

Impacto del Cambio Climático y de la Pandemia de COVID-19 sobre la Salud Mental

El cambio climático tiene impacto sobre la salud y el bienestar en forma global. Los profesionales del departamento de emergencias desempeñan un papel en la identificación, la evaluación, la intervención temprana y la atención de aquellos que experimentan los efectos psicológicos asociados con eventos relacionados con el clima, incluidos las altas temperaturas, los desastres naturales y las enfermedades infecciosas emergentes.



Fuente: Journal of Emergency Nursing 46(5):590-599

Título original: Mental Health Impacts of Climate Change: Perspectives for the ED Clinician

Autores: Nicholas P, Breakey S, Viamonte Ros A y colaboradores

Institución: MGH Institute of Health Professions School of Nursing, Boston, EE.UU.; Florida International University, Miami, EE.UU.

Introducción

El cambio climático afecta en forma adversa a la salud. De hecho, el impacto de nuestro clima tiene repercusiones deletéreas sobre la salud, no solo a nivel individual, sino poblacional y mundial. Las altas temperaturas, los valores extremos de precipitación, los eventos meteorológicos extremos y el aumento del nivel del mar han conducido a incrementos en las exposiciones a eventos de calor extremos, mala calidad del aire, reducción de la calidad de los alimentos y del agua, modificaciones respecto de los agentes infecciosos y movimientos poblacionales. Estos efectos también han conducido a enfermedades relacionadas con el calor, los alimentos, el agua y los vectores, a afecciones cardiopulmonares, así como a impacto sobre la salud mental.

Los efectos perjudiciales del cambio climático no se distribuyen homogéneamente. Los más afectados comprenden los habitantes de países de medianos y bajos ingresos, ciertos grupos raciales, inmigrantes, niños y embarazadas, ancianos, personas con comorbilidades clínicas o psiquiátricas, ciertos grupos laborales y personas con discapacidad. Han surgido nuevas terminologías con relación al cambio climático y la salud, como solastalgia (angustia mental provocada por el cambio ambiental) y ecoansiedad (ansiedad o depresión relacionadas con la modificación ambiental). La

exposición a eventos extremos aumenta el riesgo de secuelas en la salud mental, en particular depresión o ansiedad, que pueden afectar en forma desproporcionada a aquellos con trastornos mentales previos.

Los trastornos mentales asociados con el cambio climático comprenden el trastorno por estrés agudo, el trastorno por estrés postraumático, la depresión y la ansiedad. Por ejemplo, hay publicaciones de trastornos de ansiedad en casi la mitad de las personas que permanecieron en Nueva Orleans luego del Huracán Katrina, mientras que de los que fueron desplazados, solo el 26.4% experimentó este trastorno. Los factores de riesgo identificados fueron escaso apoyo o red social; lesión física; pérdida significativa de la propiedad; presenciar lesiones, enfermedad o muerte; pérdida de miembros de la familia; cambio de lugar, y antecedentes de enfermedad de salud mental. Entre las poblaciones vulnerables, los niños presentan riesgo elevado.

Cambio climático: mitigación, adaptación y resiliencia

La mitigación hace referencia a la reducción de la tasa de calentamiento global mediante la disminución de las emisiones de gases de efecto invernadero. Al firmar el Acuerdo de París, las naciones se comprometieron a reducir las emisiones de gas de efecto invernadero significativamente hacia el año 2030, con el objetivo de limitar el calentamiento a menos de 2 °C por encima de los niveles preindustriales.

La adaptación hace referencia a las medidas tomadas desde el nivel individual hasta el internacional, para reducir los riesgos y prepararse para el potencial impacto climático. El grado de vulnerabilidad depende de la sensibilidad al impacto climático, los niveles de exposición y la capacidad para adaptarse a amenazas climáticas directas. El objetivo es crear resiliencia al abordar estas amenazas, para proteger la salud y el bienestar de los individuos.

La resiliencia tiene como meta adaptarse al impacto del cambio climático actual y futuro. Por ejemplo, aumentar las estrategias para evitar que los trabajadores expuestos a estrés por calor sufran un golpe de calor. El impacto de los costos por el estrés por calor es considerable. Por ello, es crítico que los profesionales del departamento de emergencias (PDE) aborden y traten los peligros emergentes para pacientes relacionados con la exposición laboral al calor y las consecuencias sobre su salud mental.

Antecedentes del impacto del cambio climático sobre la salud mental

Se sabe que el clima tiene impacto sobre el estado de ánimo de las personas, como se observa en el trastorno afectivo estacional. Asimismo, aquellas que viven en regiones con climas más extremos tienen mayor probabilidad de presentar síntomas relacionados con trastornos del estado de ánimo y afectivos. Existen impactos agudos y crónicos sobre la salud mental, relacionados con cambios climáticos debido a consecuencias directas o indirectas. Los impactos agudos sobre la salud mental provienen de desastres naturales y eventos climáticos extremos. El trauma y el *shock* pueden conducir a ansiedad, depresión, fobias y deterioro somático, así como a trastornos por abuso de sustancias. Si no se realizan intervenciones, las personas pueden comenzar a experimentar síndrome de estrés postraumático (SEP) y aumento de tendencias suicidas. El SEP es más probable en los individuos que perdieron a personas queridas, propiedades o elementos de valor personal. El estrés extremo puede ocurrir cuando se conjugan efectos de efectos estresantes de la vida cotidiana,

con estrés relacionado con el clima, lo que puede conducir a estrés crónico y sus secuelas, incluido el suicidio, y también a síntomas físicos, incluidos los trastornos del sueño y el compromiso del sistema inmunitario, así como problemas en las relaciones sociales. La incidencia de violencia sexual intrafamiliar y maltrato de menores aumenta en familias que han experimentado desastres. Las causas incluyen estrés parental, disminución del apoyo social y pérdidas económicas.

