

# I medici di famiglia del mondo possono fare molto per la salute del pianeta

È questo il messaggio lanciato dal Wonca, da Planetary Health Alliance e da Clinicians for Planetary Health Working Group in un documento congiunto in cui delineano le strategie che i Mmg possono mettere in campo

**P**ortare la consapevolezza della salute planetaria ai medici di medicina generale, evidenziare la sua rilevanza per la loro pratica clinica e motivarli ad agire attraverso una varietà di canali: sono queste le finalità messe a punto nella "Dichiarazione di appello ai medici di famiglia del mondo ad agire per la salute del pianeta" dall'Organizzazione mondiale dei medici di famiglia (Wonca), dalla Planetary Health Alliance (Pha) e dal Clinicians for Planetary Health Working Group.

La salute planetaria è un campo di ricerca emergente incentrato sullo studio dell'associazione tra la distruzione causata dall'uomo degli ecosistemi e la salute pubblica. Mira a sviluppare e studiare l'efficacia di soluzioni basate sull'evidenza per salvaguardare un mondo equo, sostenibile e sano.

La salute e il benessere dell'umanità dipendono dall'ambiente naturale. Tuttavia, in presenza di una continua crescita della popolazione umana e di modelli di consumo eccessivo, gli ecosistemi stanno subendo cambiamenti drastici. Di conseguenza, nonostante i miglioramenti conquistati in termini di salute pubblica negli ultimi decenni, ci troviamo sempre più di fronte al degrado della qualità dell'aria, alla produzione di cibo minacciata, a nuove esposizioni a malattie infettive, alla diminuzione dell'accesso a fonti di acqua potabile, a nuovi perico-

li naturali ed a conseguenze negative in termini di nutrizione, salute mentale e maggiore suscettibilità a catastrofi naturali e malattie.

## ► Cambiamenti ambientali e rischi

Si stima che il sempre più rapido cambiamento ambientale rappresenterà il principale determinante di malattia nel prossimo secolo, colpendo le generazioni future e coloro che sono già più vulnerabili, come alcune popolazioni indigene e i paesi a reddito medio-basso.

Secondo tali organizzazioni i medici di famiglia dovrebbero preoccuparsi della salute planetaria perché sono in prima linea nella protezione della salute, ed è importante che riconoscano l'impatto che i cambiamenti ambientali possono avere sulla salute umana. Anche se le sfide ambientali globali comportano enormi rischi per la nostra salute e il benessere, offrono anche opportunità di azione. I Mmg devono prepararsi a rispondere alle nuove minacce alla salute, affrontare le cause profonde derivanti dai cambiamenti demografici e dai modelli di produzione e apportare cambiamenti nelle strutture istituzionali e nella vita quotidiana. I medici di famiglia sono una delle fonti di informazioni più affidabili per i pazienti e hanno la capacità unica di comprendere e comunicare il mute-

vole panorama delle sfide della salute planetaria e le strategie che gli individui possono adottare per salvaguardare contemporaneamente la loro salute e quella dell'ambiente.

## ► Cosa possono fare i medici di medicina generale?

- 1 Scoprire di più sulla Salute Planetaria** su [www.planetaryhealthalliance.org](http://www.planetaryhealthalliance.org).
- 2 Comunicare ai pazienti che la loro salute dipende fondamentalmente dall'ambiente**, sia nelle loro immediate vicinanze che a livello globale. Siamo tutti responsabili della cura dei nostri sistemi naturali.
- 3 Rispondere alle emergenti sfide sanitarie causate dai cambiamenti ambientali.** Tenendo a mente la salute del pianeta, è necessario conoscere e monitorare i fattori ambientali locali -come ondate di calore e altri disastri naturali, la pulizia del terreno e la qualità dell'aria- che possono influire sulla salute o sulla risposta al trattamento dei pazienti.
- 4 Preparare la pratica clinica ed l'ambulatorio** per eventuali disastri, valutando e pianificando minacce come caldo estremo, inondazioni o tempeste (31). Aiuta la tua comunità a comprendere che dovrebbero avere dei propri piani di gestione delle calamità.

