

Análisis a más de 315 millones de personas:

Contaminación atmosférica causa estrés, depresión y eleva muertes por cardiopatía

El aire contaminado repercute en el bienestar mental, lo que a su vez se asocia a otros problemas de salud, dice un estudio de Harvard y el Hospital General de Massachusetts.

EFE

Un estudio basado en datos de salud de más de 315 millones de estadounidenses constató que la contaminación atmosférica también provoca problemas de salud mental como estrés o depresión, lo que aumenta el riesgo de muerte por enfermedad cardiovascular en los adultos menores de 65 años.

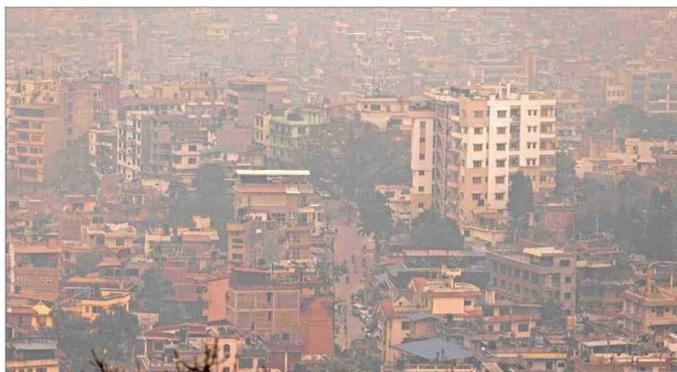
El estudio, realizado por investigadores del Hospital General de Massachusetts y la Facultad de Medicina de Harvard (Estados Unidos), se presentó este viernes en el congreso de la Sociedad Europea de Cardiología.

"Nuestro estudio muestra que el aire que respiramos afecta a nuestro bienestar mental, lo que a su vez repercute en la salud cardíaca", subraya Shady Abohashem, autor principal.

Según datos de la OMS, la contaminación atmosférica causó 4,2 millones de muertes prematuras en todo el mundo en 2019. A su vez, la enfermedad mental también se ha relacionado con la muerte prematura.

El estudio quiso examinar si la contaminación atmosférica y la mala salud mental están interrelacionadas y si tienen un impacto conjunto en muertes por enfermedad cardiovascular.

Para ello, los investigadores se centra-



"Hacen falta estrategias de salud pública que aborden la calidad del aire y el bienestar mental para preservar la salud cardiovascular", dice el autor principal. En la foto, Nepal.

ron en las partículas MP2,5, material particulado diminuto suspendido en el aire, que son las que mayor riesgo presentan para la salud. Estas partículas finas se generan en los tubos de escape de autos, en la combustión de las centrales eléctricas y en la quema de madera.

En paralelo, el equipo obtuvo datos de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), de EE.UU., sobre los niveles anuales de MP2,5 en más de 3.000 condados y cla-

sificó la exposición a estas partículas como alta o baja, según la OMS.

También recopilaron datos sobre el número medio de días (estandarizados por edad) que los residentes de los condados sufrían problemas de salud mental, como estrés, depresión y problemas emocionales.

A continuación, clasificaron a cada condado en tres grupos en función de estas cifras, y obtuvieron las tasas de mortalidad cardiovascular prematura (me-

nores de 65 años) por edad y condado.

Entre 2013 y 2019, más de un millón de personas (el 0,34% de los participantes) murieron por enfermedad cardiovascular antes de los 65 años.

A partir de estos datos, el equipo descubrió que los condados con mayores concentraciones de MP2,5 tenían un 10% más de probabilidades de notificar peores niveles de salud mental, en comparación con los condados con aire limpio. Además, ese riesgo era notablemente mayor en los condados con alta prevalencia de grupos minoritarios o pobreza.

A su vez, la relación entre salud mental y mortalidad cardiovascular prematura fue más elevada en los condados con niveles más altos (por encima de los niveles de contaminación atmosférica recomendados por la OMS).

En estos condados, los niveles más altos de problemas de salud mental se asociaron con un aumento tres veces mayor de la mortalidad cardiovascular prematura en comparación con los niveles más bajos de salud mental.

"Estos resultados revelan una doble amenaza de la contaminación atmosférica: no solo empeora la salud mental, sino que también amplifica significativamente el riesgo de muertes relacionadas con el corazón asociadas a una mala salud mental", dice Abohashem.