfera y la salud de nuestros océanos. Como resultado de todo esto, a pesar de los logros sanitarios duramente conseguidos en las últimas décadas, cada día nos

encontramos ante una mayor degradación de la calidad del aire, con una producción alimentaria en peligro, una mayor exposición a nuevas enfermedades infecciosas, un menor acceso al agua potable, **nuevas circunstancias naturales** y consecuencias muy negativas para nuestra nutrición, la salud mental y la susceptibilidad a la hora de lesionarnos y enfermarnos. Es **extremadamente urgente** tomar partido, por ejemplo, en el caso del cambio climático, tal y como subraya **un informe reciente del IPCC (2)**, tenemos que conseguir una reducción importante en las emisiones de gases de **efecto invernadero para 2030** (el objetivo es lograr llegar a una disminución del 45% respecto a los niveles detectados en 2010) para evitar que el aumento de **la temperatura exceda los 1,5 grados Celsius** por encima de los niveles preindustriales, situación que nos llevaría a un aumento incluso mayor en los diversos riesgos relativos al clima, tanto en lo económico como en lo sociopolítico y en lo sanitario. Se prevé que la aceleración del cambio medioambiental producirá una mayor carga global de enfermedades en el próximo siglo, afectando a las futuras generaciones y a todas aquellas personas que, hoy en día, ya son las más vulnerables, como algunas poblaciones indígenas, así como de las sociedades en los países con ingresos bajos y medios.

¿Por qué los médicos de familia debemos preocuparnos por la salud del planeta?

Ya que los médicos de familia se encuentran en la primera línea de la protección de la salud, es importante que reconozcamos las conexiones existentes entre el cambio climático y sus previsible consecuencias en la salud. A pesar de que los desafíos medioambientales globales nos enfrentan a grandes riesgos para nuestra salud y bienestar, también nos dan una oportunidad para tomar partido (3). Es necesario que estemos preparados para dar respuesta a las nuevas amenazas sanitarias, para poder solucionar las causas desde su raíz, empezando por la demografía cambiante y por nuestros patrones de producción y de consumo, y plantear cambios tanto en nuestras estructuras institucionales como en nuestras vidas cotidianas. Los médicos de familia somos valorados constantemente como una de las fuentes de información más fiables y tenemos una capacidad única para comprender y dar voz a las preocupaciones de los pacientes en este ámbito, siempre tan cambiante, integrado por **los desafíos en la salud planetaria** - como por las estrategias que pueden adoptar los individuos para defender simultáneamente su salud y el medioambiente.

¿Cuáles son los riesgos del cambio climático?

1. Aumento de las enfermedades no transmisibles: Las **enfermedades no transmisibles** (NCDs) – como por ejemplo las enfermedades cardiovasculares, las enfermedades pulmonares crónicas, la obesidad, la diabetes o el cáncer – suponen tres cuartas partes de la mortalidad global (4). Estas enfermedades son muy sensibles a distintas variables ambientales y al cambio climático, especialmente a la calidad del aire, el agua y la contaminación de la tierra (y su relación con las tormentas extremas, los periodos de sequía y las olas de calor), y a los cambios en nuestros sistemas alimentarios.

- **Cerca del 70% de las 9 millones** de muertes anuales atribuibles a la contaminación se deben a enfermedades no transmisibles, incluyendo la enfermedad cardíaca, el ictus, la **enfermedad pulmonar crónica obstructiva y el cáncer de pulmón** (5). Solo la **contaminación del aire** (tanto en espacios abiertos como en espacios cerrados) mata a 7 millones de personas cada año y ha sido llamada el **“nuevo tabaco”** por parte del **Director General de la OMS** (6,7).
- Las **altas temperaturas asociadas con el cambio climático** pueden aumentar la generación del **ozono troposférico**, en función de las emisiones que producen los generadores de ozono. El ozono es uno de los mayores constituyentes de la niebla tóxica y contribuye enormemente a la **enfermedad cardiorrespiratoria** (8). Las **altas temperaturas también intensifican las enfermedades por alergias respiratorias** (como por ejemplo el asma) puesto que alargan los periodos de polen estacional e incrementan la cantidad de polen (9).
- El deterioro del terreno – como, por ejemplo, a causa de los incendios forestales o el drenaje para despejar los campos para la agricultura o la extracción de minerales – **puede exponer a grandes cantidades de población al humo** de estos fuegos e incrementar el riesgo de padecer efectos cardiorrespiratorios asociados a la salud (10, 11).
- **El incremento de la salinidad del agua potable asociada** con el crecimiento del nivel del mar puede tener un impacto negativo en la salud reproductiva, exponiendo a las

mujeres embarazadas a un mayor riesgo de padecer preeclampsia e hipertensión gestacional (12).

