

## Día Nacional del Medio Ambiente: un llamado a la acción ciudadana por un futuro sostenible

Desde 2014, cada 2 de octubre en Chile celebramos el Día Nacional del Medio Ambiente, una fecha creada para generar conciencia sobre la necesidad de proteger nuestro entorno natural. Sin embargo, más allá de la conmemoración anual, esta efeméride nos invita a reflexionar sobre qué entendemos por medio ambiente y por qué es esencial su cuidado.

El medio ambiente no es solo el conjunto de elementos naturales que nos rodean, es la red interconectada que sostiene todas las formas de vida, incluyendo la nuestra. Sin embargo, nuestra relación con este entorno ha sido históricamente extractivista, ignorando que su degradación afecta directamente la salud y el bienestar. Un ambiente sano significa aire limpio, agua potable, suelos fértiles y biodiversidad resiliente. Estos elementos son cruciales para nuestro bienestar físico, emocional y mental. Numerosos estudios han demostrado cómo el contacto con la naturaleza reduce el estrés y promueve un estilo de vida más activo y equilibrado.

Un medio ambiente sano también genera beneficios a largo plazo. Los ecosistemas saludables son menos vulnerables a desastres naturales, como sequías e inundaciones y ofrecen servicios esenciales como la polinización de cultivos, la regulación del clima y la purificación del agua. Sin embargo, las acciones humanas continúan empujando estos sistemas hacia un punto de no retorno.

La protección del medio ambiente no es solo una responsabilidad gubernamental, sino un compromiso ciudadano. Las metas de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) proponen un marco para abordar la crisis ambiental, pero para lograrlas necesitamos un cambio en la forma en que concebimos nuestra relación con la naturaleza. El ODS 13, que trata sobre la



**Yanina Poblete Directora Núcleo de Investigación en One Health (NIOH) Universidad de Las Américas**

acción climática, y el ODS 15, centrado en la vida de ecosistemas terrestres, son particularmente relevantes en Chile, país que enfrenta desafíos importantes como la pérdida de biodiversidad, la contaminación del aire y el agua, y el cambio climático. Como ciudadanos, tenemos el poder de influir en esta transición.

Desde decisiones diarias, como reducir el consumo de plástico, hasta participar en iniciativas comunitarias de reforestación o protección de humedales, nuestras acciones pueden marcar la diferencia. La educación ambiental, un objetivo clave del Día Nacional del Medio Ambiente, juega un rol crucial en esta transformación. Una ciudadanía informada es capaz de tomar decisiones que benefician no solo al individuo, sino a la sociedad y al planeta en su conjunto.