### AMBIENTE e SALUTE



La salute è lo stato di completo benessere fisico, psichico e sociale e non semplice assenza di malattia. Buona salute e benessere richiedono un **ambiente pulito**, accogliente e armonioso in cui sia data la giusta importanza ai fattori fisici, psicologici, sociali ed estetici. L'ambiente deve essere considerato come una **risorsa** grazie a cui si realizza la vita e si migliora il benessere delle persone.

L’ambiente naturale è il luogo in cui si svolge la vita degli organismi viventi, delle persone, degli animali e delle piante, con i suoi paesaggi, le sue risorse e i suoi equilibri.

L’ambiente sociale è l’insieme delle condizioni sociali, culturali e morali nel quale donne e uomini si relazionano tra loro e sviluppano la loro personalità. Dipende dal tipo di città in cui si vive, dai servizi pubblici che sono disponibili (sanità, scuole, trasporti), dalle attività produttive sul territorio, dai luoghi di aggregazione, dalle attività culturali che sono disponibili o che i cittadini stessi possono contribuire a creare.

Ambiente e salute formano un binomio complesso: i molteplici fattori che costituiscono il primo - l’ambiente - si intrecciano con i molteplici fattori che costituiscono la seconda - la salute.

Per lo studio delle relazioni tra ambiente e salute non bastano buone misure ambientali e bravi medici, ma bisogna capire come avviene questo intreccio. Inoltre, gli effetti sono da studiare sia sulle singole persone sia sulle comunità che in un determinato ambiente abitano, lavorano, vanno a scuola.

Quando si manifestano malattie provocate da fattori ambientali, come succede con l’asma per l’inquinamento dell’aria, dobbiamo capire quali sono gli effetti delle molte particelle di tipo diverso che vengono respirate da persone diverse. Giovani, lavoratori e lavoratrici, donne in gravidanza, persone anziane e bambini: ciascuno in un momento diverso della vita e con un corpo più o meno sensibile.

D'altra parte, la salute umana è sempre stata minacciata da pericoli naturali, come tempeste, alluvioni, incendi, frane, siccità: le loro conseguenze sono aggravate da azioni umane come la deforestazione, la perdita di biodiversità, i cambiamenti climatici.

Altri pericoli derivano *direttamente* da attività umane ed **è su questi che si concentrano gli studi su ambiente e salute**: i sistemi di trasporto, come si gestiscono i rifiuti, come si produce il cibo, dove si trovano le industrie, come e cosa fabbricano, dove si originano i rumori, come sono costruiti gli edifici.

Mantenere l’ambiente salubre è un compito molto impegnativo ma non ci sono alternative se si vuole proteggere la salute di chi vive oggi e delle future generazioni.

Per questo tutti devono contribuire e le scelte che si fanno devono essere valutate bene. La regola da seguire è che è meglio prevenire che cercare di riparare dopo.

I progressi della scienza e gli sviluppi della tecnologia aiutano sempre di più in questa direzione: le nuove automobili hanno emissioni inquinanti sempre più ridotte e consumano meno benzina ma le macchine in circolazione sono troppe, e le usiamo anche per spostamenti molto piccoli. Se andiamo a piedi o in bicicletta tutte le volte che possiamo si riduce l’inquinamento delle città e anche all’interno degli edifici e si protegge la salute le fabbriche possono ridurre le emissioni inquinanti c’è bisogno però di rinnovare gli impianti e gestire bene le attività di depurazione! In questo modo si proteggono i lavoratori e gli abitanti nelle aree inquinate circostanti le emissioni di prodotti chimici possono essere ridotte se si adottano alternative biologiche o soluzioni a basso impatto! In questo modo si può ridurre l’inquinamento di aria, acqua e suolo e prevenire il contatto con le persone i rifiuti come ci dice l’Unione Europea, vanno ridotti al massimo e gestiti in impianti sicuri. Tutti noi dobbiamo contribuire a Riduzione Riuso Riciclo Raccolta Recupero! Così facendo si riducono i rifiuti da mandare in discarica o all’incenerimento che l’Unione Europea chiede di limitare drasticamente il rumore è un inquinamento poco noto e molto importante da considerare: il 20% della popolazione europea è esposto a livelli di rumore che gli esperti sanitari considerano inaccettabili, in quanto possono causare fastidio, disturbi del sonno ed effetti negativi sulla salute.

#### **Perché un ambiente sano è importante per i giovani**

#### I bambini e gli adolescenti, il cui corpo è ancora in crescita e sviluppo, respirano più aria, bevono più acqua e mangiano più cibo per unità di peso corporeo rispetto gli adulti.

#### La conseguenza di questo è che sono soggetti a una **esposizione** più elevata agli inquinanti, ovvero possono assorbire più facilmente sostanze tossiche e agenti patogeni dall’ambiente e dai cibi.

#### A causa della maggiore vulnerabilità dei più giovani ai rischi ambientali, la riduzione degli effetti dell’inquinamento sulla salute dei più piccoli è diventata una **priorità politica** *a livello nazionale e internazionale*.