

## Madrid Salud Informa

Que según el comunicado del Servicio de Calidad del Aire, se ha superado el nivel de aviso a la población por dióxido de nitrógeno, establecido en  $200 \mu\text{g}/\text{m}^3$ , por lo que se procede a informar a la población sobre los riesgos a esta exposición:

### ¿Qué es el dióxido de nitrógeno y cuál su origen?

El dióxido de nitrógeno ( $\text{NO}_2$ ) es un contaminante atmosférico cuyas fuentes fundamentales son el tráfico rodado así como las emisiones de determinadas industrias y de calefacciones de carbón (en desuso actualmente). Sus niveles en la atmósfera están aumentando en los últimos años por la mayor utilización de diésel. Su presencia en el aire contribuye a la formación y modificación de otros contaminantes atmosféricos tales como el ozono y las partículas en suspensión, así como a la aparición de la lluvia ácida.

### ¿Por qué es peligroso para la salud?

Niveles elevados de dióxido de nitrógeno pueden irritar los pulmones y disminuir la resistencia a infecciones respiratorias. La exposición continuada o frecuente a altas concentraciones puede causar una mayor incidencia de enfermedades respiratorias en niños y ancianos.

### ¿Qué personas pueden verse más afectadas?

Se considera que las personas con enfermedades respiratorias (asma, EPOC...) y los niños y ancianos en general y especialmente con enfermedades respiratorias o inmunológicas son más vulnerables a la exposición prolongada a  $\text{NO}_2$ .

### ¿Cuáles son los principales síntomas?

- Tos y flema
- Dolor torácico al respirar
- Malestar al respirar por una reducción de la función pulmonar
- Irritación de ojos y garganta

## Recomendaciones sanitarias

- Las personas con asma u otras enfermedades respiratorias y los niños deben limitar la exposición prolongada y la realización al aire libre de ejercicio físico o actividades que requieran esfuerzo en las zonas afectadas, **ESPECIALMENTE DURANTE LA TARDE**, que es cuando los niveles de  $\text{NO}_2$  son más elevados.
- Asimismo, debe limitarse la realización de ejercicio físico y las exposiciones prolongadas en las zonas afectadas.
- Si siente ahogos, le cuesta respirar, le sobreviene una tos profunda, especialmente si tiene una enfermedad respiratoria o cardiovascular, acuda a un servicio de urgencias.