Mes de mayo, 2021

Boletín
Facultad de Medicina

Comunicado Importante

La Facultad de Medicina de la Universidad de Costa Rica, hace un especial llamado a colaborar y extremar las medidas ante la emergencia nacional de salud vivida por el COVID-19.

Por lo que se le recuerda:

- **Mantener las medidas de distanciamiento de al menos 1,8 metros.**
- **Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón.**
- **Evitar los espacios cerrados.**
- **No exponerse a actividades sociales y evitar las aglomeraciones.**
- **Uso continuo y correcto de la mascarilla.**
- **Si cuenta con alguna enfermedad de riesgo, evite salir de su casa.**

¡Esta lucha la ganaremos con la colaboración de toda la sociedad costarricense!

Dr. Fernando Morales Martínez
Decano de la Facultad de Medicina

M.Sc. Patricia Sedó Masís
Docente de la Escuela de Nutrición

03 de mayo: Día Nacional de la Conservación de los suelos

Tierra y agua son fuente de vida y alimentos. Los suelos deben contar naturalmente con un vida, y asegurar la biovidersidad alimentaria. Acciones tales como la deforestación y agresiva urbanización que afecta directamente los suelos aptos para la agricultura y fuentes de agua, la contaminación desmedida, y explotación inadecuada de los recursos naturales han provocado grandes daños, muchas veces irreparables. Es por tal razón que se hace un llamado para actuar de manera responsable, mitigar los daños provocados, y desarrollar acciones más integrales en pro de la regeneración y conservación de los suelos como piel de la corteza terrestre del planeta, nuestra casa.balance entre nutrientes y microorganismos beneficiosos para permitir la generación de

09 al 06 de mayo: Semana de la Nutrición

La Semana Nacional de la Nutrición se celebra en Costa Rica desde 1972, siendo un espacio dedicado a la reflexión sobre la situación alimentaria y nutricional, y el reconocimiento de la nutrición como pilar de la calidad de vida y motor del desarrollo humano. Se realiza en la segunda semana del mes de mayo, dado que el día 15 ha sido declarado como el Día Nacional del Agricultor y la Agricultora, en honor a la esmerada labor de las personas en el ámbito rural e inclusive urbano para hacer producir la tierra, y alimentar a la población costarricense. Cada día es creciente el interés de las personas por producir gran parte de su propia comida; los huertos comunitarios y familiares en la ciudad constituyen espacios verdes comestibles de gran importancia en el ámbito nutricional, economía familiar y desarrollo social; de igual forma, hay mayor interés por parte del consumidor de tener un contacto directo con el productor, y apoyar iniciati-vas productivas amigables con el medio ambiente y la salud. En el presente año se desea exaltar el compromi-so de todas las personas que participan en la cadena alimentaria y que, con su trabajo y compromiso, contribuyen en la conservación de la alimentación como patrimonio natural, y el fomento de dietas más saludables y sostenibles.

23 de mayo: Día de Acción para la eliminación de contaminantes orgánicos persistentes

Cada vez es mayor la preocupación ante la alta contaminación ambiental, y el consecuente desbalance que produce muerte de la naturaleza, con consecuentes riesgos para la salud humana y la sostenibilidad del planeta. Existe una diversidad de componentes orgánicos de alta toxicidad, entre ellos pesticidas, residuos plásticos, y otros productos químicos cuyo uso indiscriminado e irresponsable ha provocado una alta contaminación de aguas, suelos, dada su composición y la permanencia en el medio ambiente dada su resistencia a la degradación. Su presencia en suelos cultivables, aguas y alimentos representa una seria amenaza para la salud humana, razón por lo cual es altamente relevante desarrollar acciones conjuntas y permanentes para revertir esta situación, proteger el planeta, y no comprometer la salud y bienestar de las actuales y nuevas generaciones.

22 de mayo: Día Internacional de la Biodiversidad

Hasta la fecha, los biólogos han logrado identificar aproximadamente 1.7 millones de especies y subespecies de plantas y animales de acuerdo con Global Biodiversity Information Facility (GBIF). Sin embargo, especialistas como Mark Costello de la University of Auckland han demostrado que la diversidad real de especies en nuestro planeta puede alcanzar la sorprendente cifra de 8 millones de especies si se consideran las innumerables especies de vertebrados e invertebrados marinos y terrestres que aún faltan por descubrir. Con la finalidad de crear una mayor concientización con respecto al papel vital que de la diversidad biológica para el funcionamiento del planeta y la propria sobrevivencia del ser humano, en 1993 la Asamblea General de las Naciones Unidas promulgó el día 29 de diciembre como Día Internacional de la Diversidad Biológica, fecha que en el año 2000 fue cambiada por la misma Asamblea para el 22 de mayo. Esta promulgación es importante, pero ciertamente resulta tardía debido a la continua devastación de las áreas naturales y la desaparición de las especies que los habitan como resultado de la codicia, el egoísmo y la ignorancia del animal que se autodenomina sapiens. Infelizmente, el día Internacional de la Diversidad Biológica parece sólo una fecha más en el calendario de la ONU, una propuesta pródiga en buenas intenciones, pero estéril en resultados. Múltiples estudios científicos demuestran que desde el año 1990 hasta la fecha la destrucción de los hábitats naturales y la pérdida de especies continúa imparable, a tal punto de que los expertos consideran que estamos viviendo una sexta extinción en masa. En mi opinión, la única forma de revertir esta catástrofe es una revolución inédita (y quizás quimérica) en la historia de la humanidad: 'una revolución moral', un acto de lucidez en el cual cada uno de nosotros nos 'revolucionemos' y comprendamos que nuestra sobrevivencia como especie está íntimamente ligada a la conservación de la naturaleza, a nuestra capacidad de coexistir de forma armoniosa con todos los organismos vivos que nos rodean y, finalmente, a que desarrollemos la humildad necesaria para sentirnos parte integral de la naturaleza y no su dueño.

