



Boletín No. 157 de 2020

Calidad del aire: elemento importante en las enfermedades respiratorias

- Las poblaciones expuestas a contaminación del aire podrían aumentar los síntomas relacionados a vías respiratorias.

Bogotá, 13 de abril de 2020. La contaminación del aire está relacionada con las infecciones respiratorias, representando una de las principales causas de atención médica a nivel mundial. Diferentes estudios plantean que todo ser humano en respuesta a ciertos estímulos que se encuentran en sus entornos presenta signos y síntomas relacionados ocasionando inflamación en el tracto respiratorio.

Al presentarse en un paciente comprometido inmunológicamente causan una mayor vulnerabilidad a agentes infecciosos como virus, bacterias, hongos, entre otros, provocando una infección respiratoria aguda y con esto una afectación severa.

Por tanto, quienes están expuestos a contaminación del aire puede presentar crisis de asma y exacerbación o reagudización de la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica - EPOC, así como un aumento en la frecuencia de síntomas como irritación ocular y de las vías respiratorias superiores, dificultad para respirar, falta de aire, fatiga, tos y opresión en el pecho.

“Debido a la exposición a contaminantes atmosféricos a largo plazo se reduce la capacidad de los órganos para funcionar plenamente, haciéndolos más vulnerables a las infecciones y enfermedades”, señala Adriana Estrada, subdirectora de Salud Ambiental del Minsalud.

En un escenario pandémico como la covid-19, las poblaciones expuestas a contaminación del aire podrían aumentar el riesgo de enfermedades y síntomas asociados a patologías de vías respiratorias. Es por esto que el Ministerio de Salud y Protección Social presenta recomendaciones para distinguir los síntomas tanto de COVID-19 y los ocasionados por la contaminación del aire, teniendo en cuenta la siguiente información:

Síntomas por covid-19	Síntomas por enfermedad causada por la calidad del aire
Odinofagia - Dolor de garganta	Ardor en los ojos
Fatiga, adinamia	Flema
Fiebre cuantificada mayor a 38 grados centígrados.	Falta de aire



La salud
es de todos

Minsalud

Tos	Fatiga inusual
Dificultad respiratoria	Opresión en el pecho
	Respiración Sibilante
	Tos
Fuente: https://www.ins.gov.co/Noticias/Coronaviruses/Anexo_%20Instructivo%20Vigilancia%20COVID%20v8%2026032020.pdf	Fuente: https://gobernanzadelaire.uniandes.edu.co/

Elaborado: Instituto Nacional de Salud. Grupo de Vigilancia de Factores de Riesgo Ambiental. Mesa Técnica de Calidad del Aire y Salud - CONASA

Es importante señalar que muchas de las personas no presentan síntomas, razón por la cual el diagnóstico se determina porque presentan un nexo epidemiológico y se debe resaltar que los síntomas de algunas enfermedades respiratorias son similares a las de covid-19.

Recomendaciones:

- Continuar con la limpieza y desinfección dentro de la vivienda.
- Si por alguna razón debe salir de su casa, use protección respiratoria (la cual debe estar bien ajustada al rostro).
- Si por alguna razón debe salir de su casa con un bebé, use cobertura en el carrito o coche.
- No permita que nadie fume dentro de su casa.
- Estar atento ante dificultades respiratorias.
- Intensificar medidas de higiene y lavado de manos
- Intensificar medidas de limpieza en la vivienda utilizando trapero húmedo y no barrer superficies en la vivienda.
- Hacer seguimiento a las condiciones de salud en el hogar teniendo en cuenta los síntomas anteriormente citados.
- Limpiar la nariz de los niños con suero fisiológico o solución salina normal mínimo tres veces al día.
- Cuando observe acumulación de polvo en superficies como mesones de cocina, mesas de comedor, otros muebles y pisos, haga la limpieza con paños o trapos humedecidos con agua.
- En la cocina tenga en cuenta: lavar los utensilios y alimentos como frutas y verduras antes de ser consumidos.
- Limpiar y desinfectar los utensilios y juguetes de los niños.
- Lávese las manos con agua y jabón varias veces al día (mínimo cada dos horas)
- Si usa tapabocas evite tocarlo constantemente mientras lo usa y, si lo hace, lavar sus manos con agua y jabón.