



CAMPANYA DE SENSIBILITZACIÓ AMBIENTAL

Important:
La sentència que s'acaba de dictar a propòsit de "Madrid Central" al·lega motius de salut i medi ambient per a evitar que s'elimine aquesta àrea de baixes emissions de Madrid.

3 SALUT I BENESTAR



Objectiu 3: garantir una vida sana i promoure el benestar per a totes les persones en totes les edats

Sabies que...

- La contaminació de l'aire causa al món entre 6 i 7 milions de morts prematures a l'any.
- La calor extrema contribueix directament a les defuncions a causa de malalties cardiovasculars i respiratòries.
- L'escalfament del planeta pot augmentar el risc de malalties transmèses per vectors (paparres, mosquits, etc.) com la malària.
- El soroll és un problema de salut pública. A Espanya, prop de 9 milions de persones suporten nivells mitjans de soroll superiors a 65 decibels, dada que es relaciona amb un augment de la mortalitat en els majors de 65 anys, atès que s'ha constatat la relació entre el soroll i l'estrès.

Els fenòmens extrems provocats pel canvi climàtic afecten sobretot les comunitats més pobres, i maten més dones que homes, sobretot xiques joves.

Què pots fer tu?



Fes una dieta saludable, beu molta aigua, dorm prou i no fumes.



Les malalties cardíques continuen sent la principal causa de mort. Informa't sobre les causes i els símptomes d'aquestes i d'altres malalties no transmissibles.



Mou-te, evita el sedentarisme. Puja les escales a peu, passeja una estona cada dia i ves al treball caminant o amb bici.



Protesta contra el canvi climàtic. La mobilització no és l'única via, però continua sent molt efectiva.



Uneix-te a alguna plataforma de la teua ciutat per un aire més net; solen recaptar molt bones informacions i plantejar solucions per a millorar la qualitat de l'aire.

Descobreix enllaços d'interés

