

## Salud mental

Las recientes olas de calor y los mega incendios forestales que han afectado a Chile no solo constituyen una emergencia ambiental, sino también un desafío creciente para la salud mental individual y colectiva. El aumento sostenido de la temperatura global está amplificando la frecuencia y severidad de eventos extremos que tensionan los sistemas de salud y profundizan las desigualdades sociales existentes.

Un informe conjunto del Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente y GRID-Arendal (2022) advierte que los incendios forestales impactan de manera desproporcionada a los países y comunidades con menores recursos, afectando especialmente a mujeres y niñas, quienes enfrentan mayores barreras para la recuperación psicosocial tras una crisis.

Asimismo, la investigación internacional muestra un aumento significativo del trastorno de estrés postraumático, la depresión y la ansiedad en poblaciones expuestas a peligros acelerados por el cambio climático. La adaptación requiere reducir la exposición y la vulnerabilidad ante riesgos inevitables. Sistemas de alerta temprana por calor y calidad del aire, infraestructura verde y azul, diseños de enfriamiento pasivo y espacios de resguardo térmico no solo salvan vidas, sino que también previenen el trauma posterior al desastre.

Resguardar la salud mental frente al calor extremo no es una opción, sino una responsabilidad ética y sanitaria urgente.

**EDUARDO SANDOVAL-OBANDO**