



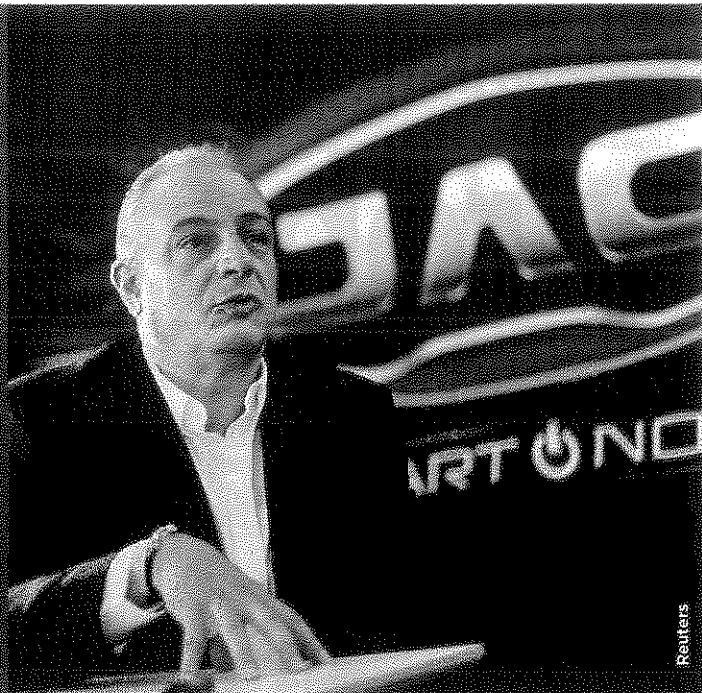
CDMX
CIUDAD DE MÉXICO



SECTOR TRANSPORTE

Crearán taxi 'verde' a CDMX

Giant Motors, donde Carlos Slim tiene participación de 50 por ciento, trabaja un prototipo de taxi eléctrico para la Ciudad de México, dijo Elías Massri, director ejecutivo de la firma en Latinoamérica, la cual se asoció con Moldex, de Grupo Bimbo. Reuters



Reuters

CONTINGENCIA DE SALUD

La contaminación ambiental no sólo 'ahoga' a la Ciudad de México, sino a las grandes metrópolis del país. Los daños a la salud son incontables. ¿Qué podemos hacer? La situación exige conciencia social y tomar medidas preventivas

12



26 MAY 2017

Página: 1

Sección: Portada

MARÍA ALEJANDRA PÁMANES

alesandra@reporteindigo.com
@mariale

La contaminación ambiental no sólo 'ahoga' a la Ciudad de México, sino a las grandes metrópolis del país. Los daños a la salud son incontables. ¿Qué podemos hacer? La situación exige conciencia social y tomar medidas preventivas

México se está ahogando y pocos toman conciencia de ello. La mayoría de los mexicanos se protege del frío o de la inseguridad, pero no considera la calidad del aire y los estragos causados por la contaminación, los cuales afectan desde Baja California hasta Yucatán, a todos por igual.

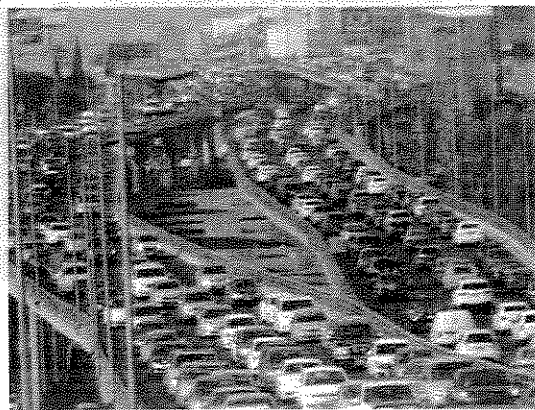
De acuerdo a la Comisión Ambiental de la Megalópolis (Came), el ozono afecta el sistema respiratorio, reduce la función pulmonar e irrita las vías respiratorias.

Si, mientras las campañas anti-tabaco están a la orden del día y en su máximo esplendor, las medidas preventivas contra la contaminación del medio ambiente en México se reducen a la contingencia que dura tan solo unos días.

Y no hay campañas "de moda" para evitar exponerse a los contaminantes en el aire, a pesar de que al año mueren 22 mil mexicanos por esta razón, según el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP).

Y es que el monóxido de carbono afecta el transporte del oxígeno hacia las células, provocando mareo, náuseas, dolor de cabeza y, en los casos más graves, estados de inconsciencia e incluso la muerte.