Dr. Óscar M. Chaves
Docente e investigador de la Escuela de Biología.
Email: ochaba@gmail.com

Ing. Gerlin Salazar Vargas, M.Sc.
Gestora Ambiental de UGA,
Vicerrectoría Administración

17 de mayo: Día Mundial del Reciclaje.

Este día, instaurado por la UNESCO, tiene el objetivo de concienciar a la población sobre la importancia y ventajas de tratar adecuadamente los residuos para cuidar el ambiente. La gestión inapropiada de los residuos ocasiona impactos negativos a la fauna silvestre e inclusive marina por el arrastre de materiales y generación de micro plásticos, inclusive fuera de nuestras fronteras. Afecta a la salud humana, con la proliferación de vectores como mosquitos o impacto vial por la acumulación de residuos en alcantarillas, por citar algunos.

El primer paso es cambiar el término basura al concepto de residuos, para tener claro que los mismos pueden ser clasificados y tener otro destino más allá que el relleno sanitario o botaderos. Cerca del 55% de los residuos que generamos son orgánicos y el 27% a valorizables, los cuales deben salir de la ruta de disposición final, pues con ello ocasionamos una reducción de la vida útil del relleno y contribuimos a la generación de gases efecto invernadero.

El reciclaje es el proceso donde se transforman residuos en materias primas u otros productos, nosotros colaboramos en la separación y clasificación correcta de los residuos en la fuente, ya sea en el hogar o lugar de trabajo. La jerarquización en la gestión de los residuos (Ley 8839, 2010) nos indica unos pasos previos que debemos atender: 1. Evitar, 2. Reducir, 3. Reutilizar, para pasar a IV. Valorizar, siendo en este punto donde clasificamos los residuos para entregarlos a un gestor autorizado que puede ser la municipalidad o un centro de acopio. Disponemos de la Estrategia Nacional de Separación, Recuperación y Valorización de Residuos (MINSA, 2016) que establece las categorías para la separación de residuos y los colores y tipos de los contenedores.

En cuanto a la UCR, desde el año 2010 se ha implementado la gestión de residuos, mediante la instalación de contenedores, mejora del proceso de recolección y desarrollo de acciones de sensibilización y divulgación con el objetivo de aumentar la calidad de los materiales separados.

Sin embargo, este esfuerzo será minimizado hasta contar con el compromiso de cada uno de nosotros, implementando la separación correcta de residuos como hábito cotidiano.

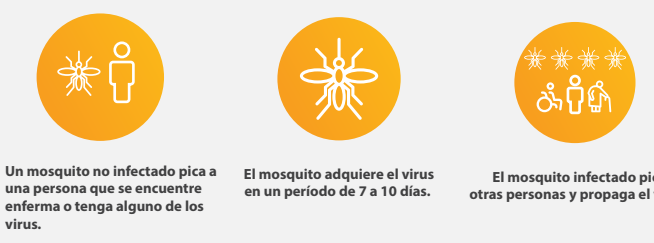
El Comité Local para la Prevención del Mosquito *Aedes aegypti* del Edificio de la Facultad de Medicina está coformado por:

- *Arce Campos Randall*
- *Ávila Solano Lilliam Susana*
- *Bermúdez Fonseca Berny*
- *Cordero Mora Marion Andrea*
- *Molina Villalobos Jorge Alberto*
- *Morales Caracas José (Coordinador)*

Cuentan con el correo electrónico: *comitelocal.fm@ucr.ac.cr* para atender cualquier consulta, así como para divulgar información referente a la prevención del mosquito *Aedes aegypti* con los funcionarios y las funcionarias que albergan este edificio.

CONTACTO:
Teléfono: 2511-4171
Correo electrónico: comitelocal.fm@uc.ac.cr

¿Cómo se trasmite el DENGUE, ZIKA y CHIKUNGUNYA?



Costa Rica gana premio del Día Mundial Sin Tabaco 2021

El premio fue otorgado a tres instituciones costarricenses. Paraguay, Santa Lucía, Uruguay y dos ciudades estadounidenses también fueron premiadas.

Fuente: Gabriela Zamora Sauma, 25 de mayo de 2021. www. adiariocr.com

Los premios del Día Mundial Sin Tabaco para 2021 en la región de las Américas fueron otorgados a tres instituciones costarricenses, los ministerios de salud de Santa Lucía y Paraguay; el Fondo Nacional de Recursos de Uruguay, dos ciudades de California y una médico brasileña.

Los ganadores, seleccionados por la Organización Mundial de la Salud (OMS) entre las nominaciones recibidas en respuesta a un llamado público, lograron avances clave en el control del tabaco en sus países. Los premios son parte de los esfuerzos mundiales de control del tabaco reconocidos cada año en el Día Mundial Sin Tabaco.

Se otorgó un premio compartido al Equipo Institucional mSalud de Costa Rica, que está compuesto por tres instituciones conformadas por el Ministerio de Salud, la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS) y el Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencias (IAFA), gracias a la propuesta de la Red Nacional Antitabaco (RENATA). El equipo de mSalud recibió el premio por su papel en la expansión de los servicios para dejar de fumar a través del desarrollo de herramientas en línea, como lo es el ChatBot Dejar de Fumar y Vapear.

Fuente: msalud

Más información en el siguiente enlace: https://adiariocr.com/salud/costa-rica-gana-premio-del-dia-mundial-sin-tabaco-2021/

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA · FM Facultad de Medicina · 60 años ANIVERSARIO Facultad de Medicina Universidad de Costa Rica · GALARDÓN AMBIENTAL UCR