

Manuel Praena, coordinador del Grupo de Vías Respiratorias de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap)

## “Uno de cada diez niños españoles tiene asma por factores genéticos y medioambientales”



Manuel Praena es coordinador del Grupo de Vías Respiratorias de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria.

El cambio climático, la [contaminación](#) del tráfico, el [tabaquismo pasivo](#), la dieta rica en grasas y otros factores medioambientales han aumentado el riesgo de la población infantil de padecer asma. Cada vez son más los estudios que avalan que la modificación del medio ambiente repercute en la salud de los más pequeños. Por ello, los expertos animan a realizar pequeños gestos ecológicos cotidianos, a fin de minimizar el impacto sobre el medio ambiente y cuidar la salud de nuestra progenie, según explica en esta entrevista Manuel Praena, pediatra y coordinador del Grupo de Vías Respiratorias de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap), con motivo de la III Jornada Científica sobre 'Salud Infantil y Medio Ambiente', celebrada en CaixaForum, en Madrid.

- Por CLARA BASSI
- 7 de febrero de 2012

¿Hay suficientes estudios que avalen que el cambio climático afecta a nuestra salud?

Hay una gran cantidad de datos procedentes de estudios epidemiológicos, en especial, sobre los cambios de temperatura que afectan a la polinización, que es cambiante. Incluso, se ha visto que la polinización es mayor a partir de una determinada temperatura. De forma que se suman dos aspectos: un aumento del polen y un incremento de su actividad. Esta mayor actividad suele afectar al sistema inmunitario.

¿Los niños son los más afectados por la modificación del medio ambiente?

Sí, su sistema inmunitario aún se está adaptando al medio y parece que su afectación es mayor en su vida intrauterina. Entre los aspectos que condicionan la salud respiratoria, no solo figura el cambio climático. Lo que más afecta es la [contaminación del tráfico](#), el tabaquismo, los estilos de vida, la dieta... Todo esto influye de manera evidente y tenemos pruebas irrefutables.

¿Y qué factores del medio ambiente afectan más a la salud de los más pequeños?

"Los agentes externos que llegan al interior del vientre materno tienen repercusión a lo largo de toda la vida"

El tabaquismo materno es uno de los [factores desencadenantes](#) más decisivos para el desarrollo de asma. A lo largo de los años 80, en el Reino Unido, se realizó un estudio de cohortes -el estudio de Tucson- y se llevaron a cabo entre 25 y 30 estudios prospectivos desde el nacimiento (e incluso antes del nacimiento), que analizaron la relación que hay entre el tabaquismo y el desarrollo de enfermedades respiratorias.

Y es peor cuando la embarazada fuma.

Sí, hay un determinismo importante entre el [tabaquismo de la madre](#) durante el embarazo y el desarrollo de procesos respiratorios como el asma. Es cierto que actúan distintas características genéticas de cada uno, pero cuando alguien tiene mayor riesgo de asma, el tabaquismo lo aumenta muchísimo y tiene más probabilidades de desarrollar la enfermedad. Por este motivo, personas que no habrían desarrollado asma, por no tener antecedentes, también acaban afectadas debido a las sustancias químicas del tabaco. Estas producen una metilación del ADN (el código genético), lo que significa que, sin cambiar el ADN, lo modifican de alguna manera.

¿Cuáles son las enfermedades respiratorias que aumentan por los factores medioambientales?

"El tabaquismo materno es uno de los factores desencadenantes más decisivos para el desarrollo de asma"

Los procesos respiratorios de tipo viral, que están mediados por la respuesta inmune. Pero, sobre todo, lo que más preocupa es el asma, que tiene una prevalencia del 10% en España, es decir, uno de cada diez niños españoles tiene asma por factores genéticos y también por [factores ambientales](#). Por ello, de manera decisiva, tenemos que cuidar el medio ambiente por la salud de nuestros hijos y nietos. El tráfico rodado produce unas partículas, de un tamaño inferior a 2,5 micras (PM2,5) que son capaces de entrar dentro del pulmón y que, dado su calibre, pueden provocar cambios epigenéticos; esto conduce a una enfermedad inflamatoria de los bronquios y del pulmón, aspecto sobre lo que hay disponible bastante evidencia científica.

