

[Suscríbete](#)[Iniciar Sesión](#)

Home > Ambiente

Te quedan **3 artículos gratis** este mes.

[Regístrate](#)

21 oct 2021 - 9:36 a. m.

Salud mental: el cambio climático incrementó sentimientos negativos en un 155%

El último informe de *The Lancet Countdown* encontró que, durante las olas de calor, los sentimientos negativos que reportaron las personas en Twitter aumentaron en un 155%. Entrevista con Sonja Ayeb-Karlsson, quien hace parte de la iniciativa desde el 2015, y se ha dedicado a estudiar temas de cambio climático desde la perspectiva de la migración, el desplazamiento y la salud mental.



María Mónica Monsalve

Periodista





Sonja Ayeb-Karlsson, quien hace parte de *The Lancet Countdown* desde el 2015 y se ha dedicado a estudiar temas de cambio climático desde la perspectiva de la migración, el desplazamiento y la salud mental.

Andreas Schalk / Flickr

Cada año, desde el 2015, un grupo de más de 90 investigadores, agrupados bajo *The Lancet Countdown*, publica un minucioso informe sobre cuál es el impacto que el cambio climático está teniendo en la salud humana. Se trata de un largo análisis que nasa

por las olas de calor, la polución del aire y qué tan sólidos son los sistemas de salud para afrontar esta crisis. Pero el año pasado el informe hizo una valiosa reflexión que venía, además, con una promesa.

“Correlacionar el cambio climático y la salud mental es desafiante por varias razones, incluidos el estigma y el sub-reporte, las diferencias en los sistemas de salud y las variaciones en la comprensión cultural del bienestar”, señalaban. Por esto, los próximos reportes debían trabajar por construir un indicador sobre la salud mental. El nuevo y último reporte, titulado *Código rojo para un planeta saludable*, cumplió la promesa. Incluyó el indicador “calor y sentimiento” que, aunque no abarca la salud mental como tal, sí es el primero en explorar el proceso interno que atraviesan las personas frente al cambio climático.

“La exposición a olas de calor empeora los sentimientos expresados, con un aumento del 155% en las expresiones negativas en Twitter durante las olas de calor en 2020 con respecto al promedio de 2015 a 2019”, es lo que dice el indicador. Un hallazgo al que llegaron los investigadores tras clasificar los sentimientos expresados en 6 mil millones de trinos publicados entre el 2015 y el 2020. Y aunque no se trata de la métrica más fuerte, como dice el informe, sí “da un vistazo a la influencia que tiene el calor extremo en el sentimiento de las personas de todo el mundo”.

Para conocer más sobre lo que se sabe sobre la relación del cambio climático y la salud mental, **El Espectador** habló con Sonja Ayeb-Karlsson, quien hace parte de *The Lancet Countdown* desde el 2015 y

se ha dedicado a estudiar temas de cambio climático desde la perspectiva de la migración, el desplazamiento y la salud mental, entre otros. Actualmente Ayeb-Karlsson es parte del Instituto para el Ambiente y la Seguridad Humana de la Universidad de las Naciones Unidas, en Bonn, Alemania.

¿Cómo interpretar este nuevo indicador?

Bueno, hay que tener claro que, más que enfocarse en salud mental, apunta a los sentimientos y emociones ligados al cambio climático. Y se debe tener en cuenta que usa datos de Twitter, lo que implica que hay cierto sesgo. No todos los países o poblaciones tienen acceso a redes sociales. Vemos, en el mapa, que Estados Unidos y Brasil destacan, pero no sucede lo mismo para zonas como Alaska y ciertos países de África, lo que tiene sentido porque, en los primeros, la mayoría de las personas tienen celulares. Así que, a pesar de que es un indicador muy interesante, hay que ser cautelosos.

Estudiar la relación entre cambio climático y salud mental es una de las partes más desafiantes, según el informe. Usted lleva un tiempo dedicada a entender esta relación. ¿Qué ha ido encontrando?

Hay unas relaciones directas, asociadas con el aumento de eventos de extremo calor. En un estudio que publicaré pronto, por ejemplo, exploramos cambios en tasas de suicidio y cambio climático. La tendencia que vemos es que aumenta particularmente en mujeres y jóvenes con el incremento de la humedad. lo que es bastante

interesante. Exploramos información en 60 países y es algo que no solo estaría sucediendo en el sur global, sino en el norte.

¿Se podría decir, entonces, que el calor extremo tiene efectos sobre el cerebro?

Bueno, hay algunas investigaciones que sugieren que las personas con desordenes depresivos o esquizofrenia luchan por regular la temperatura de manera similar a la forma en la que luchan por regular el estado de ánimo. Pero también habría que considerar que, con un calor extremo, no se puede dormir o se pierde apetito, y ya sabemos que un par de noches sin dormir bien puede tener impactos psicológicos. A esto se suma otra capa que es la polución del aire. Las partículas muy finas podrían afectar ciertas partes del cerebro, aunque esta rama de la investigación es muy joven aún. Pero, lo importante, es entender también que todo está atravesado por las inequidades sociales, que son un factor que media todo.

¿Y cómo se han explorado esos factores sociales en relación a la salud mental y el cambio climático?