- Se espera que sean menos accesibles **los alimentos que protegen mejor ante las enfermedades no transmisibles**, debido a la disminución de los insectos polinizadores y a la disminución en la producción de vegetales y legumbres como resultado del cambio medioambiental (incluyendo el clima) (13, 14).

Deterioro en la alimentación: Existe una gran variedad de factores que ponen a **nuestra alimentación en riesgo**, dejándonos más vulnerables ante otras enfermedades. Mientras la población mundial continúa creciendo, tenemos que aprender a enfrentarnos a los retos nutricionales emergentes ante el rápido incremento de la demanda nutricional.

- La **pérdida de colonias de insectos polinizadores** hace que sea más difícil que crezcan frutas, verduras, frutos secos y semillas, y puede provocar un incremento exponencial de los costes de la comida con mayor nivel nutricional y contribuir, así, a las deficiencias en vitamina A, folato y otros nutrientes clave (14).
- El crecimiento en las concentraciones de dióxido de carbono en la atmósfera disminuye los nutrientes clave en los cultivos básicos, como por ejemplo el zinc, el hierro y la proteína, y pone todavía más de relieve el abismo existente entre las **deficiencias nutricionales en todo el mundo**, particularmente en aquellos países subdesarrollados o en vías de desarrollo (15).
- El **sector de la pesca** está colapsando como resultado de la sobreexplotación de los ecosistemas marinos, con graves consecuencias para micronutrientes clave, como son el hierro, el zinc, los ácidos grasos omega-3 y las vitaminas (16).
- La contaminación de la comida (y del ambiente) con disruptores endocrinos, metales pesados, dioxinas y otros contaminantes pueden aumentar el riesgo de enfermar (17,18).
- El **cambio climático y la escasez de agua potable** pueden reducir el rendimiento de los cultivos, particularmente en las latitudes más bajas, y hacer que la ganadería se vuelva más difícil y menos productiva, aumentando los costes de la comida (19, 20).
- La **pérdida de la biodiversidad** amenaza las fuentes naturales de comida y la viabilidad y resistencia de la cadena alimentaria (21).

Exposición a **nuevas enfermedades infecciosas**: Existe toda una serie de **factores ambientales** que influyen el medio donde viven **ciertos vectores y patógenos**, y en **función de la velocidad** en que se reproducen, teniendo impacto en la exposición de las enfermedades infecciosas en todo el mundo (22).

- El **cambio climático** contribuye a que se produzcan más tormentas extremas y a que haya cada vez más cambios imprevisibles en el clima, como por **ejemplo el aumento de la temperatura**, la humedad o las **lluvias extremas** en algunos países del mundo, que pueden crear condiciones particularmente propicias para la propagación de enfermedades infecciosas, como la malaria, el Zika, el dengue, el chikungunya, la fiebre amarilla y **la enfermedad de Lyme** (23).
- Los **flujos bioquímicos cambiantes** pueden tener ramificaciones para los ecosistemas favoreciendo los vectores de enfermedades y patógenos. Por ejemplo, los residuos agrícolas derivados del nitrógeno y fósforo pueden causar la eutrofización de los suministros de agua, llevando a la desaparición de las poblaciones locales de pesca y al crecimiento de algas tóxicas, dichos cambios biológicos, se ha demostrado que aumente la exposición a las enfermedades infecciosas (24).
- Los **cambios en la biodiversidad** provocados por la deforestación, la alteración de la tierra y la contaminación pueden transformar y expandir la distribución geográfica y los vectores estacionales y patógenos, llevando a **aumentar la transmisión de las enfermedades**, como por ejemplo las enfermedades gastroenterológicas (25, 26).

2. Aumento de la mortalidad relacionada con el calor: El crecimiento de las temperaturas asociado al cambio climático también puede provocar un **repunte de la mortalidad relacionada con el calor** – y si no acabamos de forma drástica con las emisiones de gases de efecto invernadero antes de 2030, veremos a finales de siglo, que se dispararán cantidad de muertes provocadas por las altas temperaturas en las regiones más cálidas del mundo, como por ejemplo en el Sud-este Asiático (27).

