



## Los humedales fuentes de vida y desarrollo sostenible

### ¿Qué son los humedales?

Llamados también “zonas húmedas”, comprenden una gran variedad de ecosistemas en donde existe un tipo particular de suelo, flora y fauna adaptados a la vida acuática. Un humedal puede ser cualquier sistema natural o artificial de agua (dulce, salada o mezcla de ambas), que existe de manera temporal o permanente (lagos, ríos, lagunas y otros.)

### ¿Qué tipos de humedales hay?

- **Ribereños:** asociado a ríos y arroyos.
- **Marino costeros y de estuario:** asociado a las zonas de playa y marismas.
- **Palustres:** asociado a áreas pantanosas como vegas y bofedales (oconales).
- **Lacustres:** asociado a lagos y lagunas.
- **Artificiales:** Incluyen represas, embalses, estanques, canales y acequias.

### ¿Por qué son esenciales para la vida y el desarrollo sostenible?

Los humedales son ecosistemas muy importantes para los seres humanos, ellos nos proveen de agua dulce, alimentos, medicamentos, fibra entre otros beneficios para nuestra subsistencia. Además de especies de importancia comercial y posibilidades para el turismo.

También cumplen importantes funciones como el control de la erosión e inundaciones. Retienen nutrientes, sedimentos y contaminantes, limpiando el agua. Juegan un papel fundamental en la mitigación del cambio climático y estabilización del clima por retener cantidades importantes de CO<sub>2</sub>.

### Humedales: en peligro de desaparecer en todo el mundo

Las estimaciones científicas muestran que desde 1900 ha desaparecido el 64% de los humedales del planeta. Por ello, se ha afectado el acceso al agua dulce y los medios de vida tradicionales de millones de personas en el mundo, incrementándose el riesgo de inundaciones.

### ¿Qué factores causan la pérdida de los humedales?

Lamentablemente, los humedales a menudo se consideran como terrenos sin uso, es decir, zonas que hay que drenar, quemar y convertir a otros fines productivos. Las principales causas de la pérdida y degradación de los humedales son:

- Grandes cambios en el uso del suelo y particularmente el aumento de la agricultura y el pastoreo.
- La desviación de agua mediante represas, diques y canalizaciones.
- El desarrollo de infraestructuras, particularmente en valles fluviales y zonas costeras.
- La contaminación del aire, del agua y el exceso de nutrientes.

### ¿Qué podemos hacer?

- Valorar los servicios y beneficios que ofrecen estas áreas
- Incluir las zonas de humedal en la planificación de uso de suelo
- Promover la recuperación (restauración) de humedales degradados
- Respetar la naturaleza y la vida silvestre
- Visite y ayude a la limpieza de algún humedal cercano.
- Asista a las actividades planeadas por el Día Mundial de los Humedales

### ¿Qué pasa con los humedales altoandinos?

En la Cordillera de los Andes, por encima de los 3800 m de altitud se forman un tipo especial de humedales, llamados bofedales u oconales (“zona mojada” en quechua). Estas áreas son importantes para la captación de agua de lluvia y de glaciares, favoreciendo la regulación hídrica y la biorremediación de aguas contaminadas. Además son importantes fuentes de alimentación y de agua para los animales (silvestres y domesticados), especialmente durante la época seca.

A pesar de su importancia, los bofedales reciben fuertes impactos debido al sobrepastoreo del ganado, el pisoteo continuo en los senderos turísticos, y debido a las alteraciones en el flujo de agua cuando se construyen diques, canales y carreteras asfaltadas en las áreas cercanas.

En el Instituto de Montaña estamos trabajando junto con el Parque Nacional Huascarán y la Universidad Tecnológica de Michigan en la generación de información y alternativas útiles para la restauración de áreas de bofedal.