

¿Qué conviene saber sobre los bosques y su relación con la salud humana?

A menudo se dice que los bosques son los pulmones del planeta, en razón de que absorben el nocivo dióxido de carbono y producen oxígeno. No es una exageración afirmar que, si los bosques gozan de buena salud, los seres humanos también lo hacemos.

Por esa causa, el tema del Día internacional de los Bosques este año es Bosques sanos para mantener poblaciones sanas.

Con una cobertura del 31% de la superficie de la Tierra, los bosques son el hogar del 80% de las especies terrestres, pero su pérdida en todo el globo amenaza a las personas de todo el mundo. Aquí encontrarás cinco cosas que debes conocer sobre la antigua y creciente relación entre los bosques y nuestra salud.

Los sumideros de carbono enfrentan el cambio climático

Los ecosistemas forestales preservan la salud del planeta regulando el clima, el régimen de lluvias y las cuencas hidrográficas y, sobre todo, producen el oxígeno esencial para la existencia humana.

Los bosques saludables ayudan a mantener bajo control el cambio climático al actuar como “sumideros de carbono”, que absorben anualmente cerca de 2000 millones de toneladas de dióxido de carbono, el gas que está contribuyendo al incremento de las temperaturas en todo el globo.

El cambio climático está atentando contra nuestra existencia de diferentes formas. Por ejemplo, los fenómenos meteorológicos extremos ocasionan muertes y enfermedades, y el cambio de las temperaturas medias perturban nuestros sistemas alimentarios y aumentan las afecciones que afectan a la flora terrestre.

En pocas palabras, sin bosques saludables, la humanidad, especialmente en los países más vulnerables, tendrán problemas para llevar una vida sana y tal vez incluso para sobrevivir.

Las farmacéuticas de la naturaleza

Desde mascarillas hasta medicinas, los productos forestales son usados a diario en todo el planeta. Hasta el 80% de los países en desarrollo y una cuarta parte de los países desarrollados dependen de las medicinas de origen vegetal.

Los bosques contienen cerca de 50.000 especies de plantas con utilización medicinal, que son empleadas tanto por las comunidades locales como por las compañías farmacéuticas multinacionales.

A lo largo de milenios, los habitantes de los bosques han tratado toda una serie de dolencias con los productos que han recolectado. A la vez, muchas medicinas comunes tienen su origen en plantas forestales, que van desde los fármacos contra el cáncer procedentes del bigaro de Madagascar, hasta los medicamentos contra la malaria de los árboles de quina.

El enfoque Una sola salud, puesto en marcha como parte de la respuesta de la ONU a la pandemia de COVID-19, reconoce que la salud de los seres humanos, los animales, las plantas y el medio ambiente en general, incluidos los bosques, está estrechamente relacionada y es interdependiente.

Alimento para mil millones de personas

Alrededor de 1000 millones de personas en todo el mundo dependen de la recolección de alimentos silvestres como hierbas, frutas, frutos secos, carne e insectos para conseguir dietas nutritivas. En algunas remotas zonas tropicales se estima que el consumo de animales salvajes cubre entre el 60% y el 80% de las necesidades diarias de proteínas.

Un estudio realizado en 43.000 hogares de 27 países africanos halló que la diversidad dietética de los niños expuestos a los bosques era al menos un 25% mayor que la de los que no lo estaban.

En 22 países de Asia y África, tanto industrializados como en vías de desarrollo, los investigadores descubrieron que las comunidades indígenas emplean aproximadamente 120 alimentos silvestres por comunidad y, en la India, se calcula que 50 millones de hogares complementan su dieta con frutas recogidas en los bosques silvestres y los matorrales circundantes.

Los bosques son claves para el desarrollo sostenible

Los bosques proveen productos y servicios, empleo, e ingresos a unos 2500 millones de personas en todo el globo, lo que equivale casi a un tercio de la población mundial. Conservar la salud de los bosques además es fundamental para los Objetivos de Desarrollo Sostenible, entre otros:

El Objetivo número 3, sobre el bienestar: los bosques sientan bien. Los estudios demuestran que pasar tiempo en los bosques puede reforzar el sistema inmunológico, al tiempo que eleva las emociones positivas y disminuye el estrés, la presión arterial, la depresión, la fatiga, la ansiedad y la tensión. La salud y el bienestar de las personas dependen del entorno natural, que genera beneficios esenciales como aire limpio, agua, suelos sanos y alimentos.

El Objetivo número 6, acerca del agua: los bosques desempeñan un papel de filtro en el suministro de agua dulce. Aproximadamente el 75% del agua dulce accesible en el planeta procede de cuencas forestales. Al alimentar los ríos, los bosques proporcionan agua potable a cerca de la mitad de las ciudades más grandes del mundo. Las amenazas a los bosques podrían provocar la escasez de agua y poner en peligro los recursos mundiales de agua dulce para las personas de todo el mundo.

El Objetivo número 13, de la actuación contra el cambio climático: los bosques amortiguan los impactos de tormentas e inundaciones, protegiendo la salud y la seguridad humanas en el transcurso de fenómenos meteorológicos extremos. Durante siglos, los bosques han actuado como redes de seguridad socioeconómicas de la naturaleza en tiempos de crisis. Los bosques protegidos y administrados de manera sostenible mejoran la salud y la seguridad de todos.

Los bosques necesitan ser cuidados

Los amplios beneficios de los bosques son bien conocidos, pero eso no significa que les den la protección que merecen.

Los incendios, los daños originados por los insectos y la deforestación han ocasionado la pérdida de hasta 150 millones de hectáreas de bosque en determinados años de la última década, lo que equivale a una superficie mayor que la de un país como Chad o Perú. Sólo la producción de materias primas agrícolas, como el aceite de palma, la carne de vacuno, la soja, la madera, la pasta y el papel, causa alrededor del 70% de la deforestación tropical.

Muchos gobiernos han adoptado políticas de protección para los bosques y otros han incrementado la inversión en los mismos y la plantación de árboles.

La ONU estableció la Década para la Restauración de los Ecosistemas (2021-2021) y sus organismos están aprovechando las asociaciones con las partes interesadas locales y mundiales para resguardar mejor los bosques, desde la plantación de tres millones de árboles en Perú hasta la capacitación de mujeres jóvenes para trabajar como guardabosques comunitarias y proteger el tráfico ilegal de fauna en Indonesia.

Por ejemplo, ONU-REDD, creada en el 2008, es la principal asociación de las Naciones Unidas en materia de conocimientos y asesoramiento sobre los bosques y el clima, y da apoyo a 65 países asociados.

Aprovechando la experiencia del Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA), el programa para el Desarrollo (PNUD) y la Organización para la Agricultura y la Alimentación (FAO), la iniciativa ha logrado, entre otras cosas, que los países miembros reduzcan las emisiones forestales a niveles equivalentes a retirar 150 millones de coches de la circulación en un año, lo que ha dado paso a un aire mucho más fresco.

Para orientar con respecto a la creación de un entorno propicio en el que las personas puedan beneficiarse de todo lo que ofrecen los bosques, la FAO ofrece recomendaciones junto con un análisis más pormenorizado de muchas interrelaciones cruciales entre los bosques y la salud humana en su informe Los bosques al servicio de la salud y el bienestar humano.