3. Riesgos para la salud mental: Recursos mermados, temperaturas crecientes, eventos climáticos extremos y otros factores pueden llegar a cambiar los paisajes naturales actuales,

convertir en escasos los recursos de comida y agua, cambiar las condiciones de la agricultura, alterar el uso de la tierra, empeorar las infraestructuras, incrementar las dificultades financieras, aumentar el riesgo de violencia y de agresiones, y desplazar a comunidades enteras. En la lucha contra todos estos elementos, junto con un menor contacto con la naturaleza, pueden aparecer entre la población grandes riesgos de padecer depresiones, enfermedades por estrés posttraumático, ansiedad y suicidio (28, 29). Además, el hecho de ver la degradación medioambiental y experimentar la pérdida de los contextos naturales y ecológicos puede hacernos perder la esperanza, desesperarnos y conlleva sentimientos de duelo ecológico (30).

Oportunidades clave para intervenir

Para enfrentarnos a los **retos globales a nivel sanitario y medioambiental** tenemos que tomar conciencia de que la lucha empieza por cada uno de nosotros. Todas nuestras pequeñas acciones van sumando. Así es como ejercemos nuestro poder político, con lo que consumimos, lo que comemos, con la forma de viajar, de trabajar juntos con nuestras comunidades, de actuar como representantes de nuestro entorno. Nuestros esfuerzos individuales marcarán la diferencia si los combinamos con los de otros: mientras hacemos cambios en nuestras vidas, simultáneamente debemos empoderar a otros para que hagan lo mismo.

La **WONCA** representa a **cerca de 500.000 médicos de familia** en todo el mundo – juntos y juntas podemos marcar la diferencia, trabajando para conseguir un mundo que proteja tanto nuestra propia salud como la del medio ambiente. Por eso instamos a los médicos a que emprendan acciones encaminadas a aumentar el nivel de conciencia dentro de sus comunidades sobre la salud planetaria y las posibles soluciones y oportunidades, preparándose y respondiendo a resultados sanitarios negativos asociados con las interrupciones de nuestros sistemas naturales y para trabajar directamente contra la aceleración del cambio climático mediante una práctica médica sostenible, reforzando esfuerzos y haciendo activismo comunitario.

¿Qué puedes hacer tú como médico de familia?

1. Aprende más sobre la **salud planetaria** en www.planetaryhealthalliance.org.
2. Comunica a tus pacientes que su salud, finalmente, depende del medio ambiente, tanto en su vecindad como a nivel global. **Todos somos responsables del cuidado de nuestros sistemas naturales.**
3. Responde a los retos sanitarios emergentes causados por los cambios ambientales. Con la salud del planeta en mente, ser consciente de ello y monitorizar los factores ambientales locales, tales como las olas de calor y otros desastres naturales, limpieza de tierras, calidad del aire, que podría afectar a la salud de tus pacientes o a su respuesta al tratamiento.
4. Prepara tu **práctica clínica** para afrontar posibles desastres, asesorando y planificando estrategias para combatir amenazas como el calor extremo, inundaciones o tormentas (31). **Lidera tu comunidad y ayúdala** a que comprenda que es necesario de que disponga de sus propios planes de gestión de catástrofes.
5. Aconseja a los pacientes acerca de los importantes beneficios colaterales – elecciones del día a día y cambios clave que pueden hacer en sus propias vidas para beneficiar tanto su salud como la del medio ambiente, incluyendo:
 - a. **Elección de la alimentación:** La transición hacia **una dieta más sostenible** – rica en frutas, verduras, frutos secos y legumbres – que pueda reducir la huella medioambiental de la agricultura, como ha quedado demostrado recientemente por parte de la EAT-Lancet Commission (32, 33). Actualmente, la producción ganadera contribuye más a la generación de gases de efecto invernadero que el sector del transporte, puesto que **representa hasta un 14,5%** de todas las emisiones de gases de efecto invernadero (34, 35) – y también afecta en otras cuestiones medioambientales como la deforestación y la resistencia antimicrobiana. El cultivo local, la comida no procesada, como por ejemplo la que es posible encontrar en los mercados de granjeros, pueden aumentar la disponibilidad de nutrientes, fomentar dietas saludables y abordar la desnutrición y la obesidad a la vez que ayudan a disminuir las emisiones de efecto invernadero producidas por el transporte de alimentos. Reducir los residuos de comida de forma

individual y a través de iniciativas comunitarias es también una parte crucial de la reducción de impactos medioambientales de la producción de alimentos.

