



Día Mundial de la Salud 2026: “Juntos por la Salud, Apoyemos la Ciencia”

El 7 de abril se conmemora el Día Mundial de la Salud, bajo el lema: "Juntos por la salud. Apoyemos la ciencia" con el objetivo de recordar que la salud es un derecho fundamental que debe estar al alcance de todas las personas, garantizando una atención médica de calidad, especialmente para los más vulnerables.

Dentro de este contexto, la doctora Laura González, profesional de la salud de la División de Asistencia Médica refiere que esta fecha se conmemora para promover las investigaciones en salud, prestar apoyo técnico a los países y vigilar las tendencias sanitarias mundiales, por parte de la Organización Mundial de la Salud.

Lema y relevancia

Para el año 2026 el lema adoptado es “Juntos por la salud. Apoyemos la ciencia”, que destaca la necesidad de reforzar la colaboración entre países y promover decisiones sanitarias basadas en evidencias científicas. En este sentido, adquiere relevancia el concepto de Cobertura Sanitaria Universal, que implica que todas las personas puedan acceder a servicios de salud esenciales en el momento y lugar en que los necesiten, sin que esto suponga una carga económica. En estos últimos años, las iniciativas puestas en marcha han tenido como objetivo ampliar la cobertura de los servicios de salud, garantizando que lleguen a todas las comunidades y sean accesibles para las familias, contribuyendo de esta manera a mejorar su bienestar y calidad de vida.

Acciones cotidianas que favorecen la salud y el medio ambiente

Esta fecha también incentiva la adopción de prácticas diarias que protejan el medio ambiente y beneficien la salud individual. Algunas de ellas son: conservar una dieta balanceada disminuyendo el consumo de productos altamente procesados, hacer ejercicio regularmente, no consumir alcohol ni otras sustancias perjudiciales, preferir modos de transporte como caminar o ir en bicicleta siempre que sea posible, mantener hábitos correctos de higiene, utilizar la energía en casa de manera responsable, gestionar correctamente el estrés y la ansiedad, respetar horarios de descanso, no auto medicarse, emplear medidas de seguridad como el casco y el cinturón y asistir periódicamente a chequeos médicos.

El Día Mundial de la Salud 2026 es una ocasión para pensar en lo fundamental que es fortalecer sistemas de salud más eficaces e inclusivos, fomentando el acceso igualitario a servicios de calidad y reafirmando el compromiso conjunto con el bienestar, considerando la salud como un componente clave para lograr un desarrollo y una calidad de vida óptimos en la sociedad.