

Juntos por la salud. Apoyemos la ciencia

Recopilado por Amalia Beltrán

El 7 de abril se celebra el Día Mundial de la Salud, una fecha proclamada oficialmente en 1946 por parte de 61 miembros de Naciones Unidas.

El Día Mundial de la Salud se celebra porque la salud es un derecho básico y universal y todos deberíamos poder acceder a una atención sanitaria de calidad en todas las regiones del mundo, especialmente en la población de escasos recursos.

¿Cómo se originó el Día Mundial de la Salud?

El 22 de julio de 1946, representantes de 61 miembros de la ONU y diez naciones más firmaron la constitución de la Organización Mundial de la Salud, que entró en vigor en 1948.

Fue en 1950 cuando se promulgó el Día Mundial de la Salud. La elección de esta fecha fue decidida por la Segunda Asamblea Mundial de la Salud, para recordar la fundación de la OMS. La celebración de este día internacional se lleva a cabo por primera vez el 7 de abril de 1950. Bajo el tema "Juntos por la salud. Apoyemos la ciencia", la celebración de este año 2026 da inicio a una campaña de un año de duración que celebra el poder de la colaboración científica para proteger la salud de las personas, los animales, las plantas y el planeta.

La campaña destaca tanto los logros científicos como la cooperación multilateral necesaria para convertir la evidencia en acción, centrándose especialmente en el enfoque de "Una sola salud".

La campaña de 2026 se basa en dos importantes acontecimientos mundiales: la Cumbre Internacional "Una Sola salud", organizada por la OMS y el Gobierno de Francia en el marco de la Presidencia francesa del G7, y el Foro Mundial inaugural de los Centros Colaboradores de la OMS (7-9 de abril), que reúne a casi 800 instituciones científicas de más de 80 países.

En conjunto, estos eventos conforman la mayor red científica jamás reunida en torno a un organismo de las Naciones Unidas, lo que pone de relieve cómo las alianzas impulsadas por la ciencia pueden construir un futuro más saludable y seguro para todos.

Cobertura Sanitaria Universal

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) la Cobertura Sanitaria Universal de Salud está referida al acceso que deben tener todas las personas a servicios de salud esenciales cuando y donde lo requieran, sin que les genere dificultades económicas.

En los últimos años, las campañas de la OMS han trabajado para fomentar que la sanidad llegue a todos los rincones del planeta, posibilitando que las personas puedan tener acceso a la atención sanitaria en el seno de su comunidad y que sea asequible para las familias. De esta forma se procura su bienestar, así como la mejora de su calidad de vida. A pesar de ello, al menos la mitad de las personas en todo el mundo siguen sin tener acceso a una

atención sanitaria de calidad. Se han visto obligadas a elegir entre la salud y otros gastos cotidianos, como alimentos e incluso un techo. En tal sentido, la Cobertura Sanitaria Universal es un elemento clave en el cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), relacionados con la erradicación de la pobreza extrema, el acceso a servicios de salud de calidad e incremento de la equidad. Y de hecho también existe el Día Internacional de la Cobertura Sanitaria Universal.

¿Cómo podemos proteger nuestra salud y nuestro planeta?

En la celebración del Día Mundial de la Salud todos podemos participar, comenzando por cuidar nuestra salud física y mental para nuestro bienestar, así como cuidar al planeta. A continuación mostramos algunas acciones que podemos aplicar para contribuir con la salud personal y del planeta, sugeridas en el marco de la campaña 2022 de esta efeméride "Nuestro Planeta, Nuestra Salud":

- * Gobiernos nacionales, regionales y locales:
- * Diseñar y aplicar políticas gubernamentales para la producción y uso de energías limpias, la reducción del desperdicio de alimentos, la crisis climática y la reducción de residuos y plásticos.
- * Incentivar la reducción de los niveles de carbono.
- * Construir espacios verdes, como parques y jardines.

- * Fomentar el uso de transporte público, con bajas emisiones de carbono.
- * Garantizar agua limpia en establecimientos de salud.
- * Implementar fuentes de energía renovables.
- * Promover la implementación de ciclovías y vías peatonales.
- * Empresas:
- * Garantizar a los empleados y trabajadores el acceso al agua potable.
- * Apoyar el teletrabajo.
- * Apoyar la lactancia materna por parte de madres trabajadoras.
- * Contribuir al ahorro energético, apagando las luces de oficinas y edificaciones.
- * Producir o adquirir productos reciclables o reutilizables.
- * Personas:
- * Alimentarse balanceadamente. Evitar el consumo de alimentos y bebidas altamente procesados.
- * Hacer ejercicios regularmente.
- * Evitar el consumo de alcohol y sustancias estupefacientes.
- * Desplazarse en la medida de lo posible a pie o en bicicleta.
- * Mantener hábitos personales de higiene y limpieza diarios.
- * Apagar las luces que no se estén utilizando en el hogar.
- * Gestionar el manejo del estrés y la ansiedad.
- * Mantener hábitos de sueño saludables.
- * No automedicarse.
- * Usar el cinturón de seguridad en autos y utilizar cascos al ir en bicicleta o en moto.
- * Asistir a revisiones médicas periódicas.