**La contaminación del aire incrementa el riesgo de enfermedad cardiaca y muerte**



Según un informe, el peligro proviene de contaminantes microscópicos de la combustión de combustibles

Hay pruebas crecientes de que **la contaminación del aire se relaciona con el ataque cardiaco, el accidente cerebro vascular y la muerte cardiovascular**, según una declaración científica reciente de la American Heard Association (AHA) publicada el lunes.

De las distintas clases de contaminación de aire, **la evidencia es más intensa para la materia articulada fina** (conocida como PM2.5 por los científicos porque dichas partículas tienen un diámetro de 2.5 micrómetros o menos). Su tamaño diminuto hace más probable que se infiltre incluso en las vías aéreas más pequeñas y, según los expertos que escribieron la declaración actualizada, es el tipo de contaminación de aire que más probablemente cause enfermedad cardiovascular.

Las fuentes principales de PM2.5 incluyen **la combustión de combustibles fósiles de la industria, el tráfico y la generación de energía.**

**"La materia articulada parece incrementar directamente el riesgo desencadenando eventos en individuos susceptibles en cuestión de horas o días de un mayor nivel de exposición, incluso entre los que de otro modo podrían haber sido saludables por años**", señaló en un comunicado de prensa de la AHA el Dr. Robert D. Brook, autor líder de la declaración.

**"La evidencia creciente también demuestra que las exposiciones más prolongadas a PM2.5, por ejemplo durante algunos años, pueden conducir a un aumento aún mayor de estos riesgos para la salud",** agregó. Debido a esto, la AHA declaró que la materia articulada fina "debería ser reconocida como un 'factor modificable' que contribuye a la morbilidad y a la mortalidad cardiovascular".

Entre los que están en mayor riesgo de exposición a PM2.5 se encuentran **los ancianos, los que tienen enfermedad cardiaca (como insuficiencia o enfermedad arteria coronaria) y posiblemente los que tienen diabetes.**

"El mensaje principal de estos grupos de alto riesgo sigue siendo que deben trabajar para controlar los factores de riesgo tradicionales modificables, la presión arterial, el colesterol, la diabetes [y] el tabaquismo", señaló Brooks, especialista en medicina cardiovascular de la Universidad de Michigan en Ann Arbor. Además, escribió, la gente puede limitar su exposición a la contaminación por PM2.5 **"reduciendo el tiempo que pasan fuera cuando los niveles de partículas son elevados y reducir el tiempo que pasan en el tráfico".**

Él y sus colegas también concluyeron que así es.

* **Un mayor nivel de evidencia de una relación entre la contaminación del aire y la enfermedad cardiaca isquémica**, (un angostamiento de las arterias coronarias que previene el suministro adecuado de sangre al corazón).
* **Un nivel modesto de evidencia de que la contaminación del aire se relaciona con las enfermedades cardiovasculares periféricas, la arritmia y el paro cardiaco**.
* **Una "relación moderada aunque creciente" entre la contaminación del aire, la insuficiencia cardiaca y el accidente isquémico transitorio** (un accidente cerebro vascular causado por una interrupción del flujo sanguíneo al cerebro).
* Una relación "pequeña aunque constante" entre la **exposición a corto plazo a la contaminación del aire y la muerte prematura.**

La declaración actualizada aparece en línea el 10 de mayo en la revista *Circulation*.

**Más información**

La Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos tiene más información sobre [la materia articulada y la salud](http://www.epa.gov/oar/particlepollution/health.html).

*Artículo por HealthDay, traducido por DrTango*

Fuente: [Healthfinder](http://www.healthfinder.gov/news/newsstory.aspx?docID=639035)