



# Impacto del cambio climático en la salud mental



Generalmente, cuando se piensa en **factores de riesgo de la salud mental** se consideran factores biológicos, experiencias previas, estilo de vida; sin embargo, un **aspecto importante que no siempre se considera es el ambiente**. La gravedad del cambio climático ha ido en aumento en los últimos años debido a la extracción de los recursos naturales, incremento de la densidad de la población, lo que ha generado que la biodiversidad del planeta se encuentre en peligro (González et al., 2013).

Las consecuencias del cambio climático van más allá de las altas temperaturas, el descongelamiento de los glaciares, sequías, desaparición de especies, desplazamientos forzados y propagación de enfermedades. El cambio climático se considera uno de los **principales motivos de desplazamiento y migración en el mundo**. En el 2018, migraron debido a múltiples desastres naturales más de 17 millones de personas (Gemenne, 2019). Sin embargo, también habría un **impacto en la salud mental de las personas**. Ante la exposición a un evento climático se podría presentar altos niveles de ansiedad, depresión, incertidumbre, conmoción; incluso, las personas podrían llegar a experimentar estrés agudo y postraumático (Gifford y Gifford, 2016; Clayton et al., 2015).

*Además del impacto psicológico, se presentarían consecuencias sociales como pérdidas económicas, aumento del desempleo, desplazamiento forzado, altos índices de pobreza, pérdida de viviendas, entre otras. Estas secuelas del cambio climático afectarían la calidad de vida de miles de personas y comunidades (Gutiérrez-Montes et al., 2012).*



Todos estos impactos afectarían diferentes aspectos de la vida de las personas. Desde la **psicología ambiental**, se puede tratar de entender el fenómeno del cambio climático desde los siguientes tópicos: creencias, actitudes y valores, identificación de factores de protección y de riesgo para la disminución y adaptación, la comunicación y los impactos de la salud mental (Valdez, 2018; Clayton, 2019). Por lo tanto, la **psicología ambiental contribuye a que las personas conozcan y aprendan estrategias que les permitan adaptarse y transformar su realidad** (Helgeson et al, 2012). Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS), la salud ambiental comprende la intersección de los aspectos de la salud relacionada con los factores ambientales físicos, químicos y biológicos, externos. Por lo que cualquier amenaza para estos agentes significaría efectos desfavorables para el bienestar y calidad de vida de la población (s.f).



Ante todo lo expuesto, se requiere **concebir la problemática del cambio climático de manera integral** puesto que las consecuencias afectan diferentes aspectos biopsicosociales del individuo. Cada año que pasa se vuelve más difícil revertir los efectos del cambio climático. Por ello, se debe **trabajar en conjunto desde la educación y reflexión** a la comunidad y políticas públicas del Estado que permitan prevenir daños e intervenir cuando se dé el caso. Así pues, se debe **abordar en conjunto los determinantes ambientales de la salud, pues contribuye a su mejoría integral**. Asimismo, es necesario prestar atención a la salud mental dado que se puede ver afectada ante eventos de gran magnitud, influyendo directamente en la calidad y bienestar de la población.

---

#### Referencias:

Clayton, S. (2019). Psicología y cambio climático. *Papeles del psicólogo*, 40(3), 167-173.

Gemenne, F. (10 de diciembre de 2019). *Migraciones climáticas*. [Ponencia]. Cumbre del clima de Madrid.

Gifford, E. y Gifford, R. (2016). The largely unacknowledged impact of climate change on mental health. *Bulletin of the Atomic Scientists*, 72(5), 292-297.

González, S., Fernández, D. y Gutiérrez, S. (2013). El cambio climático y sus efectos en la salud. *Revista cubana de higiene y epidemiología*, 51(3), 331-337.

Gutierrez-Montes, I., Soares, D., Thibault, M., Rivas-Platero, G., Pinto, G., Ramírez, F., Romero, R. y López, R. (2012). Vulnerabilidad social ante el cambio climático: retos y propuestas políticas desde un enfoque de equidad social. Centro Agronómico Tropical de Investigación y Enseñanza (CATIE).

Helgeson, J., Linden, S. y Chabay, I. (2012). The Role of Knowledge, Learning and Mental Models in Perceptions of Climate Change Related Risks. En A. Wals y P. Corcoran (Eds.), *Learning for sustainability in times of accelerating change*. Wageningen Academic Publishers.

OPS. (s.f). Determinantes ambientales de la salud. <https://www.paho.org/es/temas/determinantes-ambientales-salud>  
Disponible en: [https://www.who.int/topics/environmental\\_health/es/](https://www.who.int/topics/environmental_health/es/).

Valdéz, L. (2018). El cambio climático desde la perspectiva de la psicología ambiental. *Acta psicológica peruana*, 3(1), 177-202.



**Mayte Rivera Aliaga**  
Psicología Organizacional  
[mrivera@corebusinesscorp.com](mailto:mrivera@corebusinesscorp.com)

