

El cambio climático y la salud de los adultos mayores

La comprensión de las amenazas para la salud humana derivadas del cambio climático puede ayudarnos a colaborar para reducir los riesgos y estar preparados.

El cambio climático es una amenaza para la salud humana, incluida la salud mental, así como para el acceso al aire limpio, al agua potable de calidad, a alimentos nutritivos y a la vivienda. El cambio climático nos afecta a todos en algún momento de nuestra vida. Algunas personas se ven más afectadas que otras por el cambio climático debido a factores como el lugar donde viven, su edad, su estado de salud, sus ingresos y ocupación, y su forma de vida.

Los adultos mayores son vulnerables a los impactos para la salud relacionados con el cambio climático por varias razones. Una de ellas es que los cambios habituales que ocurren en el cuerpo debidos al envejecimiento, como la pérdida de músculos y huesos, pueden reducir la movilidad. Los adultos mayores tienen más probabilidades de tener alguna enfermedad crónica, como diabetes, que exige el uso de medicamentos para tratarla. Es posible que algunos adultos mayores, en especial aquellos con alguna discapacidad, necesiten ayuda para sus actividades diarias. En 2010, casi la mitad de las personas de más de 65 años dijeron tener una discapacidad, en comparación con 17% de las personas de 21 a 64 años. Esto incluye discapacidades en uno o más aspectos relacionados con la comunicación (ver, oír o hablar), las funciones mentales (como la enfermedad de Alzheimer, senilidad o demencia), y el funcionamiento físico (capacidad reducida o inexistente para caminar, subir escaleras, o levantar o sujetar objetos).

Debido a que se prevé que la población de 65 años o más casi se duplique en el año 2050 —al pasar de unos 48 millones a 88 millones— aumentará el número de personas que vivirá con las vulnerabilidades mencionadas. Por ejemplo, el porcentaje de adultos mayores con

diabetes aumentó de 9% en 1980 a casi 20% en 2009. De igual manera, mientras que en 2013, unos 5 millones de americanos de más de 65 tenían la enfermedad de Alzheimer, se prevé que en el año 2050 esta cifra aumente a casi el triple.

Es importante para los adultos mayores, sus familias y las personas que los cuidan entender el impacto del cambio climático en la salud, de manera que puedan empezar a hacer planes para protegerse de la exposición.

¿En qué consiste el cambio climático y por qué es importante para la salud?

Todos hemos oído hablar de él, pero ¿qué es exactamente el cambio climático? Los gases de efecto invernadero actúan como una manta que rodea a la Tierra y encierra la energía en la atmósfera. Las actividades humanas, en especial la quema de combustibles fósiles para obtener energía, aumentan la cantidad de gases de efecto invernadero presentes en nuestra atmósfera y hacen que suba la temperatura. El **clima** es el conjunto de condiciones meteorológicas usuales o promedio de una zona. El **cambio climático** es todo cambio en esas condiciones meteorológicas promedio, como el aumento de las temperaturas, que se extiende por un largo período. El cambio climático influye en los alimentos que consumimos, el aire que respiramos y el agua que bebemos. También genera eventos extremos del clima, como inundaciones, sequías e incendios forestales. Todos estos impactos influyen en la salud humana.

Los adultos mayores y sus familias, así como las personas que los cuidan deben determinar en qué forma las condiciones de salud y la vivienda de esos adultos influyen en la exposición a los impactos negativos del cambio climático.



Calor extremo

El cambio climático aumentará los eventos de calor extremo y generará el aumento de las temperaturas a todo lo largo del año. La exposición al calor extremo puede intensificar el riesgo de enfermedad y muerte en los adultos mayores, en especial en las personas que tienen insuficiencia cardíaca congestiva, diabetes y otras enfermedades crónicas que aumentan la sensibilidad al calor. Las temperaturas más elevadas también se han vinculado con un mayor número de hospitalizaciones de los adultos mayores que padecen de trastornos cardíacos y pulmonares. A pesar de que algunos adultos mayores de bajos ingresos tienen en sus viviendas unidades de aire acondicionado, quizás no las utilicen debido al costo tan alto de su funcionamiento.



