

El despertar climático: efectos inesperados del cambio climático en la salud

The climate awakening: unexpected impacts of climate change on health

Tatiana Tolentino Poma,¹ Jesly R. Lucas Vargas¹ y Aída A. Arratea Salazar¹

¹ Estudiantes de enfermería, Universidad de Huánuco, Huánuco, Perú

Sr. editor

El cambio climático tiene una serie de efectos significativos en la vida de las personas y en nuestro planeta. Estos efectos tienen que ver con diversos aspectos, incluidos el medio ambiente y la salud. Por eso creemos que es muy importante evidenciar los efectos del cambio climático en nuestra salud, las consecuencias, así como proponer algunas soluciones. De acuerdo con Reinos-Valladares y colaboradores,¹ una de las causas principales en el mundo de cáncer de piel es la exposición a la radiación ultravioleta. Se han identificado tres tipos de cáncer cutáneo relacionados con esta exposición: melanoma, carcinoma de células escamosas y carcinoma de células basales. El carcinoma de células escamosas es un tipo de cáncer que se desarrolla en las células superficiales de la piel. Suele aparecer en lugares expuestos al sol, como las manos, el cuello, las orejas y el rostro. Aunque en general este tipo de cáncer no es mortal, puede ser invasivo y extenderse a otras partes del cuerpo si no se recibe tratamiento adecuado.

Por otro lado, el tipo más común de cáncer de piel es el carcinoma de células basales. Se produce en las células basales de la piel y suele manifestarse en zonas expuestas al sol, como las manos, el cuello y la cara. A pesar de que este tipo de cáncer suele ser menos invasivo que el carcinoma de células escamosas, se puede complicar si no se trata adecuadamente.

La integridad cutánea se verá afectada por los cambios climáticos actuales, que se caracterizan principalmente por un aumento de la temperatura y un déficit de humedad. Según Oyarzun y colaboradores,² el efecto del cambio climático en la salud puede ser enorme. Las enfermedades infecciosas son de las áreas más afectadas y con múltiples manifestaciones. Los efectos han sido progresivos durante

décadas y ahora han llegado a las sociedades científicas y a la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Es obvio que el cambio climático tiene consecuencias en una variedad de aspectos de la salud humana, probablemente la mayoría de ellos. Sin embargo, en lo que respecta a las enfermedades infecciosas, esto está relacionado con la propagación de patógenos ambientales y su redistribución regional, lo que resulta en un aumento de inóculos y transmisibilidad, esto incrementa la rigidez e incidencia de las enfermedades que causan. En su estudio, el equipo de Robles³ mostró que hay tres prácticas buenas relacionadas con la protección solar y que son frecuentes: usar adecuadamente el protector solar, utilizar lentes de sol y sombrero.

La exposición a la radiación ultravioleta (UV) puede tener efectos perjudiciales en la piel y la salud en general. A continuación indicamos algunas medidas que se pueden tomar para protegernos de la radiación.

El primero es el uso de protector solar. Se debe elegir uno de amplio espectro con un factor de protección solar (FPS) no menor a 30. Se aplica generosamente en áreas expuestas como la cara, el cuello y las manos. No se debe olvidar que la renovación es clave: aplicarlo cada dos horas, o con mayor frecuencia si se está nadando o sudando, para mantener esa barrera protectora.

El segundo consejo es mantener la piel hidratada. La exposición al sol puede ser desafiante para la piel, y la hidratación es la clave para una rápida recuperación. Es necesario beber suficiente agua para ayudar a la piel a mantener su elasticidad y salud. Una piel bien hidratada es una piel feliz.

Finalmente, la prevención es la mejor medicina. Se recomienda realizar autoexámenes regulares de la piel. Ob-

CORRESPONDENCIA

Enf. Tatiana Tolentino Poma ■ tatianatolentinopoma@gmail.com ■ Teléfono: 97320 5412
Universidad de Huánuco, Jr. Hermilio Valdizán 871, Huánuco, Perú

servar cualquier cambio, lunar o mancha nueva. Si se nota algo inusual, acudir a consulta con un dermatólogo. La detección temprana puede ser crucial para abordar cualquier problema potencial antes de que se agrave.

Recordemos que cuidar la piel es una inversión para el futuro de la salud.

BIBLIOGRAFÍA

1. Reinoso-Valladares M, Betancourt-Reinoso KC, Figueredo-Hernández LR, Vásquez-Sánchez L, Ordóñez-Sánchez YC y Canciano-Fernández J, Cambio climático y enfermedades dermatológicas, *Rev Cub Met* 2018; 240. Consultado el 22 de octubre de 2023. Disponible en: <http://rcm.insmet.cu/index.php/rcm/article/view/448>.
2. Oyarzún GM, Lanás ZF, Wolff RM y Quezada LA, Impacto del cambio climático en la salud, *Rev Med Chil* 2021; 149(5):738-46. Consultado el 22 de octubre de 2023. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872021000500738&lng=es&nrm=iso&tlng=es.
3. Robles Mariños R, Olcese Tocre S, Arrús García S, Rivera MP, Carrera Casas R, Del Castillo Palomino H *et al.*, Conocimientos y prácticas sobre fotoprotección en bañistas de ocho playas de Lima, *Rev Argent Dermatol* 2021; 102(2):11-20. Consultado el 30 de octubre de 2023. Disponible en: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-300X2021000200011&lng=es.