



CDMX

**COVID-19: la resaca en la CDMX**

Tras la pandemia de COVID-19, jóvenes y niños podrían sufrir una "deuda inmunitaria" que los haría más vulnerables a padecer alergias, así como los efectos de la contaminación en la Ciudad de México

18

**#ContaminaciónEnElAire**

# COVID-19: LA RESACA EN LA CDMX

POR DAVID MARTÍNEZ  
@Elisagmr

**L**a pandemia de COVID-19 ya se acabó y las actividades económicas y sociales están en recuperación. Sin embargo, sus consecuencias y la contaminación son parte de la resaca que padecerá este 2023 la Ciudad de México.

En los últimos años, de acuerdo con varias fuentes médicas, han aumentado las alergias y los padecimientos respiratorios. Una de las razones: la deuda inmunitaria derivada del confinamiento por la pandemia que debilitó los siste-

## Tras la pandemia de COVID-19, jóvenes y niños podrían sufrir una "deuda inmunitaria" que los haría más vulnerables a padecer alergias, así como los efectos de la contaminación en la Ciudad de México

mas inmunes de los más jóvenes, de acuerdo con especialistas.

Lo anterior, enciende las alarmas ante el inicio de la temporada de ozono y la contaminación en la Ciudad de México pues las enfermedades respiratorias podrían agudizarse debido al aumento de contaminación de la temporada de calor.

De acuerdo con la Comisión Ambiental de la Megalópolis; de marzo a junio, la Zona Metropolitana del Valle de México (ZMVM), donde se localiza la Ciudad de México, atraviesa por una etapa seca y cálida. La escasez de vientos, poca humedad e intensa radiación solar provoca la permanencia más prolongada del ozono en la atmósfera.

contingencias - es decir, cuando los contaminantes criterio como el ozono superaron los límites máximos permisibles - han ido en aumento.

En 2021 hubo cuatro. Para 2022, la cantidad de emergencias se incrementó a siete y en este 2023, antes del inicio de la temporada de ozono, se han presentado dos.

### Temporada de ozono y el riesgo que existe

**La crisis sanitaria de 2020 y 2021 dejó como herencia una "deuda inmunitaria" que puede poner en situación de vulnerabilidad a los habitantes de la Ciudad de México por sus altos índices de ozono**

►La CDMX es una de las 16 zonas metropolitanas del país más contaminadas

►Durante 2022 hubo un aumento de alergias

►La contaminación y las contingencias ambientales también han ido en incremento de 2021 a 2023

►Especialistas advierten que en los jóvenes y niños hay una "deuda inmunitaria" derivada del confinamiento por la pandemia de COVID-19

►Los tres factores mencionados, podrían provocar más alergias y enfermedades respiratorias en la temporada de ozono de 2023

### Región gris por contaminación

En julio de 2019, la organización ambientalista Greenpeace publicó en su portal electrónico el artículo "Si vives aquí, estás en una de las ciudades más contaminadas del país".

En el documento se revela que la ZMVM -que comprende las 16 alcaldías de la Ciudad de México y los 59 municipios limítrofes del Estado de México- es la zona urbana, de las siete más importantes que hay en el país, con mayor contaminación por encima de Monterrey y Guadalajara.

Datos del Portal Aire CDMX, de la Dirección de Calidad del Aire de la Secretaría de Medio Ambiente (Sedema) de la Ciudad de México, detallan que de 2021 a 2023, las

### El riesgo

El pasado 7 de febrero de 2023, la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) publicó en su Gaceta que la emisión de pólenes había aumentado en 2022 entre 40 y 100 por ciento, debido a, entre otros factores, las labores de reforestación por parte de las autoridades locales.

Sin embargo, esto -detalla la UNAM- también provocó un incremento en las alergias debido a que cuando algunos pólenes viajan y las personas suscepti-







**De acuerdo con la Comisión Ambiental de la Megalópolis; de marzo a junio, la Zona Metropolitana del Valle de México (ZMVM), donde se localiza la Ciudad de México, atraviesa por una etapa seca y cálida. La escasez de vientos, poca humedad e intensa radiación solar provoca la permanencia más prolongada del ozono en la atmósfera**

bles los respiran, se presentan afectaciones directas en su calidad de vida; es decir, se produce polinosis, antes llamada "fiebre del heno" o "alergia primaveral".

Sus principales síntomas son la conjuntivitis -caracterizada por ojos rojos, comezón, lagrimeo e inflamación-, o bien afectaciones en vías respiratorias, mediante comezón en la nariz, estornudos frecuentes, secreción nasal u obstrucción y, en algunas personas, asma -falta de aire, sensación de ahogo o pecho que silba-.

No obstante, la situación podría volverse más delicada y las alergias y males respiratorios podrían aumentar en este 2023, debido al aumento de alergias, de contaminación y a la "deuda inmunitaria" que existe tras la pandemia de COVID-19, dice Carlos Alberto Pantoja Meléndez, académico del Departamento de Salud Pública de la UNAM.

"Entre otros elementos, el aumento de alergias y de males respiratorios es porque prácticamente son dos años que estuvimos confinados y ahorita estamos teniendo contacto por las actividades. Lo pediatras ya lo habían predicho, principalmente en jóvenes y niños, que el aislamiento afectó la forma en que madura el sistema inmune y estamos teniendo eventos muy extraños de salud pública", detalla.

La pandemia de COVID-19 fue declarada por el Gobierno de México el 23 de marzo de 2020 y la emergencia se dio como terminada en abril de 2022. Con la conclusión, se retomaron todas las actividades económicas al 100 por ciento y sin restricciones sanitarias.

Entre los eventos atípicos referidos, señala Pantoja Meléndez, están brotes importantes de in-

fluenza y de varicela en adultos vacunados.

Pantoja Meléndez explica que la deuda inmunitaria se debe a que el sistema inmune de niños y jóvenes no alcanzó a desarrollarse debido al aislamiento.

"Estamos entrando en la temporada en que más alergias hay y la cuestión de la contaminación lo facilita, porque actualmente hay mucho más tráfico que antes de la pandemia y más emisiones contaminantes", afirma.

Ante la situación, el médico de la UNAM recomienda que, ante cualquier síntoma de enfermedad respiratoria, las personas acudan al médico y no se automediquen.

"También es importante que las personas comiencen a hacer su vida lo más normal posible; es decir, que salgan a realizar sus actividades para que sus sistemas inmunológicos no tengan afectaciones", indica.

**Estamos entrando en la temporada en que más alergias hay y la cuestión de la contaminación lo facilita, porque actualmente hay mucho más tráfico que antes de la pandemia y más emisiones contaminantes"**

**Carlos Alberto Pantoja Meléndez**  
académico de la UNAM