




La contaminación del aire no siempre es fácil de detectar. Cuando el humo de los incendios forestales o el hollín del tubo de escape de un camión obstruye el aire, parece evidente. Pero incluso el aire que parece y huele limpio puede estar contaminado. La mayoría de las personas en todo el mundo están expuestas a niveles insalubres de contaminación, y esto está afectando nuestra salud.


### A nivel mundial, la contaminación del aire contribuye a millones de muertes anualmente.


Cuando respiramos aire contaminado, los contaminantes pueden pasar desde los pulmones al torrente sanguíneo. Una vez allí, pueden llegar al corazón, el cerebro y otros órganos. La contaminación puede incluso atravesar la placenta y afectar al feto en desarrollo. Además, causa inflamación en los pulmones y otras partes del cuerpo.

La inflamación y otros efectos de la contaminación pueden dañar permanentemente tus tejidos y causar enfermedades. *A veces, la contaminación causa problemas de salud que se notan de inmediato, pero la mayoría de los problemas se acumulan gradualmente.*

#### La contaminación del aire puede afectar tu salud a las pocas horas o días de la exposición y...


 Causar irritación en los oídos, la nariz y la garganta


 Agravar los síntomas de Alergias, asma, bronquitis, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)


 Desencadenar latidos cardíacos rápidos o irregulares


Muchos de estos problemas pueden resolverse cuando disminuyen los niveles de contaminación, pero algunos pueden ser crónicos o incluso provocar la muerte.


#### Respirar aire contaminado durante un largo período de tiempo (meses o años) puede causar muchos problemas de salud graves, incluyendo...

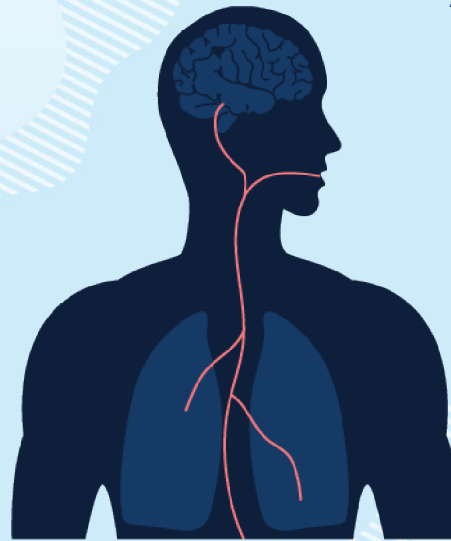
 Enfermedades cardíacas: arritmia, presión arterial alta, ataque cardíaco y cardiopatía isquémica

 Enfermedades pulmonares: cáncer de pulmón, infecciones, EPOC y asma

 Nacimiento prematuro o bajo peso al nacer  
Mayor riesgo de otros problemas de salud [\[video\]](#)

 Accidente cerebrovascular

 Esperanza de vida reducida



La exposición a la contaminación del aire, especialmente la contaminación del aire dentro de la vivienda, también se ha relacionado con enfermedades infecciosas como la tuberculosis y la neumonía, así como con cataratas.

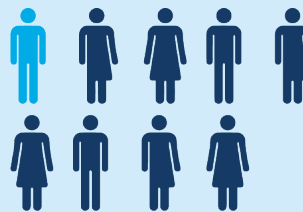
Investigaciones recientes muestran que la contaminación del aire empeora los resultados del COVID-19, incluida una mayor gravedad de la enfermedad y un mayor riesgo de mortalidad relacionado con el COVID-19.

Hay también creciente evidencia que relaciona la contaminación del aire con trastornos cerebrales, incluido el impacto en el neurodesarrollo en niños y enfermedades neurodegenerativas como la enfermedad de Parkinson y la enfermedad de Alzheimer en adultos mayores.

## El Costo de la Contaminación del Aire

Cuando las personas se enferman o mueren prematuramente por exposición a la contaminación del aire, es devastador para las personas y las familias. A nivel de la población, la carga de enfermedades producida por la contaminación del aire agota los sistemas de atención médica y tiene efectos generalizados en las comunidades y las economías.

La contaminación del aire es responsable de más de 1 de cada 9 muertes en el mundo.



### En 2019, la contaminación del aire mundial representó



el **40 %** de las muertes por enfermedad obstructive pulmonar crónica (EPOC)



el **26 %** de las muertes por accidente cerebrovascular



el **20 %** de las muertes por enfermedad isquémica



el **19 %** de las muertes por diabetes



el **19 %** de las muertes por cáncer de pulmón



el **31 %** de las muertes de bebés de menos de 28 días de nacidos



el **30 %** de las muertes por infecciones respiratorias menores

## Algunas personas sufren más

El costo de la contaminación del aire no es asumido por igual por todos. Algunas personas enfrentan una mayor exposición a la contaminación o impactos más severos en su salud, la mayoría de las veces sin culpa propia.

