# **La contaminación ya causa más mortalidad cardiovascular que el colesterol alto, el sobrepeso o el sedentarismo**

La **contaminación del aire** es una de las principales responsables de la carga mundial de enfermedades de diversa índole. Así, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se estima que **el 31% de las enfermedades cardiovasculares se podría evitar** si pudiéramos eliminar los contaminantes ambientales.

“*La enfermedad cardiovascular es extraordinariamente prevalente en las sociedades desarrolladas como la nuestra, causando más de 330 fallecimientos al día en nuestro país. Después de la dramática situación sufrida por la pandemia, debemos poner en contexto que la elevada mortalidad por las enfermedades cardiovasculares se sigue produciendo y debemos seguir luchando por intentar concienciar en todas las medidas de su prevención*”, argumenta el Dr. Ángel Cequier, presidente de la [**Sociedad Española de Cardiología (SEC)**](http://www.secardiologia.es/).

**La relación entre la polución y algunas enfermedades**, como las respiratorias, es bien conocida, pero sus perjuicios van mucho más allá. La mitad de los 6,7 millones de muertes atribuibles a la contaminación del aire en 2019 fueron por **motivos cardiovasculares**, tal y como muestra el estudio [**Taking a Stand Against Air Pollution – The Impact on Cardiovascular Disease**](https://globalheartjournal.com/articles/10.5334/gh.948/), realizado conjuntamente por la *World Heart Federation*, el *American College of Cardiology*, la *American Heart Association*, y la *European Society of Cardiology*. Tanto es su peso en **la enfermedad cardiovascular que ya se considera el cuarto factor de riesgo causante de más mortalidad**, solo por detrás de la hipertensión, el tabaquismo y la mala alimentación.

“*En la actualidad, el tratamiento y prevención de la enfermedad cardiovascular se centra básicamente en el control de los factores de riesgo clásicos: la hipertensión, el colesterol elevado, la diabetes, el sedentarismo, el sobrepeso o la obesidad, y el tabaquismo. Aún no se han incorporado a la práctica clínica habitual en cardiología las estrategias para abordar la contaminación medioambiental como un elemento fundamental para la prevención. Y empieza a ser urgente este cambio de paradigma*”, explica la Dra. Ana Navas-Acién, epidemióloga y profesora de la Escuela de Salud Pública Mailman de la Universidad de Columbia (Nueva York), quien presentará la conferencia inaugural del Congreso SEC21 de la Salud Cardiovascular.

“*Las guías de práctica clínica deberían actualizarse e incluir las exposiciones ambientales como factores de riesgo para desarrollar estrategias de salud pública”,* opina.

Las **partículas contaminantes del aire penetran en nuestro organismo a través del tracto respiratorio**. Pasan muy fácilmente a la sangre traspasando los alveolos y de allí al resto de órganos y tejidos. También **pueden pasar directamente al sistema nervioso vía el nervio olfativo**.

Entre los compuestos químicos de mayor riesgo para la salud pública según, la OMS, están, además de **la polución del aire, el amianto, el arsénico, el benceno, el cadmio, la dioxina, el fluoruro, el mercurio, los pesticidas y el plomo**.

Estudios epidemiológicos de grandes cohortes americanas como el [***Strong Heart Study***](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24061511/)*,* [***MESA***](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5082281/) o [***NHANES***](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15184277/)muestran cómo el plomo, el cadmio y el arsénico, junto con la contaminación del aire con partículas finas, incluso por debajo de los límites establecidos legalmente, son **especialmente perjudiciales para el desarrollo de la enfermedad cardiovascular de origen ateroesclerótico**.

“*Pero debemos dar un paso más para la acción*”, apunta Navas-Acién. “*Ya hay ensayos clínicos, como el* [***TACT (Trial to Assess Chelation Therapy)***](https://journals.lww.com/co-cardiology/fulltext/2014/09000/chelation_therapy_after_the_trial_to_assess.13.aspx)*, financiado por el NIH (Institutos de Salud de Estados Unidos), que demuestran la efectividad de fármacos que eliminan metales pesados como el plomo y el cadmio, a través de la orina, para el tratamiento de la enfermedad cardiovascular de origen arterioesclerótico*”, explica.

Para el análisis se hizo un seguimiento durante 55 meses a **1.708 pacientes cardiovasculares de EEUU y Canadá**. Se administraron 55.222 infusiones, entre placebos y fármacos quelantes (EDTA). Se **redujeron las muertes, los infartos y la revascularización coronaria**. Los beneficios fueron todavía mayores en pacientes diabéticos.

“*A la luz de las evidencias científicas, deberíamos plantearnos incorporar a la práctica clínica habitual una nueva subdisciplina, la ‘Cardiología Ambiental’. Esta resulta fundamental para afrontar los retos ambientales y el cambio climático en el siglo XXI. El objetivo es claro: proteger y tratar a los pacientes y a la población de los efectos nocivos de la contaminación ambiental y, especialmente, a las poblaciones más vulnerables*” concluye la Dra. Navas-Acién.