LITORALPRESS

Fecha: 24-04-2023 **Visitas:** 1.463 **Favorabilidad:** No Definida
Fuente: G5 Noticia **VPE:** 5.852
Título: **Contaminación del aire: especialistas explican sus causas y entregan consejos para evitar nocivos efectos en la salud**

Link: https://g5noticias.cl/2023/04/24/contaminacion-del-aire-especialistas-explican-sus-causas-y-entregan-consejos-para-evitar-nocivos-efectos-en-la-salud/

Contaminación del aire: especialistas explican sus causas y entregan consejos para evitar nocivos efectos en la salud

lunes, 24 de abril de 2023, Fuente: G5 Noticia

Chile se encuentra entre los países con el mayor nivel de contaminación atmosférica en América Latina.

Según los especialistas, sequías extremas, el cambio climático, junto con las olas de calor y los grandes incendios, son algunos de los factores que influyen en la mala calidad del aire del país, provocando severos efectos en la salud de las personas. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el 99% de la población mundial respira aire que excede los límites recomendados por el organismo internacional.

Al mismo tiempo, Chile es uno de los países de la región que contabiliza más muertes debido al esmog, según lo dio a conocer un reciente estudio de "Lancet Countdown Sudamérica" que, además, informa 230 decesos por cada millón de habitantes en nuestro país.

Paralelamente, el informe "World Air Quality Report 2022", publicado por la empresa suiza, IQAir, Chile se encuentra entre los países con el mayor nivel de contaminación del aire en América Latina con un promedio de 22,2 microgramos por metro cúbico, cuando lo máximo debiera ser 2,5 de material particulado. Al respecto, el director de la Escuela de Ingeniería de la **Universidad del Alba**, Julio Inda, explica que "la capital (Santiago), supera el promedio en 25,8 microgramos de partículas ligeras por metro cúbico de aire.

Nos encontramos con un exceso de gases y material particulado producido, principalmente, porque como sociedad tenemos poca conciencia del equilibrio desarrollo-ambiente, perjudicando gravemente la salud de la población". Junto a lo anterior, el académico añade que son varios los factores que aumentan los niveles de contaminación, tales como: el aumento de vehículos con uso de derivados del petróleo, los diferentes tipos de industrias como la minería, sequías extremas, el cambio climático por el aumento de gases que produce el efecto invernadero, la falta de tratamiento de los desechos de las aguas residuales, el vertido de desechos industriales y metales pesados, además del constante uso de calefactores que emiten gran cantidad de material particulado y gases en invierno, junto con las olas de calor y los grandes incendios.

No obstante, el experto añade que, a pesar de las causas que aumentan los índices de contaminación, las empresas realizan diversas acciones en materia de sostenibilidad para enfrentar esta problemática, fijando compromisos de reducción de efectos contaminantes en relación a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) establecidos por la ONU. Por su parte, Natalia San Martín, kinesióloga de Grupo Medical, comenta que las personas con enfermedades respiratorias son las más afectadas por esta situación. "La contaminación en el organismo produce principalmente la irritación de la mucosa que recubre las vías respiratorias, lo que se traduce en broncoconstricción e hipersecreción. Es decir, la persona afectada sentirá que tiene más flemas y mayor dificultad respiratoria", afirma la profesional. Para evitar los efectos nocivos en la salud de las personas, la kinesióloga explica que la medida más importante es la prevención, es decir, focalizarse en evitar la enfermedad. "Fortalecer el sistema inmune es clave, a través de hábitos saludables entre los que destaca el descanso correcto, alimentación, ejercicio físico, etc.

Además, prevenir el hacinamiento es importante para evitar focos de infección cruzada: si podemos estar en sitios más espaciosos y con buena ventilación, mejor aún". Además, añade que, si se trata de contaminación en el ambiente, "se hace imprescindible la protección de las vías aéreas en exposición directa, como lo son la nariz y la boca, a través del uso correcto de mascarillas".