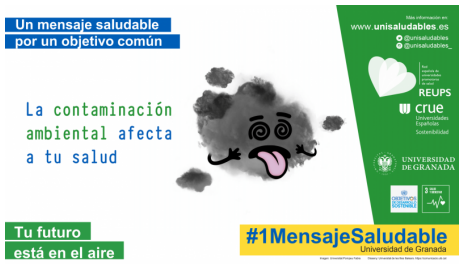
UNIVERSIDAD DE GRANADA

Vicerrectorado de Igualdad, Inclusión y Compromiso Social

#1MensajeSaludable .La contaminación ambiental afecta a tu salud

28/06/2021



La contaminación atmosférica se puede definir como la presencia en el aire de materias (partículas sólidas y gases) o de formas de energía que implican riesgo, daño o molestia grave para las personas y demás seres vivos. Aunque la contaminación del aire puede tener un origen natural, debido entre otros a la actividad de volcanes, fuertes vientos, aerosoles marinos, etc, desde la revolución industrial la contaminación de la atmósfera ocasionada por la actividad antropogénica es, sin lugar a dudas, la causa más importante.

Se estima que la mala calidad del aire podría causar en todo el mundo más de 6,5 millones de muertes al año. Particularmente, los efectos de respirar aire con concentraciones elevadas de material particulado se considera la primera causa ambiental de muerte y enfermedad, y la novena causa absoluta, por delante del sedentarismo. El efecto de las nanopartículas sobre nuestra salud aún es desconocido. Entre los efectos de la exposición a los contaminantes del aire hoy día se confirma el incremento del riesgo de padecer accidentes cerebrovasculares, cardiopatías, cáncer de pulmón y enfermedades respiratorias crónicas y agudas, incluyendo el asma. Las personas con enfermedades del corazón o de pulmón, los adultos de más edad, embarazadas, diabéticos y niños tienen mayor riesgo de padecer problemas relacionados con la contaminación del aire. Actualmente se estima que el 91% de la población vive en lugares donde no se respetan las Directrices de la OMS sobre la calidad del aire. La tendencia actual de este problema es a empeorar debido a los efectos del cambio climático.

Disminuir los niveles de contaminación del aire significa bajar su carga de morbilidad. Todo lo relacionado con políticas y las inversiones de apoyo a medios de transporte menos contaminantes, viviendas energéticamente eficientes, gestión de

Copyright© 2025 Universidad de Granada

residuos industriales y municipales, calefacción y climatización eficientes, etc contribuyen a una mejor calidad del aire.

La incorporación a la vida diaria de pequeños hábitos será de manera gradual y acabará requiriendo muy poco esfuerzo, mientras que la repercusión que tendrá en la salud y la calidad del aire será de una gran magnitud.
Si eres persona de riesgo, pasas mucho tiempo en el exterior por trabajo o haciendo ejercicio, puedes consultar el índice de calidad del aire en tiempo real en https://aqicn.org/map/spain/es/
Cuida de ti, cuida de los tuyos. Tu futuro está en el aire

Secretariado de Campus Saludable
Universidad de Granada
Red española de Universidades Promotoras de Salud
CRUE Sostenibilidad
Universidad promotora:
Universitat de les Illes Balears

Copyright© 2025 Universidad de Granada