- b. **Transporte activo:** Formas de transporte en que interviene la actividad física, como ir en bicicleta o caminar, tienen el doble beneficio de que reducen las emisiones de gases y nos protegen contra múltiples enfermedades.
- c. **Elecciones energéticas:** Cambiarse a fuentes de energía renovables y alejarse de las fuentes de energía de origen fósil, como por ejemplo el carbón, podría reducir en gran medida el impacto medioambiental de la contaminación relacionada con los combustibles fósiles y las emisiones de gases de efecto invernadero, al mismo tiempo que sería positivo para nuestra salud. El acceso a tecnología y combustibles de forma más eficiente y limpia no solamente reduce la exposición al humo, sino que también disminuye el coste económico que soportan las familias que de otra forma perderían tiempo intentando conseguir combustible o intercambiando comida por él.
- d. **Salud reproductiva:** Garantizar el acceso universal a la salud reproductiva puede mejorar tanto la salud maternal como infantil y limitar el crecimiento de la población reduciendo embarazos no deseados (36, 37).
- e. **Conectando con la naturaleza:** Encontrando maneras de pasar más tiempo en el exterior, en el medio natural – también en los espacios verdes de las ciudades – podría tener beneficios para la salud mental y física y aumentar un sentimiento de gratitud a nuestro medio natural (29).
- f. **Reducir el impacto sobre el medioambiente de otras formas:** Reciclando, realizando auditorías energéticas, utilizando los abonos naturales, reduciendo los trayectos en avión y en coche, con programas de reducción del carbón que sean efectivos, conduciendo coches más pequeños y energéticamente más eficientes, y con la utilización del transporte público. Todas ellas son acciones cruciales a la hora de disminuir nuestra huella ecológica y sus impactos para nuestra salud.
- g. **Compromiso con la comunidad:** El fomento de la conectividad mediante la participación comunitaria no solamente tiene como resultado un conjunto de beneficios para la salud mental, sino que también puede ayudar en **la construcción de un capital social** necesario para las acciones colectivas (38). Conectar con todas aquellas personas de tu entorno puede tener un alto grado de efectividad en la lucha por la salud planetaria cuando nos movilizamos entorno a un objetivo común, como por ejemplo la construcción de más espacios verdes, carriles bici, servicios de fertilizantes naturales (compostaje) o mercados de **productos de agricultores en tu comunidad**.

6. **Lidera con el ejemplo:** Incorporar los cambios mencionados previamente en tu vida diaria para que sirvan como modelo para el resto. Entender el impacto de la huella ecológica para los servicios sanitarios, incluyendo la energía y los servicios de gestión de residuos, la producción de fármacos, el sobretatamiento y el sobrediagnóstico y la importancia de reducir su impacto negativo para la salud humana (39, 40, 41).
7. **Actúa en defensa de las políticas sanitarias** basadas en la evidencia, con los valores de universalidad que defiende la **Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria**, y comprométete con los medios de comunicación y las organizaciones interesadas para aumentar la concienciación en la salud del planeta, tanto en España como en todo el mundo. Únete a la **semFYC** y participa en jornadas y congresos científicos que organizamos teniendo en cuenta la huella ecológica y el impacto de nuestra actividad, y trabaja con los muchos grupos de médicos y médicas de familia que se están esforzando en la gestión de los retos de futuro en salud planetaria, como los recogidos por parte de la **Alianza para la Salud Planetaria (PHC)** en esta lista: www.planetaryhealthalliance.org/clinicians.

Para conocer más sobre aquellos colegas que **actúan en Salud Planetaria a tu alrededor** y que cada día están investigando y trabajando desde una sensibilidad planetaria, entra en la **página web de la semFYC** www.semfyces e infórmate.

8. Únete a la **Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria**, la **única sociedad científica de Atención Primaria de España** con representación internacional. Trabaja, participa y propone nuevas ideas en **los proyectos y grupos de trabajo de la semFYC**, y colabora en los avances en investigación en salud planetaria desde la Atención Primaria y desde tu ámbito de trabajo.
9. Involúcrate en la **semFYC** para actuar por la **Salud Planetaria**, juntos y juntas hacemos un esfuerzo común para impulsar mejoras en **la práctica diaria de médicos y médicas de familia**, y en el abordaje didáctico y sostenible de sus pacientes, por ejemplo, asesorando en los cambios en sus estilos de vida y su activismo. Ayúdanos a desarrollar materiales orientados a los pacientes que puedan utilizarse en el máximo de regiones y entornos clínicos con el fin de difundir la urgencia y los peligros de no orientar nuestra práctica médica hacia la salud planetaria e interpela a tu comunidad para provocar el cambio.

****Versión de la semFYC de la Declaración de la Alianza por la Salud Planetaria y del Grupo de Trabajo en Medio Ambiente de WONCA Mundial.***



www.semfy.com