

¿Qué se puede hacer?

- Ahorre electricidad y dinero utilizando focos led y comprando electrodomésticos con “estrella de energía” (o sistemas similares en su país).
- Cambiar los filtros del aire acondicionado/calefacción regularmente.
- Reduzca, reúse y recicle para conservar energía y reducir la contaminación ambiental.
- Evite los envases plásticos; si es posible tome agua del grifo.
- Use transporte público o comparta vehículo; bicicleta o camine para su salud.
- Escoja un vehículo eléctrico o de baja emisión.
- Utilice el agua eficiente y escasamente.
- Anime a miembros de la familia y amistades a conservar el ambiente.
- Para reducir la liberación de metano y por su salud, no coma carnes rojas como res, cerdo, cordero, cabra.



Para más Información:



World Health Organization
<https://www.who.int/globalchange/links/en/>

US Centers for Disease Control
<https://www.cdc.gov/climateandhealth/default.htm>

US Environmental Protection Agency
<https://www.epa.gov/climate-indicators>

US National Institutes of Health
<http://www.niehs.nih.gov/research/>



My Green Doctor es un servicio de la Asociación Médica de Florida, y siete organizaciones profesionales de la salud. Registrarse en www.mygreendoctor.org



Nicole Landa
MPH Candidate
Health education and
Promotion Strategies



Cambio Climático y su Salud: Qué se Puede Hacer

“La peor amenaza para nuestro planeta es creer que alguien más lo va a salvar” R. Swan

Ideas para Vivir, de sus profesionales de la salud y My Green Doctor

