

Svetový deň zdravia - 7. apríl 2022



NAŠA PLANÉTA, NAŠE ZDRAVIE

Dokážeme si znovu predstaviť svet, kde bude čistý vzduch, voda a jedlo dostupné pre všetkých?

Kde sú ekonomiky zamerané na zdravie a pohodu?

Kde sa dá v mestách žiť a ľudia majú kontrolu nad svojím zdravím a zdravím planéty?



Uprostred pandémie, znečistenej planéty, pribúdajúcich chorôb ako je rakovina, astma a srdcové choroby, na **Svetový deň zdravia 2022** upriamuje SZO globálnu pozornosť na naliehavé **opatrenia potrebné na udržanie zdravia ľudí a planéty**. Aj keď nám **pandémia COVID-19** ukázala liečivú silu vedy, poukázala aj na nerovnosti v našom svete. **Pandémia odhalila slabé stránky vo všetkých oblastiach spoločnosti a zdôraznila naliehavosť vytvárania udržateľných spoločností**.

Viac ako **90 % ľudí dýcha nezdravý vzduch** spôsobený spaľovaním fosílnych palív. Extrémne **výkyvy počasia, degradácia pôdy a nedostatok vody** vytlačujú ľudí a ovplyvňujú ich zdravie. **Znečistenie a plasty** sa nachádzajú na dne našich najhlbších oceánov, najvyšších hôr a dostali sa do nášho potravinového reťazca. **Systémy, ktoré vyrábajú vysoko spracované, nezdravé potraviny a nápoje, poháňajú vlnu obezity, zvyšujú rakovinu a srdcové choroby, pričom vytvárajú tretinu globálnych emisií skleníkových plynov**.

Klíma a zdravie

- ✓ **Klimatické zmeny** sú najväčšou zdravotnou hrozbou, ktorej ľudstvo čelí. Vplyvy poškodzujú zdravie prostredníctvom znečistenia ovzdušia, chorôb, extrémnych poveternostných udalostí, núteného vysídľovania, potravinovej neistoty a tlaku na duševné zdravie. **Každý rok si environmentálne faktory vyžadujú životy približne 13 miliónov ľudí**.
- ✓ **Systémy na výrobu, balenie a distribúciu potravín vytvárajú tretinu emisií skleníkových plynov**. Udržateľnejšia výroba by zmiernila dopady na klímu a podporila by výživnejšie stravovanie, ktoré by mohlo zabrániť takmer 11 miliónom predčasných úmrtí ročne.
- ✓ **Doprava produkuje približne 20 percent celosvetových emisií uhlíka**. Alternatívy ako chôdza a cyklistika sú nielen zelené, ale ponúkajú aj veľké zdravotné výhody, ako je zníženie rizika mnohých chronických zdravotných stavov a zlepšenie duševného zdravia.

Čo môžete urobiť pre ochranu našej planéty a nášho zdravia?

- Hovorte hlasnejšie a žiadajte o opatrenia na ochranu klímy a vášho zdravia.
- Do práce chodte pešo alebo na bicykli aspoň jeden deň v týždni. Vyberte si verejnú dopravu.
- Kupujte si čerstvé potraviny od miestnych výrobcov a vyhýbajte sa vysoko spracovaným potravinám a nápojom.
- Tabak je zabijak a znečisťovateľ. Prestaňte konzumovať tabak.
- Nakupujte menej plastov, používajte recyklovateľné tašky na potraviny.