Mientras que el plomo -que llega al cerebro a través de la corriente sanguínea- provoca problemas en el aprendizaje y altera la conducta, sobre todo en los niños, cuyo sistema nervioso está en pleno desarrollo, de acuerdo a la American Aca-



La contaminación atmosférica causa la muerte prematura de 2 millones de personas al año a nivel mundial.

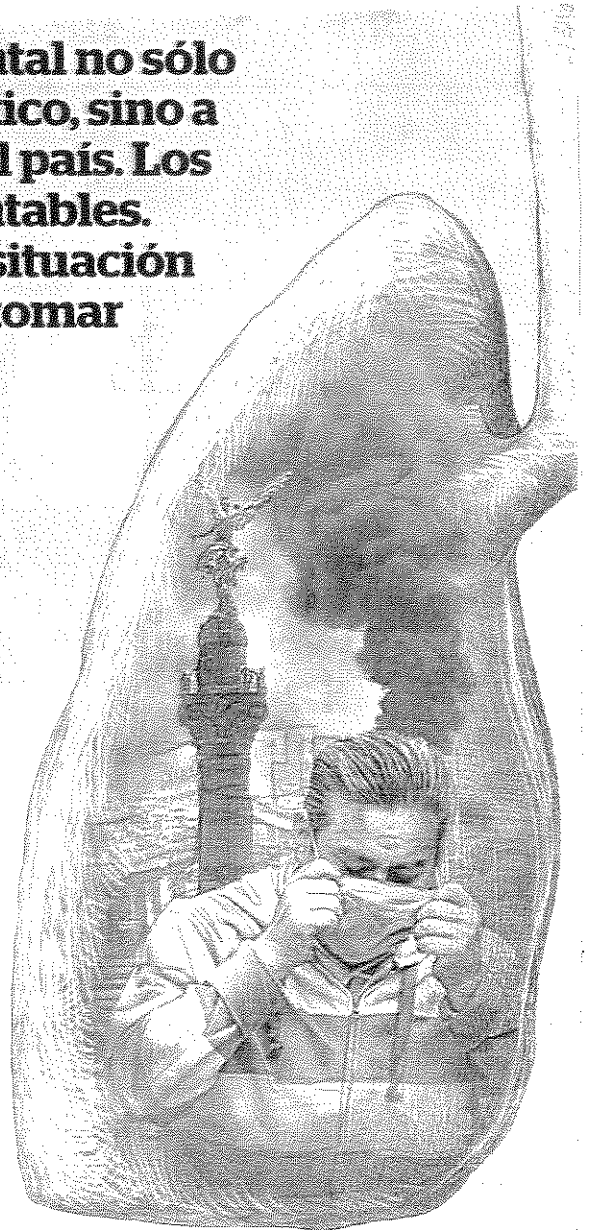
demy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP).

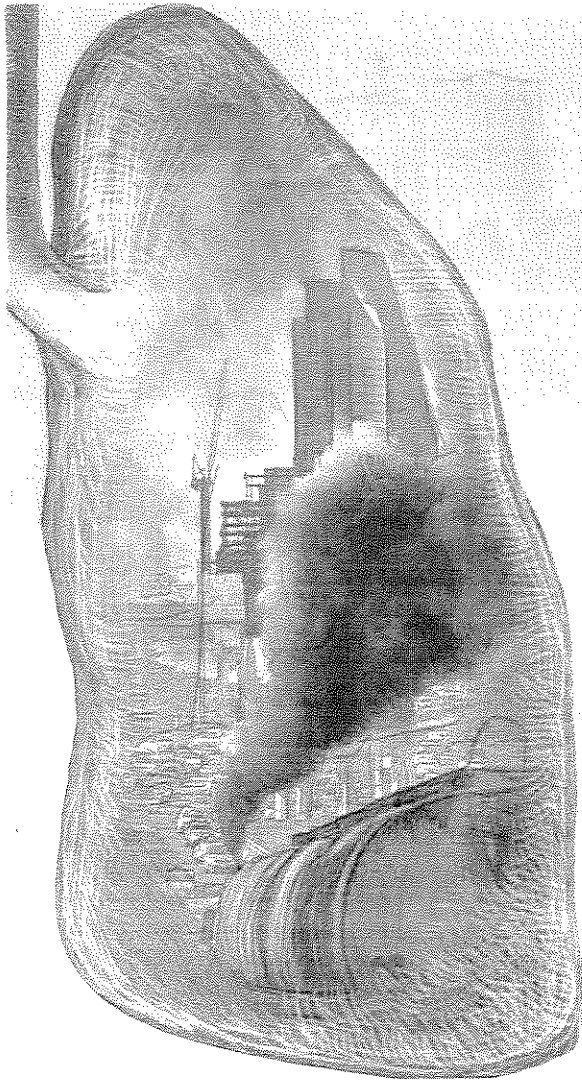
El benceno -hidrocarburo que se utiliza en la fabricación de plástico-, está relacionado con el riesgo de desarrollar Leucemia mielóide.

