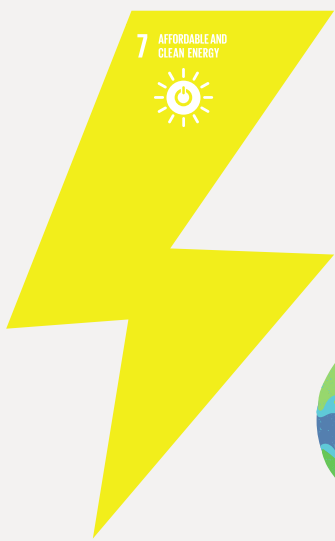


Energia e Saúde

Uso e produção sustentável de energia e a sua ligação à saúde



O **acesso a energia limpa e acessível é essencial** para seres humanos e negócios.

Mas a **produção e uso de energia é responsável** pela poluição, aquecimento global e mudanças climáticas.

Mais de 1 mil milhão de pessoas não tem acesso a fontes de energia sustentável, o que as leva a utilizar fontes altamente poluentes. Isto quer dizer que **mais de 1 mil milhão de pessoas sofre de pobreza energética.**

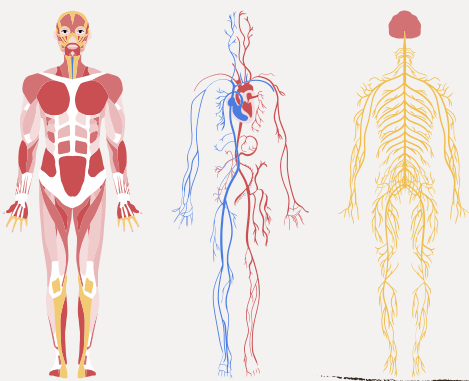
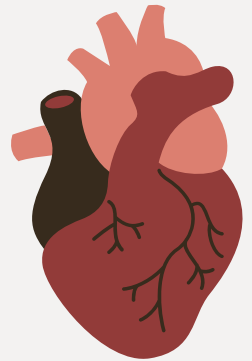
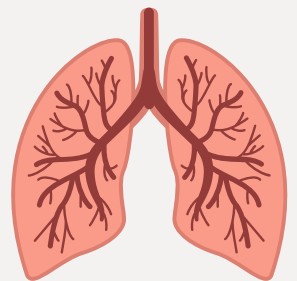


23°C (temperatura ambiente) é a temperatura ideal para o funcionamento do nosso corpo. (temperatura não deve exceder os 32°C).

As mudanças climáticas podem causar danos no cérebro, mais especificamente no hipotálamo, responsável por controlar a temperatura corporal e a homeostasia.

Quando a temperatura corporal aumenta ou diminui em demasia, para além do cérebro, o coração, sistema circulatório, sistema gastrointestinal, pulmões e rins são afetados.

- **Temperatura externa aumenta**→ aumenta temperatura corporal (produção de calor excede perda de calor)→ **temperatura interna sobe.**
- **Temperatura externa diminui**→ diminui temperatura corporal (perda de calor excede produção de calor)→ **temperatura interna desce.**



Quando estes eventos ocorrem, uma série de efeitos celulares, locais, ao nível dos órgãos, sistémicos são desencadeados, o que pode causar disfunção sistémica a curto ou longo prazo.

- As mudanças climáticas causam **danos no cérebro (físicos e mentais)**. Podem ocorrer câibras, exaustão por calor, insolação, hipotermia. Quando há um pico de calor, há um pico de suicídios, violência e crime (relacionado com um aumento do nível de ansiedade e depressão, devido a distúrbios no sono por **desregulação do hipotálamo**).
- **O aquecimento global tem impacto neurológico.**
- O cérebro de crianças e adolescentes são mais suscetíveis.

O aquecimento global é uma grave ameaça à existência humana. Temos de juntar esforços para mitigar o aquecimento global imediatamente, diminuir a poluição, e trabalhar de modo a cumprir os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável.