



Países como Belice preocupan especialmente a los autores de la investigación.

Regiones tropicales y de menores recursos serían las más afectadas

## Falta de ejercicio por el mayor calor puede causar 500.000 muertes al año en 2050

Estudio a 156 países entre 2020 y 2022 permitió elaborar un modelo que predice cómo la temperatura extrema afecta la actividad física.

Por Agencia EFE  
cronica@diarioelsur.cl

El aumento extremo de las temperaturas por el cambio climático dificulta hacer ejercicio. Una inactividad que, en 2050 y a nivel mundial, puede causar más de medio millón de muertes prematuras adicionales al año y pérdidas de productividad superiores a 2.400 millones de dólares, indica un estudio basado en modelos.

La investigación, que publica The Lancet Global Health y lidera la Pontificia Universidad Católica Argentina, analizó datos de 156 países, entre 2000 y 2022, para elaborar un modelo que reflejara cómo el aumento de las temperaturas podría afectar a la actividad física.

Las regiones tropicales y las de menores recursos serían las más afectadas. Un problema que parece más moderado en los países ricos, mientras en España se proyecta una mortalidad relativamente elevada en comparación con otros países europeos.

"La actividad física es otra vícti-

ma silenciosa del cambio climático. No porque el clima prohíba moverse, sino porque va reduciendo las condiciones seguras y confortables para hacerlo, sobre todo en los lugares más cálidos y con menos capacidad de adaptación", indicó a Efe Christian García-Witulski, de la Pontificia Universidad Católica Argentina y autor principal del estudio.

El modelo sugiere que, para 2050, cada mes adicional con una temperatura media superior a 27,8 grados aumentaría la inactividad física en 1,5 puntos porcentuales a nivel mundial.

Esto se traduce en una previsión de entre 470.000 y 700.000 muertes prematuras adicionales al año y pérdidas de productividad de 2.400 a 3.680 millones de dólares.

La magnitud de las cifras impresionó al equipo, reconoció García-Witulski, investigador asociado de la red de científicos Lancet Countdown Latinoamérica, porque no se miden muertes directas por un golpe de calor, sino el efecto del calentamiento sobre la inactividad física, y de ahí

sobre la salud y la productividad.

### DESIGUALDADES

También les sorprendió lo desiguales que son las cifras, ya que el mayor aumento de la inactividad estaría en América Central, el Caribe, el este del África subsahariana, el sudeste asiático ecuatorial y zonas con menos recursos.

Hay países donde "la señal es especialmente preocupante", como Belice, con uno de los aumentos proyectados más altos, y también destacan El Salvador, Guatemala, Jamaica y Nicaragua.

En algunos de estos casos, "bajo escenarios de altas emisiones, los aumentos proyectados de inactividad física superan los 4 o incluso 5 puntos porcentuales" por cada mes que se superen los 27,8 grados, precisó.

**El mensaje importante es que el riesgo se concentra en regiones enteras donde coinciden más calor y menos capacidad de adaptación**

El problema parece, en promedio, más moderado en los países ricos, y "una explicación plausible" es la mayor capacidad de adaptación: más acceso al aire acondicionado, edificios mejor preparados, instalaciones deportivas interiores y más posibilidades de reorganizar la actividad física hacia horas o espacios más seguros.

Pero -agregó- "eso no significa que el problema desaparezca porque en esos países hay también grupos vulnerables y porque depender, cada vez más, de espacios interiores climatizados puede reforzar estilos de vida más sedentarios y no es una solución igual de accesible para todos".

### LOS PAÍSES PUEDEN ACTUAR

Más que fijarse en un solo país, el mensaje importante es que el riesgo se concentra en regiones enteras donde coinciden más calor y menos capacidad de adaptación.

Pero hay "mucho que los países pueden hacer", desde mitigar la emisiones hasta adaptar entornos y políticas. García-Witulski enumeró medidas como mejorar el arbolado, crear refugios climáticos, facilitar acceso a instalaciones deportivas climatizadas o favorecer la actividad física a primera hora de la mañana.