

LEIRE GOICOLEA CARDÍOLOGA

## «La contaminación ya es el cuarto factor de riesgo»

LOIS BALADO REDACCIÓN / LA VOZ

«Parece que, si hablas de sostenibilidad, estás haciendo una declaración política. La ciencia es ciencia», expone Leire Goicolea (Madrid, 1983). Pese a nacer en la capital, sus orígenes oscilan entre Burgos y el País Vasco, donde ha acabado ejerciendo desde el Hospital Universitario de Araba (Vitoria) como cardióloga clínica. Coordina desde la Sociedad Española de Cardiología el proyecto orientado a conocer cómo afecta la contaminación y el cambio climático a la salud cardiovascular.

—**Contaminación ambiental y enfermedad vascular, ¿qué se sabe?**

—Aunque llevamos décadas de evidencia sobre su relación, todavía es bastante desconocida; tanto para la población, como para el sector médico. La enfermedad cardiovascular continúa siendo la primera causa de muerte a nivel mundial. Tradicionalmente, los esfuerzos por prevenirla se han centrado en factores de riesgo clínicos y conductuales bien establecidos: sedentarismo, obesidad, diabetes, dislipemias o hábitos tóxicos. Pero cada vez hay más evidencia que destaca la contribución de los factores ambientales y estamos más familiarizados con el concepto de exposoma.

—**¿Qué es el exposoma?**

—El término integra la totalidad de exposiciones que una persona experimenta a lo largo de su vida y cómo estas contribuyen al desarrollo y progresión de enfermedades. Tanto externas (el clima, la contaminación, la dieta, el estilo de vida, el agua que bebemos, o el estrés psicosocial); como internas, que sería cómo cada uno de nosotros responde ante ellas. Todos hemos oído historias de gente con una vida monacal, que come solo lechuga y sufre un infarto. Y por otro lado, está la abuela que bebía whisky todos los días y vivió hasta los 98.

—**Se han complicado la vida, ¿cómo pretenden que todo ese exposoma**

**acabe dentro de una historia clínica?**

—El tiempo en consulta es el que es, pero un par de preguntas sobre hábitos tóxicos, dónde vives o en qué trabajas, pueden ayudar. Hay quien se dedica al mantenimiento de autopistas o a cualquier otro trabajo en el que puede existir una contaminación importante. Conocer las condiciones del agua en la zona en la que vivimos es difícil de saber, por lo menos desde consulta. Hay cosas inabarcables, pero podemos realizar una buena estimación con dos o tres preguntas: dónde vives, qué hábitos tienes y en qué trabajas.



Goicolea, en Palexco. EDUARDO PÉREZ

—**Los factores ambientales son ya el cuarto factor de riesgo más importante para la enfermedad cardiovascular.**

—Así lo refleja el *Global Burden of Disease* (GBD). En la enfermedad cardiovascular, la contaminación ambiental ya es el cuarto factor de riesgo, solo por debajo de la hipertensión, el tabaquismo y la dieta. Hablamos de todos los factores de riesgo ambientales sumados. No solo la contaminación del aire, sino también la exposición a metales y el cambio climático. Pero si vamos a mortalidad global, la polución ya es el segundo factor de

riesgo, solo por debajo de la hipertensión. Las métricas hablan de más 8 millones de muertes anuales estimadas exclusivamente relacionadas con ella.

—**¿Qué es esta contaminación?**

—Material particulado. Se habló mucho de él durante los incendios de verano. Se trata de una mezcla compleja de partículas extremadamente pequeñas que

quedan suspendidas en el aire y es su tamaño lo que determina su peligrosidad. Pueden penetrar profundamente en el sistema respiratorio, atravesar nuestras barreras naturales de la nariz y llegar hasta las últimas subdivisiones de nuestro sistema respiratorio: los alveolos. A partir de ahí, logran pasar a la circulación, donde producen daño. En general, hablamos de una mezcla de contaminantes gaseosos, como el dióxido de nitrógeno, típico de las emisiones vehiculares, pero también el ozono o el dióxido de azufre. Y también las hay sólidas, como el carbono negro, sulfatos o hidrocarburos aromáticos.

«Mucha gente no sabe que el aire, si está contaminado, es un factor de riesgo igual de importante que la diabetes»