Entonces, ¿tienen más problemas de salud los niños que viven en las ciudades respecto a quienes viven en el campo?

En el estudio ISAAC sobre asma y alergias, realizado en 55 países, se ha comprobado cómo niños que viven cerca de las grandes vías por donde pasan camiones con frecuencia padecen más procesos respiratorios que quienes viven protegidos y no tienen estos problemas con el tráfico a las puertas de su casa. Este hallazgo se repite en todos los países donde se realizó este estudio epidemiológico con la misma metodología, en todos ellos, lo que le confiere una gran validez. Los niños que tenían una mayor exposición o que vivían en una zona de mayor tráfico tenían más sibilancias (un sonido silbante y agudo durante la respiración, cuando el aire fluye a través de una vías respiratorias estrechas), que es la principal manifestación del [asma](#).

Antes citaba los datos de prevalencia del asma infantil en España, ¿aumenta debido a los factores medioambientales?

**"Es crucial que los fumadores se abstengan de fumar delante de los niños en el ámbito privado"**

No sé si debido a los factores medioambientales, pero en el estudio ISAAC sí se observó un aumento de los procesos de asma y una mayor gravedad entre los niños de 6 a 7 años en los últimos diez años. En cambio, entre los niños de 13 a 14 años, no; se ha mantenido estable. Aún se analiza por qué ha aumentado más la prevalencia en los más pequeños.

¿Quizá porque los más pequeños son más vulnerables?

Un niño pequeño está en formación y, efectivamente, su vulnerabilidad es mayor. Todos esos agentes que he citado son mucho más nocivos para ellos. Y el ser más indefenso, porque se encuentra en pleno desarrollo, es el embrión, el feto. De esta manera, los agentes externos que llegan desde fuera al interior del vientre materno no solo repercuten en la infancia, sino a lo largo de toda la vida.

## CÓMO CUIDAR EL MEDIO AMBIENTE Y A LOS NIÑOS

Todos los ciudadanos deben poner de su parte para minimizar el impacto de los factores que dañan el medio ambiente y, más aún, a sabiendas de que el deterioro medioambiental perjudica la salud de su descendencia. Hay pequeñas acciones cotidianas que pueden llevar a cabo para cuidar el medio ambiente, además de las medidas que, con la misma finalidad, adopten las administraciones públicas, puntualiza Manuel Praena.

Respecto al tabaquismo, este experto en salud respiratoria infantil declara que la última legislación antitabaco aprobada en España, para erradicar el consumo de tabaco en los lugares público, ha supuesto un avance importante para mejorar la salud de los fumadores y de sus hijos. Ahora, insiste, es crucial que estos fumadores se abstengan de fumar delante de ellos en el ámbito privado. En cuanto al tráfico, afirma que "no está en la naturaleza de nuestra sociedad que podamos evitar el automóvil", pero sí la posibilidad de mejorar la conducción (evitar acelerones y frenazos bruscos que perjudican el medio ambiente). Y, por su parte, algunas urbes ya han impuesto límites de velocidad para reducir la [emisión de contaminantes](#) y el gasto de combustibles fósiles (ya que a mayor velocidad, más combustible se consume).

Desde el punto de vista dietético, Praena anima a seguir la dieta mediterránea, rica en el consumo de frutas y verduras que protegen frente al asma, según el estudio ISAAC,

mientras que las dietas ricas en ácidos grasos trans se asocian a un mayor padecimiento de esta enfermedad crónica. Asimismo, la lactancia materna, promovida por distintas asociaciones -como La Liga de La Leche- y numerosos pediatras, también es un factor protector frente al asma, según los resultados de más de quince estudios