Eventos extremos

El cambio climático influye en la frecuencia e intensidad de algunos eventos climáticos extremos, como las inundaciones (relacionadas con las lluvias fuertes, los huracanes y las tormentas costeras), las sequías y los incendios forestales. Los adultos mayores tienen más probabilidades de morir por causas relacionadas con las tormentas y las inundaciones. Por ejemplo, casi la mitad de las muertes debidas al huracán Katrina fueron de personas de más de 75 años, mientras que, de las víctimas causadas por la tormenta Sandy casi la mitad tenían más de 65 años. Si un evento extremo exige la salida de un lugar, los adultos mayores tienen riesgos más altos de sufrir impactos en la salud física y mental. Algunas de las personas más vulnerables son las que tienen alguna discapacidad, enfermedades crónicas, o quienes viven en residencias para adultos mayores o en establecimientos de vida asistida. Los impactos en la salud pueden agravarse por las interrupciones en la atención médica y las dificultades asociadas con el transporte de los pacientes con los medicamentos que necesitan, sus antecedentes médicos y cualquier equipo como el oxígeno. Los eventos



extremos también pueden causar apagones que interfieren con el uso de equipo médico eléctrico y con los elevadores, lo cual deja a algunas personas sin tratamiento o incapacitadas para evacuar un lugar.

Mala calidad del aire

El cambio climático deteriora la calidad del aire debido a que la subida de las temperaturas facilita la formación de ozono a nivel del suelo y puede prolongar la duración de la temporada de alérgenos, como el polen de ambrosía. Los patrones cambiantes del clima y los incendios forestales más intensos y frecuentes también intensifican la contaminación, el polvo y el humo en el aire. Estos cambios aumentarán el número de las visitas al departamento de urgencia y las admisiones al hospital hasta de adultos mayores sanos. La mala calidad del aire empeora los trastornos respiratorios comunes en los adultos mayores, como el asma y la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). La contaminación del aire también puede influir en el riesgo de ataques cardíacos en los adultos mayores, en especial, en los que tienen diabetes o son obesos.



Enfermedades transmitidas por garrapatas o mosquitos

El cambio climático y el aumento de la temperatura llevarán a que las garrapatas y los mosquitos amplíen su hábitat y estén presentes por temporadas más largas. Esto quiere decir un mayor riesgo de picaduras por garrapatas y mosquitos que transmiten enfermedades. La enfermedad de Lyme, transmitida por garrapatas, se diagnostica con frecuencia en los adultos mayores. Los virus del Nilo occidental y de la encefalitis de San Luis, propagados por mosquitos, representan un riesgo más elevado para los adultos mayores que ya tienen el sistema inmunitario debilitado.



Enfermedades causadas por agua contaminada

El cambio climático aumenta el riesgo de contaminación de las fuentes de agua para beber y de las aguas recreacionales. Los adultos mayores se encuentran expuestos a un mayor riesgo de contraer enfermedades gastrointestinales debido a las aguas contaminadas. Para quienes ya tienen mala salud, son más altas las probabilidades de sufrir consecuencias graves para la salud e incluso la muerte. En el 2013, para casi 28% de los adultos de 75 años o más su estado de salud se describía como regular o malo, en comparación con los adultos de 18 a 44 años.

El impacto de la ubicación

Dependiendo del lugar donde viven, algunos adultos mayores pueden ser más vulnerables que otros a los efectos del cambio climático sobre la salud. Por ejemplo, cerca de 20% de los adultos mayores viven en una zona en las que ocurrió un huracán o una tormenta tropical en los últimos 10 años. La gravedad cada vez mayor de las tormentas tropicales puede plantear riesgos para los adultos mayores que viven en zonas costeras. Para los adultos mayores que viven en ciudades, varios factores como el efecto isla de calor urbano, el crecimiento urbano y la seguridad de la comunidad también pueden representar riesgos. Para los adultos mayores y las personas con movilidad reducida que viven en edificios de muchos pisos con elevadores, la pérdida de electricidad durante una tormenta puede dificultar el acceso a alimentos, medicinas y otros servicios necesarios.



Esta hoja informativa está basada en: Los impactos del cambio climático en la salud humana en los Estados Unidos: una evaluación científica. [The Impacts of Climate Change on Human Health in the United States: A Scientific Assessment].

Para leer el informe completo en inglés, visite:

<https://health2016.globalchange.gov>

Para leer el resumen ejecutivo en español, visite:

https://s3.amazonaws.com/climatehealth2016/high/ClimateHealth2016_ResumenEjecutivo_SpanishExecSummary_Standalone.pdf

Para saber más:

Climate Change: Human Health

<https://www3.epa.gov/climatechange/impacts/health.html>

Climate Change: What You Can Do

<https://www3.epa.gov/climatechange/wycd>

Healthy Aging & the Built Environment

<https://www.cdc.gov/healthyplaces/healthtopics/healthyaging.htm>

Heat and the Elderly

<http://www.cdc.gov/disasters/extremeheat/older-adults-heat.html>

