

¿Qué es el Ozono Troposférico, O₃?

Es un contaminante secundario, que se forma en la baja atmósfera a partir de sus precursores óxidos de nitrógeno, compuestos orgánicos volátiles y metano, en presencia de radiación solar. Los niveles más altos se alcanzan durante los meses de verano, en días muy soleados, con ausencia de viento y con altas temperaturas, y a partir de las horas centrales del día, descendiendo conforme se acerca la noche. No hay que confundirlo con el ozono estratosférico que nos protege de los rayos ultravioletas del sol.

¿Cómo afecta a la salud?

El ozono es un potente oxidante que a concentraciones elevadas puede ocasionar efectos no deseables en la salud, afectando principalmente al aparato respiratorio y al sistema cardiovascular.

- Irrita el sistema respiratorio provocando tos, garganta seca y escozor de ojos.
- Reduce la función pulmonar, empeorara enfermedades pulmonares crónicas e incrementar el número de casos de crisis asmáticas.
- Produce la inflamación de las vías respiratorias y el desarrollo de asma en la infancia.
- Aumenta los síntomas o la necesidad de tratamiento médico en pacientes con alergias respiratorias, asma, EPOC.
- Puede potenciar la respuesta a los alérgenos.

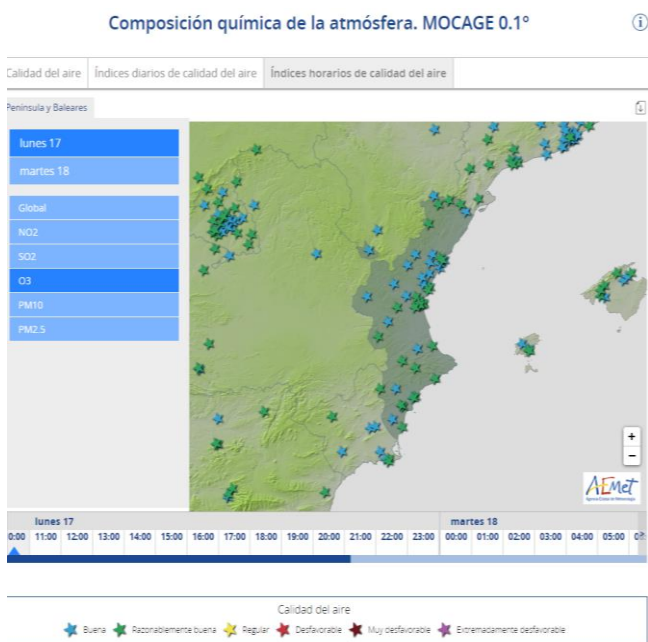
Estos efectos pueden verse potenciados por otros contaminantes atmosféricos. Además, el calor y el ozono actúan conjuntamente y pueden intensificar los efectos perjudiciales sobre la salud, especialmente en aquellos grupos de personas más vulnerables.

¿Quiénes son los grupos de personas más vulnerables?

La infancia, las personas mayores y con patologías previas son los más vulnerables a los impactos del ozono. También deben extremar las precauciones las mujeres embarazadas, los pacientes polimedicados, oncológicos e inmunodeprimidos.

Por otro lado, las personas adultas físicamente activas que hacen ejercicio o trabajan al aire libre están más expuestos este contaminante.

¿Cómo puedo conocer los niveles de Ozono?



El [Índice Nacional de Calidad del Aire](#) proporciona datos en tiempo real que pueden consultarse también en la [app GVAire](#).

En el servicio de AEMET "[Composición química de la atmósfera. MOCAGE 0.1°](#)" se puede consultar la previsión para las próximas 48 horas.

[PREVIOZONO](#) es el programa de vigilancia de los niveles de concentración de ozono troposférico de la Conselleria de Medio Ambiente, Agua, Infraestructuras y Territorio en la Comunidad Valenciana. Existe la posibilidad de recibir las alertas vía sms. ALTA GVA OZONO al 217812 (Servicio gratuito salvo el coste del mensaje de activación).

En las tardes cálidas y soleadas de verano CONSULTA los niveles de Ozono y en caso de ALTAS CONCENTRACIONES:

- ✚ No permanezcas mucho tiempo al aire libre.
- ✚ No realices esfuerzos ni ejercicio físico prolongado en el exterior. Opta por caminar en vez de correr.
- ✚ Especialmente si perteneces a un grupo vulnerable, presta atención a las recomendaciones sanitarias, ten a mano tu medicación y consulta al servicio médico en caso de agravamiento de síntomas
- ✚ Reduce o elimina el consumo de tabaco.

El ozono troposférico absorbe la radiación y atrapa el calor en la baja atmósfera, por lo que también actúa como un potente gas de efecto invernadero y contribuye al calentamiento global. Las medidas para mitigar el cambio climático reducen el incremento de las temperaturas y la formación de ozono mejorando nuestra salud. Manteniéndonos informados y modificando nuestras prácticas podemos respaldar la adopción de soluciones que contribuirán a reducir drásticamente la contaminación del aire.

