



La contaminació de l'aire no sempre és fàcil de detectar. Quan el fum dels incendis forestals o el sutge d'escapament d'un camió embruten l'aire, sembla obvi. Però fins i tot l'aire que sembla i fa olor de net pot estar contaminat. La majoria de la gent d'arreu del món està exposada a nivells no saludables de contaminació, i això està afectant la nostra salut.

Globalment, la contaminació atmosfèrica contribueix a milions de morts cada any.

Quan respireu aire contaminat, la contaminació pot passar pels pulmons al torrent sanguini. A partir d'aquí, pot arribar al cor, al cervell i a altres òrgans. La pol·lució fins i tot pot passar a través de la placenta per afectar el fetus en desenvolupament. La contaminació provoca inflamació als pulmons i altres parts del cos. La inflamació i altres efectes de la contaminació poden danyar permanentment els teixits i causar malalties. De vegades, la contaminació provoca problemes de salut que es noten immediatament, però la majoria dels problemes s'acumulen gradualment.

La contaminació de l'aire pot afectar la teva salut en poques hores o dies d'exposició i...



Provocar irritació d'oïda, nas i gola



Agreujar símptomes d'al·lèrgia, asma
Bronquitis
Malaltia pulmonar



obstructiva crònica (MPOC)
Desencadenar taquicàrdies o arrítmies
Moltes d'aquestes situacions poden resoldre's quan els nivells de contaminació baixen però alguns poden esdevenir crònics o, fins i tot, dur a la mort.

Respirar aire contaminat durant un llarg període de temps (mesos o anys) pot causar molts problemes de salut greus com...



Malalties del cor: arrítmia, hipertensió arterial, IAM, cardiopatia isquèmica.



Malalties pulmonars: Càncer de pulmó, infeccions, MPOC i asma.



Prematuritat o baix pes al neixement.

Augment del risc de patir altres problemes de salut [\[video\]](#)



Ictus.



Reducció de l'esperança de vida.



L'exposició a la contaminació de l'aire, especialment de l'aire domèstic, també s'ha relacionat amb malalties infeccioses com la tuberculosi i la pneumònia, així com les cataractes.

Investigacions recents mostren que la contaminació de l'aire empitjora els resultats de la COVID-19, incloent una major gravetat de la malaltia i un major risc de mortalitat relacionat amb la COVID-19.

Cada cop hi ha més evidència, també, de la vinculació de la contaminació de l'aire amb trastorns cerebrals, inclòs l'impacte en el desenvolupament neurològic dels nens i malalties neurodegeneratives com la malaltia de Parkinson i la malaltia d'Alzheimer en adults grans.

El peatge de la contaminació atmosfèrica

Quan les persones emmalalteixen o moren de manera precoç per l'exposició a la contaminació de l'aire, és devastador per a les persones i les famílies. A nivell de població, la càrrega de malaltia de la contaminació de l'aire tensa els sistemes de salut i té efectes que repercuteixen en les comunitats i les economies.

La contaminació ambiental suposa més d'**1 de cada 9 morts al món.**



L'any 2019, la contaminació atmosfèrica mundial va ser responsable de:



40% de les morts per MPOC



26% de les morts per ictus



20% de les morts per malaltia isquèmica cardíaca



19% de les morts per diabetis



19% de les morts per càncer de pulmó



31% de les morts en nadons de menys de 28 dies de vida.



30% de les morts per infeccions respiratòries de les vies baixes

Algunes persones pateixen una càrrega important

El peatge de la contaminació de l'aire no és assumit per igual, per les persones. Algunes s'enfronten a una pitjor exposició a la contaminació o a impactes sobre la salut més greus, la majoria de les vegades sense tenir-ne la culpa.

On vius i treballes

Les persones que passen més temps respirant aire contaminat són més propenses a emmalaltir per aquesta causa. Aquelles que treballen a l'aire lliure i viuen en països, ciutats i barris més contaminats s'enfronten a un risc més elevat de problemes de salut.