La American College of Allergy and Clinical Immunology (ACAAI) indicó que la contaminación atmosférica causa la muerte prematura de 2 millones de personas al año. Y re-

veló que 400 millones de personas en todo el mundo sufren rinitis y 300 millones padecen asma, por causas relacionadas a la contaminación.

El ACAAI también señaló que, aunque las Infecciones Respiratorias Agudas (IRA) afectan a toda la población sin distinción, los resultados de la Encuesta Nacional de Salud 2012 demostraron que las IRA se presentan con mayor





frecuencia en niños menores de 10 años (40.7 por ciento en hombres y 41.3 por ciento en mujeres).

La exposición de los niños que viven en ciudades como la capital mexicana "y el daño oxidativo que causa puede activar mecanismos de inflamación/repación, que tendrían la potencialidad de causar alteraciones permanentes en la estructura pulmonar", de acuerdo al alergólogo Fernando Iduñate Palacios, del ACCAI.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS), las partículas en la contaminación ambiental causan infecciones respiratorias, aumentan las tasas de mortalidad por cáncer de pulmón y provocan enfermedades del corazón.

Para hacerse una idea de la magnitud que conlleva un problema medioambiental como el que atraviesa México, del 2006 a 2012, de acuerdo a la OMS, se registraron 90 mil decesos por causas relacionadas a la contaminación.

Y no solamente afecta a la salud de la población, también es un problema social y económico para el país. El costo ambiental para México es de 577,698 millones pesos, lo que equivale al 3.2 por ciento del Producto Interno Bruto (PIB), de acuerdo al Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi).

Mexicanos vs. contaminación

Como ciudadano se deben tomar medidas preventivas y de conciencia social, en favor del medio ambiente y la salud del país:



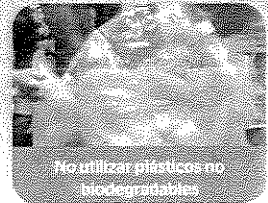
Mantenimiento y afinación de automóviles



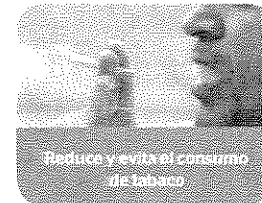
No quemar: hacer y limpiar



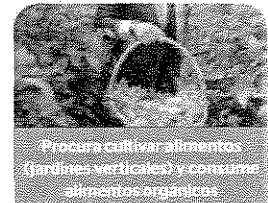
Evitar el uso de protección



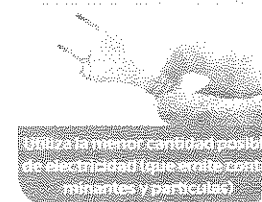
No utilizar plásticos no biodegradables



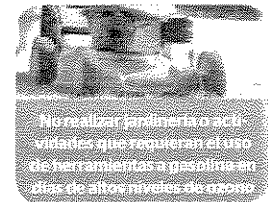
Reduce y evita el consumo de tabaco



Procura cultivar alimentos (jardines verticales) y consume alimentos orgánicos



Utiliza la menor cantidad posible de electricidad (que emite contaminantes y partículas)



No realizar jardinería o actividades que requieran el uso de herramientas a gasolina en días de altos niveles de ozono

No olvidar que...

La contaminación del aire es la novena causa de muerte en México.

Gran parte de las ciudades del país no cuenta con los mecanismos para monitorear la calidad en el aire.

En los 145 días que lleva el 2017, 135 han tenido mala calidad en el aire. Y se han rebasado los 100 puntos Imecas.

El ozono afecta el sistema respiratorio, reduce la función pulmonar e irrita las vías respiratorias.

La contaminación del aire podría aumentar el riesgo de sufrir el tipo más peligroso de la apendicitis.

La contaminación no solamente afecta a la salud de la población, también es un problema social y económico para el país.

¿Cómo le hacen?

Algunas metrópolis han optado por medidas preventivas y de participación ciudadana, como el cierre de centrales eléctricas que queman carbón (dentro de la ciudad), y el uso de energías renovables

México no es el único país que enfrenta situaciones de contaminación ambiental y que busca combatir los estragos de la contaminación.

