

Estamos perdiendo los beneficios de los bosques

Paulina Ballesta

Académica investigadora
Facultad de Medicina Veterinaria
y Agronomía Universidad de
Las Américas



Caminar bajo las copas de los árboles no se trata solo de placer: es salud. En Chile, tenemos el privilegio de contar con ecosistemas diversos y complejos, donde, bosques valdivianos y las araucarias forman parte de nuestra identidad. Estudios recientes confirman algo que muchos intuíamos: el bosque nos hace bien. A diferencia de otros entornos naturales, estos espacios verdes se han integrado ecológica, social, y políticamente con nuestra cultura. Pero, la rápida urbanización generó un cambio en el uso del suelo, contribuyendo a su desconexión. Actualmente, con el aumento de los desafíos ambientales y conciencia por el cambio climático, las personas han reconocido cada vez más sus funciones ecológicas.

Un estudio publicado en *Nature Sustainability*, expone que los bosques proporcionan beneficios netos para la salud. De hecho, de acuerdo con investigadores del Centro Médico NHO de Tokio, caminar por estos lugares genera un aumento significativo en los niveles de inmunoglobulina A, un anticuerpo fundamental del sistema inmunitario y mejora el estado de ánimo, reduciendo los niveles de la hormona del estrés. Asimismo, un estudio global señala que los “baños de bosque” pueden reducir los síntomas de depresión y ansiedad.

Mientras la ciencia confirma los beneficios de los bosques, otros análisis advierten que se están volviendo uniformes, perdiendo su biodiversidad y resiliencia, apuntando a que está ocurriendo una transición global acelerada hacia bosques de crecimiento más rápido, con probables consecuencias para el almacenamiento de carbono y biodiversidad.

Nuestro país impulsa programas de restauración y prevención a través de la Corporación Nacional Forestal y su Estrategia Nacional de Cambio Climático y Recursos Vegetacionales (ENCCRV), donde restaurar implica proteger especies, recuperar ecosistemas completos y fortalecer la resiliencia. De hecho, esta organización contempla fortalecer la prevención de incendios forestales y la restauración de áreas quemadas, un aspecto relevante frente a la ola de incendios ocurridos este verano, la cual arrasó con más de 30.000 hectáreas. En este sentido, el fuego no solo destruye viviendas, vidas humanas y recursos forestales, sino que entornos que protegen los ciclos de agua, carbono, biodiversidad, y que, al mismo tiempo, proporcionan beneficios medibles para la salud humana.

En el Día Internacional de los Bosques, enfatizamos en el cuidado de nuestros ecosistemas boscosos, y destacamos su rol en la salud física y mental de personas y animales, reconociéndolos como barreras frente al cambio climático.