La teva etapa de la vida

Els nens, els adults grans i les persones embarassades s'enfronten a riscos més elevats per a la salut a causa de la contaminació de l'aire. En aquestes etapes de la vida, les persones poden patir pitjors problemes de salut a causa de la mateixa quantitat de contaminació.

El teu estat de salut

Les persones amb malalties cròniques de base poden ser més vulnerables als efectes sobre la salut de la contaminació de l'aire.

Factors socioeconòmics

Les persones que s'enfronten a desavantatges relacionades amb l'estatus socioeconòmic o la raça/ètnia sovint tenen una exposició més elevada a la contaminació, més problemes de salut subjacents i un menor accés a l'atenció sanitària, cosa que les fa més propenses a emmalaltir greument.

Com ho sabem?

Allò que sabem sobre els efectes sobre la salut de la contaminació de l'aire prové de centenars d'estudis científics realitzats a molts països durant moltes dècades. Els científics observen els patrons de malaltia i mort a nivell de població i també realitzen estudis de laboratori per entendre com els contaminants es mouen pel cos i afecten la salut.

Les fonts són importants

Diferents llocs tenen diferents combinacions de fonts i tipus de contaminació. El tipus de contaminació influeix en els impactes sobre la salut observats en diferents grups de persones. Les principals fonts de PM_{2,5} varien substancialment segons el país, però els principals contribuents inclouen la generació d'energia, la indústria, el transport, l'ús de combustible residencial, la pols transportada pel vent i l'agricultura.



La contaminació de l'aire exterior per partícules fines (PM_{2.5}) és el principal motor de la contaminació de l'aire i de la càrrega global de malaltia a tot el món.



Les emissions de partícules dels fogons que s'utilitzen a les llars de molts països d'ingressos baixos i mitjans representen la majoria de morts relacionades amb la contaminació entre els nomenats.



L'impacte de la contaminació per ozó troposfèric per les emissions del trànsit i altres fonts sobre la MPOC es noten amb més intensitat en les poblacions més envellides.



El diòxid de nitrogen (NO₂), un component de la contaminació relacionada amb el trànsit, pot agreujar problemes respiratoris com l'asma i és més comú a les zones urbanes.

Més informació

Air pollution trends and the associated disease burden: www.stateofglobalair.org Information about the air quality where you live or around the world: www.aqicn.org and www.openaq.org Learn how individuals can reduce exposure to air pollution: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240000278>

Recursos addicionals

Boogaard H, Walker K, Cohen AJ. 2019. Air pollution: The emergence of a major global health risk factor. *Int Health* 11(6):417–421; doi:10.1093/inthealth/ihz078.

Rajagopalan S, Landrigan PJ. 2021. Pollution and the heart. *New Engl J Med* 385(20):1881–1892; doi:10.1056/NEJMra2030281.

Turner MC, Anderson ZJ, Baccarelli A, Diver WR, Gapstur SM, Pope CA 3rd, et al. 2020. Outdoor air pollution and cancer: An overview of the current evidence and public health recommendations. *CA Cancer J Clin* 70(6):460–479; doi:10.3322/caac.21632.

Schraufnagel DE, Balmes JR, Cowl CT, De Matteis S, Jung SH, Mortimer K, et al. 2019. Air pollution and noncommunicable diseases: A review by the Forum of International Respiratory Societies' Environmental Committee, part 1: The damaging effects of air pollution. *Chest* 155(2):409–416; doi:10.1016/j.chest.2018.10.042.

Schraufnagel DE, Balmes JR, Cowl CT, De Matteis S, Jung SH, Mortimer K, et al. 2019. Air pollution and noncommunicable diseases: A review by the Forum of International Respiratory Societies' Environmental Committee, part 2: Air pollution and organ systems. *Chest* 155(2):417–426; doi:10.1016/j.chest.2018.10.041.