

## Un llamado a la acción desde la Salud Planetaria por el Overshoot Day

El pasado 1 de agosto de 2024 marcó el Overshoot Day (día de la deuda ecológica), la fecha en que como humanidad hemos agotado el presupuesto ecológico anual del planeta. A partir de ese momento, comenzamos a consumir nuestros recursos a una tasa que supera la capacidad de la Tierra para regenerarlos, poniendo en riesgo la estabilidad de nuestros ecosistemas.

Este evento no sólo es una cifra simbólica, sino un claro indicativo de la creciente discrepancia entre nuestras demandas y la capacidad del planeta para satisfacerlas. En el marco de la salud planetaria, el Overshoot Day pone de relieve la urgencia de reformar nuestras prácticas a nivel global.

La salud planetaria reconoce la interconexión entre la salud de los ecosistemas y la de los seres humanos, por lo que la degradación ambiental, manifestada en fenómenos como la deforestación, la pérdida de biodiversidad y la contaminación, impacta directamente nuestra salud. De la misma manera que los eventos climáticos extremos, la pro-

liferación de enfermedades zoonóticas y la disminución de la calidad del aire y del agua son consecuencias claras de cómo el deterioro ambiental afecta a la salud humana.

El Overshoot Day subraya que estamos operando fuera de los límites sostenibles del planeta, esto significa que para seguir sobreviviendo como humanidad necesitamos 1,75 planetas tierras. La sobreexplotación de recursos y la generación excesiva de desechos están llevando a una crisis que afecta todos los aspectos de la vida en la Tierra. Para abordar esta situación, es necesario un enfoque integral que combine mitigación y adaptación. Debemos revisar nuestros patrones de consumo, adoptar prácticas más sostenibles y promover un desarrollo que respete los límites planetarios, por el bien de la salud del planeta y la nuestra.

A nivel individual, cada uno de nosotros puede contribuir a reducir nuestra huella ecológica mediante decisiones más conscientes. No obstante, las acciones individuales deben estar respaldadas por políticas públicas robustas y transformacio-

nes en industrias clave. Los gobiernos y las organizaciones deben priorizar la protección ambiental y la salud pública, implementando estrategias que promuevan la eficiencia de recursos y la equidad.

El Overshoot Day debe ser visto como un catalizador para un cambio global, desde lo local. Sólo mediante una acción coordinada y un enfoque integrado podremos revertir la trayectoria actual y construir un futuro sostenible y saludable. Es momento de actuar con decisión y responsabilidad para que el 1 de agosto no sea simplemente una fecha de recordatorio, sino un punto de inflexión hacia un mundo donde la salud del planeta y de sus habitantes esté asegurada y que el próximo año esta columna siga apareciendo en agosto y no en julio.

Diego Silva Jiménez  
Académico Facultad de Medicina, UCEN