**5 Informare i pazienti sui rilevanti co-benefici:** scelte quotidiane e cambiamenti chiave che possono apportare nella propria vita portano a benefici simultanei sia per la propria salute che per quella dell'ambiente, tra cui:

► **Scelte alimentari:** una transizione verso una dieta a base vegetale più sostenibile - ricca di frutta, verdura, frutta secca e legumi - può ridurre l'impatto ambientale dell'agricoltura. Attualmente, l'allevamento di bestiame contribuisce maggiormente all'immissione di gas serra nell'atmosfera rispetto al settore dei trasporti, che rappresenta il 14,5% di tutte le emissioni di gas serra causate dall'uomo e contribuisce ad altre questioni ambientali come la deforestazione e la resistenza antimicrobica. Inoltre, gli alimenti coltivati localmente e non trasformati, come quelli provenienti dall'acquisto diretto dal produttore, possono aumentare la disponibilità di nutrienti, promuovere diete sane e contrastare la denutrizione e l'obesità riducendo al contempo le emissioni di gas serra dei trasporti di cibo. Ridurre i rifiuti alimentari personalmente e attraverso iniziative comunitarie è anche una parte cruciale per mitigare gli impatti ambientali della produzione alimentare.

► **Trasporto attivo:** le forme di trasporto che coinvolgono l'attività fisica, come il ciclismo e la camminata, hanno il duplice vantaggio di ridurre le emissioni e di proteggere da molteplici malattie.

► **Scelte energetiche:** il passaggio a fonti di energia rinnovabile e l'abbandono dei combustibili fossili, come il carbone, potrebbe ridurre notevolmente gli impatti sulla salute e sull'ambiente derivanti dall'inquinamento atmosferico da combustibili fossili e dalle emissioni di gas serra. L'accesso a combustibili e tecnolo-

gie di cottura puliti ed efficienti non solo riduce l'esposizione al fumo, ma riduce anche l'onere per le famiglie che altrimenti passerebbero il tempo a raccogliere carburante o a scambiare il cibo per esso.

► **Salute riproduttiva:** garantire l'accesso universale all'assistenza sanitaria riproduttiva può migliorare sia la salute materna che infantile e limitare la crescita della popolazione riducendo le gravidanze indesiderate.

► **Riconnettersi alla natura:** trovare modi per trascorrere più tempo fuori, nella natura - incluso lo spazio verde nelle città - può avere benefici per la salute fisica e mentale e aumentare il senso di co-responsabilità per il nostro ambiente naturale.

► **Ridurre l'impatto ambientale personale in altri modi:** riciclaggio, la riflessione sui propri consumi energetici, il compostaggio, la riduzione dei viaggi aerei e automobilistici, i programmi di compensazione del carbonio, la guida di auto più piccole e più efficienti dal punto di vista energetico e l'utilizzo dei trasporti pubblici sono passi cruciali per mitigare il nostro impatto ambientale e gli impatti conseguenti sulla nostra salute.

► **Impegnarsi nella comunità:** promuovere la coesione e connessione sociale attraverso il community-building non solo si traduce in benefici per la salute mentale, ma può anche aiutare a costruire il capitale sociale necessario per l'azione collettiva. Connettersi con chi ci circonda può essere particolarmente efficace per la salute del pianeta quando ci si mobilita attorno a un obiettivo comune, come portare più spazio verde, piste ciclabili, servizi di compostaggio o mercati degli agricoltori alla tua comunità.

**6 Dare l'esempio:** incorporare i cambiamenti quotidiani di cui sopra nella propria vita per offrirsi

come modello per gli altri. Comprendere l'impatto ambientale dei servizi sanitari, compresi i servizi di energia e rifiuti, la produzione di farmaci, la sovra-prescrizione e il sovra-trattamento, e l'importanza di ridurre il corrispondente impatto negativo sulla salute umana

**7 Essere attivi nel sostenere politiche sanitarie** basate sull'evidenza e impegnarsi con i media e le parti interessate per aumentare la consapevolezza della salute planetaria. Ci sono già numerosi gruppi di medici di tutto il mondo che stanno lavorando per affrontare urgenti problemi di salute planetaria, come quelli elencati su [www.planetaryhealthalliance.org/clinicians](http://www.planetaryhealthalliance.org/clinicians). Se non ci fossero gruppi nella zona dove si esercita, si può iniziare da soli o contattare [pha@harvard.edu](mailto:pha@harvard.edu) per assistenza.

**8 Unirsi al gruppo di lavoro Wonca sull'ambiente.** Partecipa ai vari progetti, come l'iniziativa Wonca Air Health Train the Trainers, e promuovi la ricerca sulla salute planetaria nelle cure primarie.

**9 Impegnarsi nel gruppo dei Medici per la Salute Planetaria,** uno sforzo collettivo per incoraggiare i medici e i loro pazienti riguardo alla promozione della salute del pianeta attraverso modifiche dello stile di vita e attivismo. Aiutaci a sviluppare materiali rivolti ai pazienti che siano applicabili a quante più impostazioni regionali e cliniche possibili per comunicare l'urgenza della salute planetaria e stimolare l'azione.



Attraverso il presente QR-Code è possibile visualizzare con tablet/smartphone "La Dichiarazione di appello ai medici di famiglia del mondo ad agire per la salute del pianeta"