



25 diciembre, 2023

Impacto de los incendios forestales en la salud: medidas para prevenir los riesgos

Por [Agenda País](#)



Los incendios forestales son, sin duda, una catástrofe para nuestra flora y fauna, pero también pueden relacionarse con probables problemas de salud, dado la alta cantidad de gases y partículas tóxicas presentes en el ambiente.

Con la llegada del calor, también llegan los incendios forestales, lamentablemente comunes en esta temporada. Al producirse este tipo de siniestros, el ambiente se vuelve denso, el aire se transforma en una mezcla de humo y oxígeno, por lo cual debemos tener en cuenta algunas precauciones respecto a la salud de nuestra familia y nosotros mismos.

Beatriz Arteaga Ortiz, enfermera matrona y directora de la Escuela de Enfermería de la Universidad de Las Américas (UDLA), señala que los incendios representan un riesgo crítico para la salud, debido a la emisión de gases y partículas altamente tóxicas que pueden generar cuadros respiratorios agudos en personas previamente sanas y, a su vez, agravar enfermedades respiratorias crónicas como el asma, la bronquitis crónica y la fibrosis pulmonar.

La profesional de enfermería comenta que "la exposición a la contaminación por incendios es muy riesgosa en personas de edades extremas; en los lactantes menores y recién nacidos, debido a las características anatómicas y funcionales de sus vías respiratorias, que son más pequeñas, sensibles e hiperreactivas. Es decir, se inflaman y obstruyen rápidamente, impidiendo el paso del oxígeno y provocando insuficiencias respiratorias graves e incluso la muerte. Por otro lado, las personas mayores padecen mayoritariamente enfermedades crónicas asociadas, con un tejido y una vía respiratoria menos elástica, lo que predispone a la obstrucción y a la descompensación también".

De igual manera, Fernando Matamala Muñoz, enfermero coordinador del Grupo Medical Chillán, comenta que los riesgos del humo van más allá de lo respiratorio; también puede afectar la piel, los ojos e incluso aumentar el estrés y la ansiedad.

Esteban Cortés Serrano, director de la Carrera de Medicina en la Universidad Autónoma, indica que es fundamental, en casos de incendios, evitar o disminuir la exposición siguiendo siempre las indicaciones de las autoridades pertinentes en cuanto a la evacuación del área amenazada. Asimismo, señala que "en caso de estar en casa, se debe tratar de cerrar puertas y ventanas para evitar que el humo y los contaminantes entren, logrando así un ambiente con menos densidad de partículas tóxicas".

La directora de la escuela de enfermería argumenta que "el humo de los incendios contiene, entre otros, diversos gases y partículas tóxicas y vapor de agua. Los gases presentes en el humo son: el dióxido de carbono, el monóxido de carbono, además de hidrocarburos, químicos y partículas altamente tóxicas al ser inhaladas. Por ejemplo, el monóxido de carbono ocupa el espacio o desplaza el oxígeno en la sangre, lo que provoca falta de oxígeno en los tejidos y afecta principalmente al cerebro y al corazón, provocando compromiso de conciencia por intoxicaciones graves e incluso la pérdida de la vida".

Es por ello que el profesional Esteban Cortés, enfatiza la importancia de evitar realizar actividad física, generar fuentes de combustión como cigarrillos, parrillas o quema de cualquier tipo, y el uso de mascarillas para evitar inhalar material tóxico. Se recomienda que la mascarilla sea idealmente N-95 y, si no se cuenta con ella, al menos una mascarilla de 3 pliegues, para limitar el ingreso de partículas a la vía aérea. El enfermero del Grupo Medical Chillán añade que "en las casas, se recomienda tener paños mojados en los marcos de puertas y ventanas, para disminuir el ingreso de humo dentro del hogar".

¿Y qué pasa con la salud mental en este tipo de catástrofes?

La autoridad de la escuela de enfermería comenta que desde la perspectiva de protección de la salud mental, es importante refugiarse en la red familiar cercana en caso de tenerla; el cariño y el cuidado son importantes en estas situaciones. Además, manifiesta que "está evidenciado que no hay mejor apoyo para las grandes dificultades de la vida que el amor de la familia".

Sin embargo, independientemente de eso, las personas pueden acudir a la red asistencial, a los Cesfam y a las autoridades municipales, con sus Departamentos de Gestión de Riesgo y Desastres, para recibir la ayuda psicosocial y precisamente el soporte psicológico necesario, para que la salud mental de las personas más afectadas tenga reparación y sepan enfrentar con mayores herramientas las pérdidas que incluyen los incendios".

Fernando Matamala, por su parte, destaca que "en Chile operan ONG que levantan proyectos en respuesta a catástrofes de este tipo, que analizan las circunstancias y levantan proyectos de respuesta, muchos de ellos enfocados en el apoyo psicológico y social de las víctimas", por lo que es fundamental también poder concurrir a ese tipo de círculos de ayuda para poder recibirlos.

Es importante estar alerta; si hay sintomatología respiratoria o cuadros que se asemejen a una complicación vinculada a la inhalación de gases tóxicos producto de incendios forestales, acercarse a un centro de salud puede ser fundamental. Cuidarse es la clave para poder evitar riesgos en la salud debido a catástrofes que afectan nuestra flora y fauna.