### Dónde vivimos y trabajamos

Las personas que pasan más tiempo respirando aire contaminado tienen más probabilidades de enfermarse a causa de ello. Quienes trabajan al aire libre y viven en países, ciudades y vecindarios más contaminados enfrentan un mayor riesgo de problemas de salud.

### Su etapa de vida

Los niños, los adultos mayores y las personas embarazadas enfrentan mayores riesgos para la salud debido a la contaminación del aire. En estas etapas de la vida, las personas pueden sufrir peores problemas de salud por la misma cantidad de contaminación.



### Su estado de salud

Las personas con enfermedades crónicas existentes pueden ser más vulnerables a los efectos de la contaminación del aire en su salud.

### Factores socioeconómicos

Las personas que enfrentan desventajas relacionadas con el estatus socioeconómico o la raza/etnia a menudo tienen una mayor exposición a la contaminación, más problemas de salud subyacentes y un menor acceso a atención médica, lo que aumenta las probabilidades de enfermarse gravemente.

## ¿Cómo sabemos?

El conocimiento sobre los efectos de la contaminación del aire en la salud proviene de cientos de estudios científicos realizados en muchos países a lo largo de muchas décadas. Los científicos analizan los patrones de enfermedad y muerte a nivel de la población y también realizan estudios de laboratorio para comprender cómo los contaminantes se mueven por el cuerpo y afectan la salud.

## Las fuentes importan

Cada lugar tiene una combinación diferente de fuentes y tipos de contaminación. El tipo de contaminación influye en los impactos en la salud observados en diferentes grupos de personas. Las principales fuentes de PM<sub>2.5</sub> (partículas en suspensión en el aire que miden 2.5 micrómetros o menos de diámetro) varían sustancialmente según el país, pero los contribuyentes clave son la generación de energía, la industria, el transporte, el uso de combustible residencial, el polvo arrastrado por el viento y la agricultura.



La contaminación del aire exterior por partículas finas (PM<sub>2.5</sub>) es el mayor impulsor de la carga general de morbilidad de la contaminación del aire en todo el mundo.



Las emisiones de partículas de las estufas utilizadas en los hogares de muchos países de ingresos bajos y medianos representan la mayoría de las muertes relacionadas con la contaminación entre los recién nacidos.



Los impactos de la contaminación del ozono a nivel del suelo por las emisiones del transporte y otras fuentes sobre la EPOC se sienten con mayor intensidad en las poblaciones de mayor edad.



El dióxido de nitrógeno (NO<sub>2</sub>), un contaminante relacionado con el transporte, puede agravar los problemas respiratorios como el asma y es más común en áreas urbanas.

## Más Información

Tendencias de la contaminación atmosférica y carga de morbilidad asociada: [www.stateofglobalair.org](http://www.stateofglobalair.org)

Información sobre la calidad del aire en el lugar donde vives o en todo el mundo: [www.aqicn.org](http://www.aqicn.org) y [www.openaq.org](http://www.openaq.org)

Aprenda cómo las personas pueden reducir la exposición a la contaminación del aire: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240000278>

## Recursos adicionales

Boogaard H, Walker K, Cohen AJ. 2019. Air pollution: The emergence of a major global health risk factor. *Int Health* 11(6):417–421; doi:10.1093/inthealth/ihz078.

Rajagopalan S, Landrigan PJ. 2021. Pollution and the heart. *New Engl J Med* 385(20):1881–1892; doi:10.1056/NEJMra2030281.

Turner MC, Anderson ZJ, Baccarelli A, Diver WR, Gapstur SM, Pope CA 3rd, et al. 2020. Outdoor air pollution and cancer: An overview of the current evidence and public health recommendations. *CA Cancer J Clin* 70(6):460–479; doi:10.3322/caac.21632.

Schraufnagel DE, Balmes JR, Cowl CT, De Matteis S, Jung SH, Mortimer K, et al. 2019. Air pollution and noncommunicable diseases: A review by the Forum of International Respiratory Societies' Environmental Committee, part 1: The damaging effects of air pollution. *Chest* 155(2):409–416; doi:10.1016/j.chest.2018.10.042.

Schraufnagel DE, Balmes JR, Cowl CT, De Matteis S, Jung SH, Mortimer K, et al. 2019. Air pollution and noncommunicable diseases: A review by the Forum of International Respiratory Societies' Environmental Committee, part 2: Air pollution and organ systems. *Chest* 155(2):417–426; doi:10.1016/j.chest.2018.10.041.