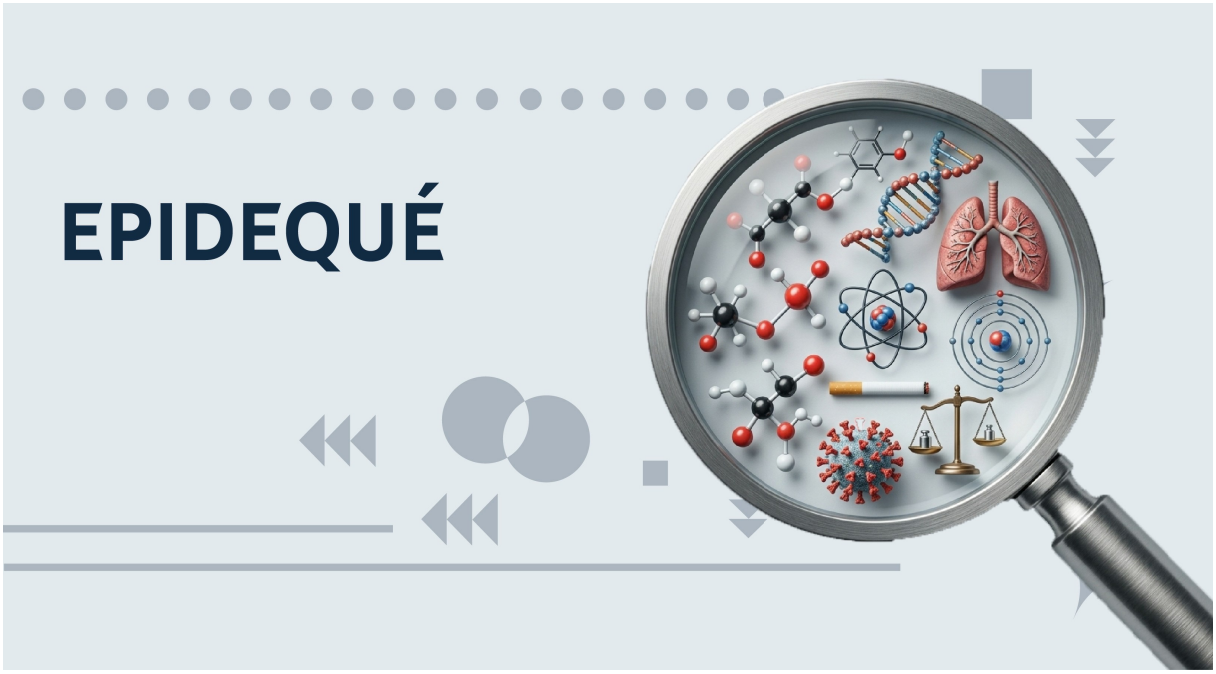
EPIDEQUÉ? A epidemioloxía contada de ti a ti

Tempo estimado de lectura: 5 min

Autor: **Xanela Aberta á Familia**



A saúde pública non só se constrúe nas universidades, nos centros sanitarios, na administración ou nos laboratorios, tamén se crea cando a información científica chega á sociedade dun modo comprensible, útil e baseado en evidencias. Neste contexto nace **EPIDEQUÉ**, un proxecto de divulgación científica impulsado por docentes e persoal investigador da área de Medicina Preventiva e Saúde Pública na Facultade de Medicina da Universidade de Santiago de Compostela. O seu obxectivo é o de achegar o coñecemento científico á cidadanía e facilitar a toma de decisións informadas sobre saúde.

EPIDEQUÉ é, sobre todo, un punto de encontro. Un espazo pensado para compartir coñecemento coa cidadanía e traducir a linguaxe científica a algo máis próximo e accesible. A través de *pódcasts*, infografías e outros materiais divulgativos, o proxecto aborda cuestións que forman parte do noso día a día e que teñen un impacto directo na saúde: o tabaco e a exposición ao fume ambiental que produce, o radon nas vivendas e nos postos de traballo, os *vapers* ou o tabaco sen combustión, o consumo de cannabis e outras drogas, a obesidade ou os riscos ambientais, entre outros. Trátase de áreas onde a epidemioloxía desempeña un papel clave, pois permite estudar como os determinantes sociais, ambientais e condutuais inflúen na aparición das enfermidades e na distribución da saúde na poboación



Un dos aspectos máis relevantes do proxecto é que non se limita á comunicación, senón que integra investigación activa en problemas reais de saúde pública. Así, levan a cabo investigacións orientadas á vixilancia das adiccións mediante datos de enquisas e rexistros administrativos, estudos sobre a exposición ao fume ambiental do tabaco e a súa mortalidade atribuíble, proxectos centrados no control do radon residencial en Galicia ou programas de ciencia cidadá que facilitan a participación activa da poboación. Este enfoque reforza unha idea clave en promoción da saúde: a cidadanía non debe ser só receptora da información, senón tamén parte activa na xeración de coñecemento. Ademais, **EPIDEQUÉ** conta coa colaboración de profesionais e persoas expertas de referencia nos distintos ámbitos que aborda, o que enriquece os contidos e achega perspectivas complementarias

Desde unha perspectiva da promoción da saúde, **EPIDEQUÉ** contribúe a tres elementos fundamentais:

1. Mellorar a alfabetización sanitaria, favorecendo que as persoas comprendan mellor os riscos e beneficios asociados a diferentes hábitos ou exposicións.

2. Combater a desinformación mediante mensaxes baseadas en evidencia científica rigorosa.

3. Facilitar a creación dunha cultura de prevención, fundamental para reducir a carga das enfermidades crónicas e dos riscos ambientais.

Nun contexto onde a información circula rapidamente e non sempre é fiable, iniciativas como **EPIDEQUÉ** demostran que a divulgación científica pode ser unha ferramenta poderosa de saúde pública. Falar de epidemioloxía en termos próximos, claros e accesibles permite entender que moitas das decisións cotiás teñen un impacto directo no benestar individual e colectivo.

Quizais a mellor definición de **EPIDEQUÉ** sexa esta: facer que a epidemioloxía deixe de parecer algo distante para converterse nunha conversa próxima, accesible e útil. Porque entender como inflúen os riscos ambientais, os estilos de vida ou as políticas públicas na nosa saúde é tamén unha forma de coidarnos.

Máis información sobre o proxecto pode consultarse na súa páxina web: https://epideque.es/.

