

El cambio climático y la salud de las embarazadas

Comprender 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.

La mayoría de las mujeres tienen embarazos saludables y dan a luz bebés sanos. Sin embargo, el cambio climático puede agravar los riesgos ambientales que ponen en peligro la salud de las embarazadas y aumentan los riesgos para la salud del bebé, tales como:

- **Bajo peso al nacer.** Si un bebé pesa menos de 2,5 kilos al nacer, esto puede tener efectos duraderos sobre su salud.
- **Parto prematuro.** Se considera que un parto es prematuro si el trabajo de parto empieza antes de las 37 semanas de embarazo y este parto podría acarrear problemas de salud.

Los contaminantes del aire pueden causar enfermedades respiratorias en las embarazadas y, además, ocasionar bajo peso al nacer o un parto prematuro. El cambio climático empeora la calidad del aire debido a las temperaturas elevadas que favorecen la formación de una capa de ozono a nivel del suelo. El cambio de los patrones climáticos, así como los incendios forestales más intensos y frecuentes también aumentan el nivel de contaminación, polvo y humo presentes en el aire.

El cambio climático también hará que los eventos de calor extremo sean más frecuentes y graves, lo que podría ocasionar deshidratación e insuficiencia renal en las embarazadas. Si la deshidratación ocurre al principio del embarazo puede afectar el crecimiento del bebé y si ocurre más adelante puede ser la causa de un parto prematuro.

¿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.

Es importante que las embarazadas y sus familias entiendan los riesgos potenciales de la exposición y que colaboren con sus médicos para minimizar su exposición a los riesgos ambientales, de manera que puedan proteger tanto su salud como la de sus bebés.



Se ha previsto que debido al cambio climático aumente la intensidad de los huracanes y de las lluvias, por lo que las inundaciones pueden ser más frecuentes y más graves. Estos fenómenos meteorológicos extremos aumentan los riesgos para la salud de las embarazadas. Una alimentación de mala calidad y la diarrea causada por agua o alimentos contaminados se han vinculado a resultados negativos de los partos, como el bajo peso al nacer. Las inundaciones pueden inducir un aumento en la exposición a toxinas y al moho. Los eventos meteorológicos graves pueden dañar las casas, otros edificios y las carreteras o exigir la evacuación, lo que dificulta el acceso de las embarazadas a la atención médica especializada que necesitan.

Los resultados físicos relacionados con los riesgos ambientales son motivo de preocupación no sólo para las embarazadas. Tanto las embarazadas como las mujeres que han dado a luz recientemente (posparto), se encuentran expuestas a un mayor riesgo de estrés grave y otros resultados negativos de salud mental debido a los desastres naturales asociados con el cambio climático. El estrés maternal grave puede aumentar el riesgo de resultados negativos tales como un parto prematuro.

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, 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

El cambio climático y la salud de los niños
<https://www3.epa.gov/climatechange/impacts/health/factsheets>

Climate Change: Human Health
<https://www3.epa.gov/climatechange/impacts/health.html>

Climate Change: What You Can Do
<https://www3.epa.gov/climatechange/wydc>

Effects of Disasters on Pregnant Women
<https://www.cdc.gov/reproductivehealth/emergency>

¿Cómo puede limitar los impactos del clima durante el embarazo?:

El Departamento de Salud del lugar donde vive puede suministrarle información sobre los centros para refrescarse, la preparación para desastres y otros temas de interés para usted.

Buscador de departamentos de salud:
<https://www.cdc.gov/mmwr/international/relres.html>

Visite los siguientes sitios web para saber cómo estará el clima, la calidad del aire, la calidad del agua, la concentración de polen y los cierres de playas en la zona donde vive.

Clima: <https://www.weather.gov>

AirNow (calidad del aire y concentración de polen):
<https://www.airnow.gov>

WaterAlert (calidad del agua):
<http://water.usgs.gov/wateralert>

EPA Beach (cierres de playas y notificaciones):
<https://www.epa.gov/beaches/find-information-about-your-beach>

Hable con su médico acerca de algún contaminante con el que usted cree haber estado en contacto o con los que pudiese estar en contacto y de cualquier otra inquietud que pudiera tener.

