

Energía y calidad de vida








Existe una relación directa entre la esperanza de vida y el uso y acceso a la energía en nuestras viviendas. La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce que las malas condiciones de la vivienda pueden exponer a las personas a una serie de riesgos para la salud y que la mejora de la habitabilidad puede ser un factor que salve vidas puesto que ayuda a prevenir enfermedades, mejora la calidad de vida, reduce la pobreza, ayuda a mitigar el cambio climático y contribuye al logro de los [Objetivos de Desarrollo Sostenible](#).

La dificultad o el costo elevado de calentar el hogar afectan a la salud con una amplia gama de afecciones médicas, como enfermedades cardiovasculares o respiratorias, asma, lesiones, problemas de salud mental y enfermedades infecciosas como tuberculosis, gripe o diarrea.



Asimismo, el hacinamiento en las viviendas aumenta el riesgo de exposición a enfermedades infecciosas, y la insuficiencia de los servicios de suministros básicos como el agua, la energía o el saneamiento incrementa el riesgo a contraer enfermedades, porque afecta de manera directa a nuestra forma de alimentación y nuestra higiene.



Asunto	Recomendaciones	Solidez de la recomendación
 Hacinamiento	Se deben elaborar y aplicar estrategias para prevenir y reducir el hacinamiento en los hogares.	Firme
 Frio y aislamiento de interiores	<p>Las temperaturas interiores de las viviendas deben ser lo suficientemente altas para proteger a los habitantes de los efectos nocivos del frío. En los países de climas templados o más fríos, se considera que una temperatura interior de 18 °C no conlleva riesgos y permite proteger la salud de la población general durante las estaciones frías.</p> <p>En las zonas climáticas donde hay una estación fría se debe instalar un aislamiento térmico eficaz y seguro en las viviendas nuevas y reequipar los ya existentes.</p>	Firme
 Calor en interiores	En las zonas expuestas a altas temperaturas ambientales, se deben elaborar y aplicar estrategias para proteger a la población del exceso de calor en los espacios interiores.	Condicional
 Seguridad y traumatismos en el hogar	Las viviendas deben contar con dispositivos de seguridad (alarmas de humo y de monóxido de carbono, puertas en escaleras y protectores de ventanas, etc.) y se deben tomar medidas para reducir el riesgo de sufrir traumatismos involuntarios.	Firme
 Accesibilidad	Basándose en la prevalencia nacional actual y prevista de deficiencias funcionales, y teniendo en cuenta las tendencias del envejecimiento, una proporción adecuada del parque de viviendas debe ser accesible para las personas con deficiencias funcionales.	Firme

La [guía publicada por la OMS](#) establece una serie de recomendaciones para la promoción de viviendas saludables, que contribuyan a reducir los principales riesgos para la salud asociados a las malas condiciones de habitabilidad, como el hacinamiento, las temperaturas demasiado altas o bajas, o la accesibilidad para personas con discapacidad funcional.

FUENTE:
Directrices de la OMS sobre vivienda y salud 2018