Por ejemplo, el cambio climático puede alterar tu sustento para vivir o, incluso, puedes llegar a perderlo. Eso lleva a que la persona entre en una especie de estrés financiero que tendrá impactos en la salud mental

Un ejemplo podría ser el caso de desplazamiento o migración por cambio climático, que también se menciona en el reporte...

Sí. Sabemos que muchos migrantes, refugiados o personas que han experimentado conflictos tiene más problemas de salud mental, como estrés postraumático asociado a las razones por las que debieron de salir de su hogar. El informe explora este fenómeno asociado a la exposición al aumento del nivel del mar y el indicador concluye que hay 569.6 millones de personas que podrían vivir riesgos directos e indirectos asociados al peligro que implica el aumento del nivel del mar. Claro, no sabemos cómo van a responder a esto, si migraran, algunas serán desplazadas y otras podrían adaptarse a las inundaciones. Pero también es probable que pierdan su sustento o que lleguen a asentamientos informales, sin acceso a salud, sin documentos, sin poder acceder a programas de beneficios, lo que hace su salud mental más vulnerable. Tengo un estudio que hice en India, sobre la salud de migrantes durante la pandemia. Y todo apunta a que son una población extremadamente vulnerable.

¿Hay otras relaciones ligadas a impactos de cambio climático, como intensificación de huracanes o sequías?

Hay bastantes estudios que exploran el estrés postraumático con relación a huracanes o inundaciones. Yo hizo una investigación en Bangladesh, enfocada en inmovilidad por género. Las mujeres temían evacuar a los refugios porque les daba miedo que las violaran o acosaran, ya fuera en los refugios o en el camino hacia ellos. También evitaban migrar porque temían lo que dijeran de ellas, los rumores que generarían si evacuaban solas antes de casarse. Hay muchas capas de análisis. En Suecia, de donde soy, se está explorando el suicidio tras incendios, que parece aumentar.

Esto podría ser porque destruye el ganado o los cultivos completos de los granjeros.

Hay un tema que no toca el informe, pero que ha empezado a crecer mucho en medios: el de eco-ansiedad. ¿Cómo se ha explorado?

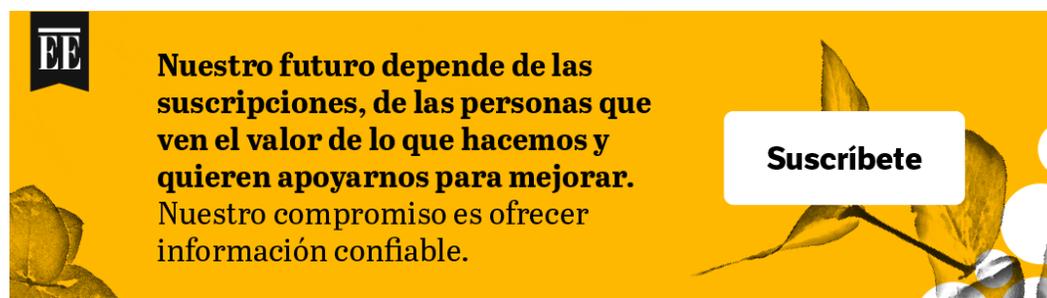
Se ha explorado desde dos áreas. En una he trabajado yo misma y tiene que ver con el duelo ecológico o la pérdida y el duelo. La mayoría de estas investigaciones se han realizado con poblaciones indígenas, sobre la pérdida que implica ser testigo de cómo desaparece tu hogar, tu ambiente, ante tus ojos. En Canadá, por ejemplo, se ha explorado con los inuit, que han visto la pérdida de hielo y de nieve, y tiene un impacto en su salud mental, porque está relacionado fuertemente con su identidad. Las tasas de suicidio entre los inuit son altas. Pero también se debe tener en cuenta que son una población que ha vivido años de discriminación y de colonialismo, lo que implica que ya venía con un trauma. A eso, entonces, se le suma un estrés adicional.

¿Y cuál es el otro campo de la eco ansiedad?

Está muy relacionada con lo que vive el movimiento *Fridays is For Future* (Viernes para el Futuro). Los investigadores han encontrado que la generación de jóvenes se está sintiendo desesperanzada, muy preocupada por la emergencia climática y frustrada porque los tomadores de decisiones no generan cambios. No he visto mucha investigación primaria sobre el tema, pero se ha empezado a explorar.

¿Qué podrían hacer los sistemas de salud para prepararse a este panorama?

La salud mental ha estado desfinanciada crónicamente. Hay que reconocer que muchos países no tienen recursos, entonces tienen que priorizar lo poco que tienen, por lo que la salud mental queda de lado. Lo primero, entonces, es entender la salud mental como algo serio, porque determina la calidad de vida, la capacidad de trabajar y funcionar. Lo segundo es seguir trabajando en contra del estigma, porque seguimos sin hablar sobre la depresión o el suicidio, es algo que metemos bajo el tapete. Lo último, y relacionado con el cambio climático, es entender que la salud mental y la física están mano a mano. Si me lesiono una pierna durante un huracán, no podré trabajar por meses, y eso tendrá un impacto mental. Todo esfuerzo debe pensarse desde ahí.



EE Nuestro futuro depende de las suscripciones, de las personas que ven el valor de lo que hacemos y quieren apoyarnos para mejorar. Nuestro compromiso es ofrecer información confiable.

Suscríbete



Recibe alertas desde Google News

Temas Relacionados

Cambio climático

Clima hoy

Salud mental