Los impactos crónicos sobre la salud mental se relacionan con el incremento de la temperatura e incluyen aumento de la violencia y emergencias de salud mental. A medida que aumenta la temperatura, se incrementan las conductas agresivas. También impactan cuestiones relacionadas con el agua. Por ejemplo, la sequía que duró varios años fue la chispa que inició el conflicto sirio, que provocó una guerra y crisis de migración en Medio Oriente.

Abordaje de impactos de la salud mental de los cambios climáticos en DE

El Centro de Prevención y Control de Enfermedades ha desarrollado un abordaje para comprender el impacto del cambio climático sobre la salud, que puede guiar a los profesionales de la salud en el contexto de la atención de emergencias. Los impactos, que pueden afectar la salud mental, comprenden lesiones, muertes y otras consecuencias para la salud mental relacionadas con climas extremos, asma y enfermedad cardiovascular, debido a contaminación del aire con potencial para producir depresión y ansiedad, modificaciones en la ecología de vectores, alergias respiratorias, asma, impacto sobre la calidad del agua secundario a cólera, floración de algas perjudiciales, criptosporidiosis y leptospirosis, desnutrición y diarrea debido a impactos sobre el agua y los alimentos, violencia secundaria a degradación ambiental y estrés por calor, enfermedad relacionada con calor y muerte.

El concepto de trauma hace referencia a eventos sufridos por una persona, que resultan física o emocionalmente deletéreos o que pueden comprometer la vida, y que se asocian con efectos adversos a largo plazo sobre diversos aspectos del bienestar del individuo, no solo físicos sino también mentales, emocionales, sociales o espirituales. Resulta esencial que los PDE consideren el impacto sobre la salud mental del trauma relacionado con el cambio climático. Con respecto a la evaluación del impacto sobre la salud mental, las enfermeras del DE deben considerar el impacto de la depresión, el estrés y la ansiedad, las relaciones sociales, el duelo complicado y el abuso de sustancias, entre otros.

Luego de un evento relacionado con el clima, no solo aumentan las consultas por lesiones físicas, sino también respecto de la salud mental, tanto en las fases agudas como en las crónicas posteriores a los desastres. Los individuos vulnerables, incluyendo aquellos con trastornos de la salud mental previos, con bajos ingresos, inmigrantes, minorías, ancianos y niños, que resultan víctimas de eventos climáticos tanto extremos como graduales, presentan riesgo incrementado de sufrir ansiedad, SEP, ideación suicida y abuso de sustancias. Por otro lado, el estrés emocional, el acceso restringido a fármacos y las dificultades económicas pueden exacerbar los trastornos mentales existentes al afectar la capacidad de la adhesión a la medicación. Los pacientes que toman medicación psicotrópica expuestos al calor pueden presentar reducción de la regulación al calor y alteración de la homeostasis hidroelectrolítica. Los fármacos para afecciones cardíacas, incluidos los diuréticos, pueden exacerbar posibles efectos adversos hemodinámicos negativos.

Impacto de la pandemia de enfermedad por coronavirus 2019 sobre la salud mental

Si bien no existen pruebas directas de que el cambio climático tenga influencia sobre la diseminación de la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19), dicho cambio incrementa la probabilidad de enfermedades infecciosas emergentes, lo que podría conducir a aumento de la aparición de futuras pandemias. Muchas de las causas del cambio climático provocan cambios en la forma en que interactuamos con el ambiente y con otras especies. Por ejemplo, la deforestación se asocia con migración animal. El incremento del contacto entre seres humanos y animales aumenta la probabilidad de nuevas enfermedades infecciosas. Los grupos particularmente vulnerables a trastornos mentales relacionados con la pandemia actual incluyen aquellos que contrajeron COVID-19; los que presentan riesgo aumentado de contraerla; aquellos con antecedentes de trastornos físicos, psiquiátricos y por abuso de sustancias, y trabajadores en la primera línea, como los trabajadores de la salud. La prioridad inicial es la provisión de cuidados físicos para las personas afectadas por COVID-19. A medida que transcurre la pandemia, resulta claro que es necesario abordar el impacto psicológico. Los factores asociados con la angustia emocional comprenden vulneración de la libertad personal, aislamiento social, gravedad de la enfermedad, inseguridad laboral, pérdidas financieras, desinformación e incertidumbre. El aislamiento social prolongado puede conducir a ansiedad, trastornos del ánimo o adicciones. Más aún, el aislamiento social y los sentimientos subjetivos de soledad se asocian con riesgo incrementado de suicidio. Asimismo, en forma similar a lo que ocurre con los desastres relacionados con el clima, la pandemia aumenta la preocupación por la violencia intrafamiliar.

Conclusión

El cambio climático tiene impacto sobre la salud y el bienestar en forma global. Los PDE desempeñan un papel en la identificación, la evaluación, la intervención temprana y la atención de aquellos que experimentan los efectos psicológicos asociados con eventos relacionados con el clima, incluidas altas temperaturas, desastres naturales y enfermedades infecciosas emergentes.