“Se puede ver en esas grandes ciudades como Londres en Reino Unido, Los Angeles en Estados Unidos y Tokio en Japón, todas han tenido graves problemas de aire en el pasado. Por ejemplo, Londres fue apodada como ‘Ciudad del Smog’ a raíz de su rápida industrialización”, como dice Wang Bin, jefe de la sección de calidad del aire de la Oficina de Protección Medioambiental de Pekín.

México podría optar por reemplazar la energía por carbón, por ser rico en recursos renovables

Para combatir este problema que afecta a sus habitantes no solo en cuestiones de salud, también a nivel social, económico y político, algunas metró-

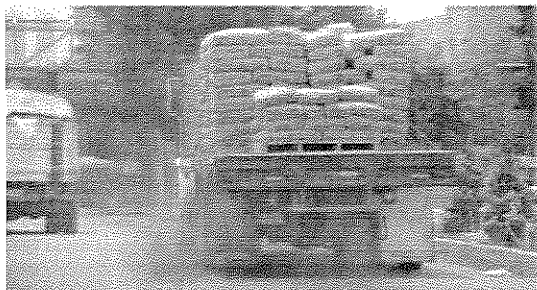
polis han optado por medidas que fomenten la prevención y la participación ciudadana, en pro de su situación medioambiental.

Entre las alternativas de algunas ciudades del mundo se distinguen el cierre de centrales eléctricas que queman carbón (dentro de la ciudad), y el cambio a combustibles más limpios.

En Pekín, por ejemplo, se instituyó un nuevo sistema de lotería con pocos ganadores y se restringe el aumento de automóviles. Los ecológicos tendrán prioridad en esta urbe que cuenta con 5 millones de coches en las calles.

Y en los países europeos como Alemania e Inglaterra— así como en ciudades estadounidenses como Nueva York y Los Angeles— se está apostando por las energías renovables, entre ellas la hidroeléctrica, la solar y la eólica, para así reemplazar la energía por carbón, que es el combustible más barato pero el más contaminante.

Esta última es también una alternativa altamente adecuada para México, ya que cuenta con todas las condiciones geográficas y naturales.



La polución en el aire también es la ‘autora’ de que se incremente hasta en un 79 por ciento el riesgo de que las embarazadas padezcan obesidad.

Exposición constante

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), más de 100 millones de personas en el mundo están expuestas a niveles superiores de contaminantes climáticos de corta vida como plomo, monóxido de carbono, dióxido de azufre y dióxido de nitrógeno.



25 microgramos de PM2.5 por metro cúbico permite la OMS para exponerse diariamente

22,000 personas en México fallecen anualmente por causas relacionadas a la contaminación, según el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP)

2 millones de seres humanos mueren al año por los contaminantes en el aire, de acuerdo a la American College of Allergy and Clinical Immunology (ACAAI)

577,698 millones pesos es el costo ambiental para México, lo que equivale al 3.2 por ciento del Producto Interno Bruto (PIB), según el Inegi

App para 'respirar'

¿Qué es lo primero que se hace al despertar durante el día y antes de dormir? Revisar las notificaciones en las aplicaciones del celular y tablet.

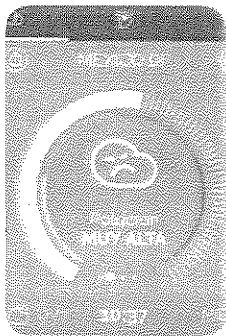
Así como los usuarios verifican si tienen un Like, diariamente podrían revisar cuál es la calidad del aire y qué medidas preventivas debe tomar antes de salir a la calle.

La mejor app para saber si es conveniente sacar a niños menores a cinco años o para determinar si es saludable andar en bici es Plume Air Report y ésta ya funciona en México.

Plume Air Report es el mejor aliado para evitar la exposición a la contaminación diariamente, ya que informa al usuario sobre la calidad del aire dependiendo de la ciudad en la que se encuentre y envía notificaciones sobre las actividades que representan un riesgo, si se opta por actividades en exteriores.

También incluye infografías atractivas sobre el medio ambiente y las consecuencias de la contaminación.

¿Lo mejor? Así como cualquier aplicación o red social, permite que el usuario comparta información actualizada -en tiempo real- a sus contactos en plataformas digitales sociales, con fotografías de alta calidad, lo que también fomenta la conciencia social y el interés de todos por la prevención y el cuidado medioambiental.



Plume Air Report es la app que evita exponerse a la contaminación.

