

Alertas ambientales, contaminación y repercusiones para la salud

SANDRA AGUILERA

Medicina General, Cordillera Interclínica

En los últimos días, hemos visto cómo las alertas ambientales se han mantenido sostenidamente en algunas regiones del país, llegando a posicionarse como una amenaza en avance. Un problema cada día más común, debido a la contaminación ambiental y a la mala calidad del aire, combinado con malas condiciones de ventilación. Un cóctel que resulta complejo y preocupante para la salud de los habitantes de las zonas afectadas. Es importante subrayar que estas alertas no son meras advertencias, sino indicaciones serias de un problema que puede afectar profundamente nuestra salud, pues durante los episodios de alta contaminación, los efectos inmediatos pueden

llegar a ser evidentes, presentándose la aparición de tos, irritación en la garganta y dificultad para respirar. Los pacientes con asma pueden enfrentar crisis más severas, y quienes padecen enfermedades respiratorias crónicas pueden experimentar un agravamiento de sus síntomas. Esto, además de dolores de cabeza y fatiga, que se hacen más comunes durante estos períodos de mala calidad del aire. Esto toma aún más relevancia en el largo plazo, ya que la exposición constante a la contaminación puede fomentar problemas de salud, como -por ejemplo- enfermedades cardiovasculares y cáncer de pulmón, además de la exacerbación de afecciones preexisten-

tes en personas más vulnerables. Es por esto que el llamado es a protegernos tomando medidas preventivas y siguiendo recomendaciones básicas tanto de autoridades como de especialistas, evitando salir al aire libre en horarios críticos, realizando actividades en ambientes controlados, no utilizando calefactores a leña y derivados de la madera y manteniéndose informados. Además, desde otra vereda, se hace preciso perseguir políticas públicas efectivas que reduzcan las emisiones contaminantes y promuevan un ambiente más saludable. La salud de la comunidad está en juego y es nuestra responsabilidad aportar a un futuro más limpio.