

En México, 21 mil muertes al año asociadas con mala calidad del aire

Partículas PM2.5, las más dañinas

La contingencia llegó tarde, es muy peligroso pasar más de tres días con esta concentración de contaminantes; lo más recomendable es quedarse en casa y no abrir ventanas hasta que haya menos partículas, asegura la doctora Ana Rosa Moreno, de la Facultad de Medicina

Hugo Maguey

May 14, 2019



Foto: bit.ly/2JFToFG

Las partículas PM2.5 y menores, son las más dañinas, además que han sido catalogadas por la Organización Mundial de la Salud como carcinógenas, es decir, que a largo plazo, producen cáncer, señala la Doctora Ana Rosa Moreno, de la Facultad de Medicina de la UNAM.

Las partículas de 10 micras, que son las que normalmente se miden en el ambiente, son arrastradas por el moco, y de esta manera se filtran, pero entre más pequeñas sean, más peligro representan porque no se filtran y se van directo a los pulmones, comenta la doctora Moreno, y agrega que un estudio en Inglaterra comparó cerebros de personas que habían vivido en México contra otras zonas urbanas de ese país. En los que vivieron en México se encontraron metales pesados, y la única explicación era que en el aire había partículas de estos, y las de menos de 2.5 micras, llegan al alveolo, que es donde ocurre el intercambio gaseoso y se traslada directamente al torrente sanguíneo.

En nuestro país tenemos aproximadamente 21 mil muertes al año asociadas con la mala calidad del aire, pero subestimamos el problema porque para nosotros la contaminación es algo cotidiano, y cuando un problema se vuelve cotidiano, no se percibe. Vivimos con la polución y cuando vamos a otros lugares, vemos mejoría en

nuestro sistema respiratorio, no hay flema, ni ojos rojos, ni resequedad. Lo contrario ocurre con quienes visitan la ciudad porque presentan síntomas que no tienen en su lugar de origen. Nos hemos adaptado, pero no significa que no suframos efectos.

Cuando hay picos como la de esta contingencia, cuando hay una exposición aguda, y las concentraciones son más altas, hay posibilidad de morir para la gente más vulnerable. Todos estamos en riesgo, apunta la doctora Moreno, y agrega que los bebés y los ancianos están en mayor peligro: “Los bebés no deben salir bajo ningún motivo de sus casas. Es importante que no se abran las ventanas, pues al intentar ventilar, lo único que conseguiremos será que entren los contaminantes. Los niños tampoco deben estar expuestos, ni las personas de la tercera edad, tampoco quienes padecen enfermedades respiratorias o crónicas, como asma, alergias, pues presentan una vulnerabilidad mayor, dado que el cuerpo no puede manejar el estrés biológico de la contaminación aunado a enfermedades como la diabetes, la hipertensión, o de algún otro tipo y es cuando ocurren los fallecimientos”.

Contingencia tardía

La contingencia llega tarde, apunta la doctora Moreno, “es muy peligroso pasar más de tres días con esta concentración de contaminantes... la contingencia llegó tarde porque no hay legislación, pero no podemos estar con las manos amarradas, debemos actuar, eso implica que todos tomemos acciones”, señala, y añade que se necesita un cambio para bien, hacer que todos participemos y se exija la verificación de los vehículos contaminantes como los camiones de pasajeros, de volteo, repartidores de refrescos, todos los que no verifican. “La prioridad debe ser la salud humana”.

Las redes de monitoreo deben trabajar en función de las necesidades del sector salud. Lo que nos importa es proteger a la población, señala la experta, y comenta que “lo que importa es proteger la salud de la gente, deberíamos saber cómo están los hospitales, saber si por la contaminación hay mayor afectación. Pero no hay conciencia, los hospitales están saturados, no hay una respuesta sólida del sector salud. Debe haber una coordinación entre los centros meteorológicos y el sector salud, para pasar esa información y hacer conciencia.

“La población también debe hacer conciencia y protegerse, los ciclistas, por ejemplo, deben ser conscientes que andar en bicicleta es un gran riesgo, porque respiran cuatro veces más, van con la boca abierta y no filtran las partículas. Van pegados a los camiones, a transportes que no verifican, porque sólo los automovilistas verificamos. Es importante tener conciencia y no exponernos. La información está, pero parece que se habla en lontananza, ya tenemos varios días y esto no se arregla, hay que saber que el medio ambiente no se rige por nuestros deseos, y ver que estamos en estiaje, no hay humedad, no hay dispersión, es más probable que haya incendios” señala la investigadora.

Una de cada cuatro enfermedades, están relacionadas con el medio ambiente. Deben ser momentos en que la ciudadanía impulse a cambios. “Debería existir un sistema de alerta temprana para saber que hay un incendio y que los humos se están trasladando hacia un lado o hacia el otro y actuar en consecuencia. El problema es también que no hay credibilidad en las instituciones. Y no les hacemos caso”.

Recomendaciones

Lo mejor es no salir de casa mientras dura esta concentración de partículas. Si hay oportunidad de trabajar desde casa, hay que hacerlo, indica Moreno. Los cubreboca definitivamente no sirven porque la apertura de la tela no alcanza a filtrar partículas tan pequeñas. Hay filtros más industriales que podrían servir, pero son muy caros. Hay filtros personales, pero son difíciles de conseguir en México.

Lo más recomendable es no exponerse a los contaminantes si no hay ninguna razón de salir a la calle. También es muy importante que no se abran ventanas, no va a pasar nada por no ventilar por cinco o seis días, termina la doctora Moreno.

© 2017 - Hecho en México, Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Esta página puede ser reproducida con fines no lucrativos, siempre y cuando no se mutile, se cite la fuente completa y su dirección electrónica. De otra forma, requiere permiso previo por escrito de la institución.



Dirección General de Comunicación Social