Contaminación que quita el sueño

Una investigación de la Universidad de Washington determinó que el aire contaminado afecta al sistema nervioso central, dañando las áreas del cerebro que se encargan de regular los patrones del sueño y de respiración



Según la OMS, la contaminación también es la causante de los ojos irritados, conjuntivitis, padecimientos cerebrovasculares y cardíacos.

Entre los estragos de la contaminación también está la alteración del sueño. De hecho, una investigación a cargo de la Universidad de Washington determinó que las personas que habitan en lugares con altos niveles de contaminación en el aire tienen 60 por ciento mayor propensión a sufrir algún trastorno del sueño, en comparación con quienes viven en zonas con menores concentraciones de ozono.

Martha Billings, autora del estudio mencionado y que fue presentado en la Conferencia Internacional de la Sociedad Torácica Americana, señaló que el aire contaminado afecta al sistema nervioso central, dañando las áreas del cerebro que se encargan de regular los patrones del sueño y de respiración.

Billings agregó que al principio se concebía que la contami-

nación afecta al sueño debido a que afectaba las vías respiratorias, "ya que ésta causa irritación de las vías respiratorias superiores, hinchazón y congestión", pero tras realizar el estudio ella y su equipo llegaron a la conclusión de que si afecta al cerebro y las áreas que permiten regular el sueño.

Para este análisis se observaron los datos de mil 683 adultos por medio del método Estudio Multitécnico de Aterosclerosis (MESA, por sus siglas en inglés), y se midió la calidad del sueño bajo los efectos de contaminantes comunes como los gases de tráfico (NO2) y partículas finas (PM2.5).

Y es que padecer un trastorno del sueño también está ligado al aumento en los niveles de estrés y a cambios en el humor.

En el caso de los pequeños, la falta de sueño está relacionada

directamente a problemas de crecimiento, concentración y aprendizaje.

Por lo que atender el problema de contaminación también provocaría la resolución de problemas para dormir adecuadamente y, por ende, se podría prevenir otras enfermedades derivadas de este "círculo vicioso".

Roy Harrison, profesor de salud ambiental en la Universidad de Birmingham, coincidió con los resultados de la investigación de la Universidad de Washington y subrayó que esta relación contaminación-sueño no es una sorpresa, dada la relación que hay entre la exposición a dióxido de nitrógeno y los efectos sobre diversas funciones fisiológicas y bioquímicas en el cuerpo, así como las admisiones hospitalarias y la mortalidad.

Más que ojos irritados

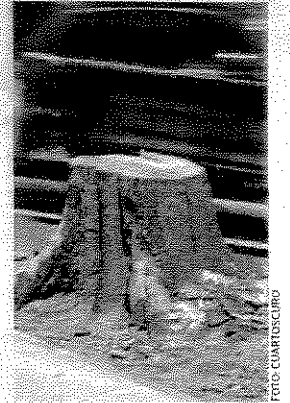
Antes, las consecuencias de la contaminación de las que todo el mundo hablaba en México se reducía a "tener ojos irritados" o a toser a causa del smog.

Hoy, otras de las consecuencias incluyen más que dolores de cabeza, ojos y garganta. Según la OMS, la contaminación también es la causante de que en el país aumenten los casos de conjuntivitis, padecimientos cerebrovasculares, pulmonares y cardíacos.

Aunado a que por consecuencias medioambientales, en México ocurren 14 mil 734 muertes prematuras al año.

Por si fuera poco, la contaminación en el aire también es la "autora" de que se incrementen hasta en un 79 por ciento el riesgo de que las embarazadas padezcan obesidad, dada la exposición a hidrocarburos.

Y en México, hay 818 mil 679 consultas anuales debido a la contaminación en el aire.



Cerca de 24 mil tipos de árboles se han perdido por la contaminación.

¿Y los árboles?

La flora y fauna de un país también se ve afectada a causa de la contaminación ambiental. En los últimos seis años, se han perdido 24 mil ejemplares de distintas tipos de árboles que, irónicamente, son uno de los factores que ayudan a mitigar los efectos de la contaminación.

A pesar de que en la presente administración se plantaron más de 4 millones y medio de árboles en el país no se cumplió la necesidad de áreas verdes por habitante.

Según datos del Car. Travel Commentary, el tráfico de personas que van al trabajo diariamente provoca que se generen grandes cantidades de dióxido de carbono (CO2), las cuales son requeridas por los árboles para ser absorbidas. Y si hay otro problema, la contaminación también afecta a los árboles, lo que aumenta su vulnerabilidad a esta cadena de contaminación ambiental.