

## ***¿Cómo organizar un evento SCAMFYC teniendo en cuenta la Salud Planetaria?***

GdT Salud Planetaria



Desde el Grupo de Trabajo de Salud Planetaria de la Sociedad Castellano - Manchega de Medicina de Familia y Comunitaria, animamos a los comités organizadores a impulsar eventos sostenibles con una perspectiva de salud planetaria. Siguiendo las recomendaciones del documento de la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria “*Qué hacer y no hacer en Salud Planetaria*”, como profesionales sanitarios tenemos una gran responsabilidad a la hora de velar por la salud y no debemos dejar en manos de otros el activismo que podemos hacer nosotros y nosotras.

### **1. Disminuir el consumo de plástico de un solo uso.**

Los plásticos son un riesgo para la salud y para el planeta. Dentro de los efectos más relevantes de los plásticos de un solo uso, destacamos el consumo de energía en producción y transporte de estos materiales, contribuyendo a la emisión de gases de efecto invernadero, existiendo como alternativa la utilización de materiales reutilizables o biodegradables, lo que ayudaría a reducir la huella de carbono asociada a estos eventos y, además, favorecería la economía circular que, a su vez, reduce la cantidad de residuos generados. En cuanto al impacto en la salud humana, por los efectos nocivos resultado de la producción y degradación de plásticos, donde se liberan sustancias como ftalatos o bisfenol A, pueden considerarse disruptores endocrinos. Por ello, reducir el uso de plásticos de un solo uso tiene efectos en la salud humana y del planeta, minimizando el impacto ambiental y promoviendo una cultura más sostenible y responsable. Estas acciones contribuyen a la protección del planeta para las futuras generaciones y fortalecen la conciencia ecológica de la sociedad y de nuestro colectivo como médicas y médicos de familia y comunitaria.

### **2. Hacer un uso responsable del papel.**

Realizar un uso responsable del papel también resulta una estrategia clave para minimizar el impacto ambiental, reducir costos y promover la sostenibilidad, mejorando la imagen de responsabilidad social y sostenibilidad de nuestra sociedad científica. Para ello, se proponen medidas como la digitalización de la información siempre que sea posible, enviando certificados de asistencia/programas del evento a través de correo electrónico, desarrollo de aplicaciones o sitios web para el evento donde la información para los asistentes esté siempre disponible y a tiempo real. En caso de que sea necesario la impresión de determinados documentos, invitamos a una impresión responsable (impresión a doble cara para reducir la cantidad de papel utilizado, optimización del uso de papel mediante los tamaños de fuente y márgenes adecuados, e intentando utilizar papel reciclado y tintas ecológicas). Asimismo, sería importante la implantación de estaciones de reciclaje

bien señalizadas para fomentar la correcta disposición del papel usado. Por último, proponemos la educación y sensibilización de los asistentes al inicio del evento para el uso responsable del papel así como de la importancia de contribuir a reducir, reutilizar y reciclar, realizando evaluación del impacto al finalizar el evento así como la retroalimentación obtenida de los asistentes de las iniciativas sostenibles implementadas y posibles actitudes de mejora.

### **3. Contactar con servicios locales.**

El sistema actual de producción y consumo a niveles industriales no es sostenible ni para el planeta ni para los seres humanos. De acuerdo con la Comisión EAT-Lancet debemos divulgar y aconsejar la “dieta planetaria”, que es un alimentación que da importancia al valor nutricional del alimento, a su origen, forma de producción, ausencia de tóxicos, transporte y distancias recorridas, residuos generados, envasado, coste social y medioambiental. Nuestra labor comunitaria y de prescripción social nos permite conocer los activos de nuestro entorno y comunidad para poder apoyar de forma saludable una economía circular que sea responsable con la salud de las personas y del planeta.

### **4. Ofrecer a los asistentes una ruta saludable.**

Habitualmente en los eventos, ponentes y asistentes mantienen una actitud sedentaria debido al formato de la actividad, ya sea curso de formación o jornada. Sabemos que el sedentarismo es un factor determinante en enfermedades no transmisibles y como MFyC recomendamos la realización de actividad física como actividad de prevención y de promoción de la salud. Unir la prescripción de ejercicio físico a pasar tiempo en la naturaleza es clave para sumar nuestro esfuerzo para conservar la salud de las personas y la del planeta. El contacto con espacios verdes en personas adultas se relaciona con una mayor esperanza de vida, reducción del estrés, mejor desarrollo cognitivo y mejor calidad del sueño.

### **5. Espacios libres de humo y alcohol.**

El consumo de tabaco es perjudicial para la salud de quienes fuman, de quienes respiran su humo y supone una gran amenaza para el medio ambiente, ya que contribuye al cambio climático, reduce la resiliencia ante este cambio y desperdicia recursos. Además, los productos relacionados con el consumo de tabaco son uno de los artículos más contaminados del planeta ya que contienen más de 7.000 productos químicos tóxicos que se filtran en nuestro medio ambiente cuando se desechan. Por otro lado, el consumo y la producción de alcohol tiene su impacto en la crisis climática, amenazando el uso sostenible de los recursos naturales, degradando los ecosistemas y poniendo en peligro la biodiversidad. Disponiendo de evidencia que nos indica los efectos perjudiciales del consumo de alcohol para la salud humana y planetaria, mostrando que no hay ningún nivel de consumo seguro para nuestra salud.