

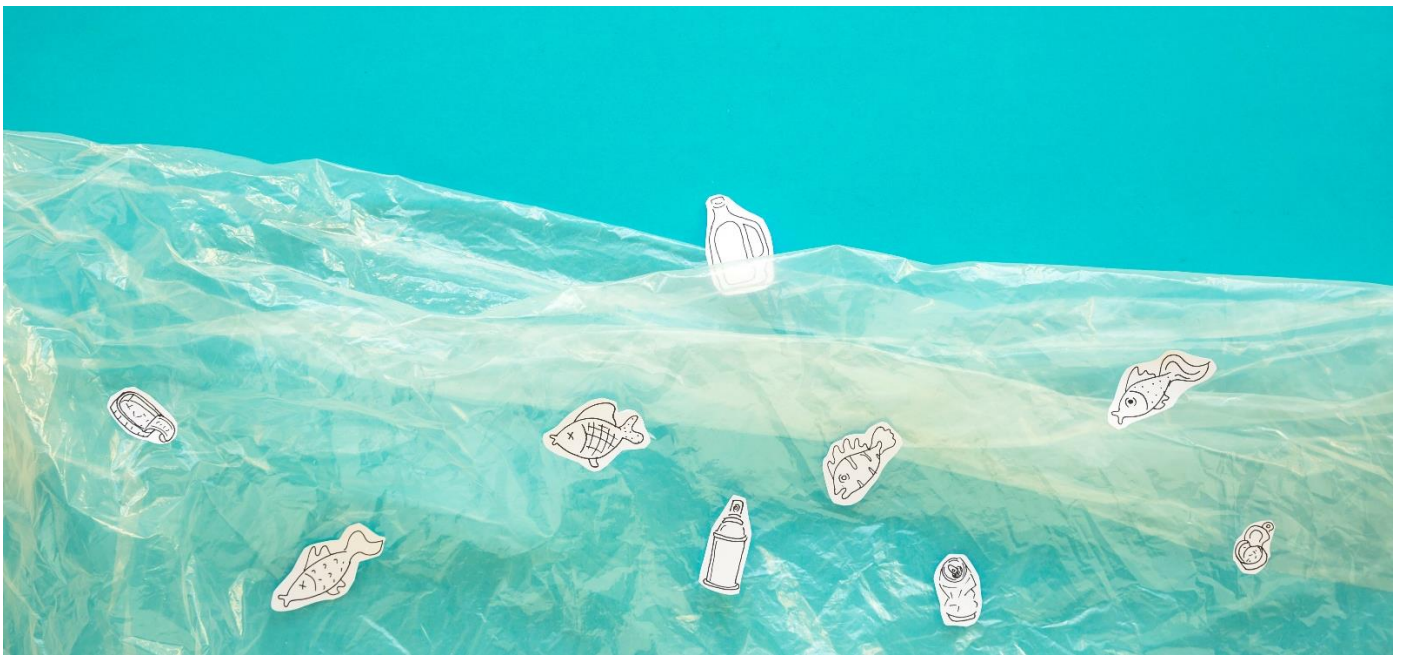
## CONTAMINACIÓN DEL MAR POR PLÁSTICO: Consecuencias y cómo evitarla

### Recursos:

**Web de la Administración Nacional Oceánica y Atmosférica (NOAA, por sus siglas en inglés):**  
<https://www.noaa.gov/>

**Web de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) en español:** <https://www.un.org/es/>

*Texto por Elisabeth Lahoz, Licenciada en Ciencias Ambientales y Redactora Freelance*



No solo nos proveen de alimento, los océanos regulan la temperatura de la Tierra o, como os contábamos en un artículo anterior de Especiales ambientales sobre el cambio climático, actúan como sumideros de dióxido de carbono. Estas vastas masas de agua absorben CO<sub>2</sub> y desprenden oxígeno; aproximadamente la mitad del oxígeno que respiramos proviene del fitoplancton, esos minúsculos organismos marinos.

El pasado 8 de junio celebramos el [Día Mundial de los Océanos](#), y uno de los términos más empleados en redes sociales e informaciones dedicadas a tal ocasión fue «plástico». Y es que la **contaminación del mar por plásticos** es ya un problema medioambiental y de salud de enorme calado. Lo advertía un informe del Foro Económico Mundial: de continuar así, en 2050 habrá más plástico que peces en el mar. Al final del artículo encontrarás algunas recomendaciones para poner freno a esta situación.

## El mar, ese gran vertedero

Contaminar es introducir componentes o agentes nocivos — físicos, químicos o biológicos— en un medio, provocando que este sea inseguro. La contaminación marina es aquella en la que el medio afectado es el mar u océano, desde la costa hasta aguas profundas.

Durante siglos, a estas grandes masas de agua les hemos atribuido erróneamente una capacidad inagotable para absorber o asimilar dicha contaminación. Así, mares y océanos de todo el mundo se han convertido en vertederos donde arrojar aguas sin depurar, bidones de crudo enormemente tóxicos o, lo que nos ocupa, plástico, millones de toneladas de este material sintético.



Botellas, bolsas, anillos de plástico de las latas (six pack), redes de pesca extraviadas o abandonadas, microplásticos (pequeñas partículas de plástico resultado de la descomposición o deterioro de este, habituales también en productos químicos de uso cotidiano como cosméticos)... más del 80 % de los desechos marinos son plásticos (referencia).

## Islas de plástico



En mares como el Mediterráneo —con menor superficie y profundidad— no hay corrientes suficientemente fuertes para transportar la contaminación, que queda dispersa o alcanza las costas. En los grandes océanos se da un fenómeno distinto: los desechos, en su mayoría plásticos, tienden a acumularse en los giros oceánicos (corrientes marinas rotativas).

A estas acumulaciones de desechos se las conoce como «islas de basura». También llamadas «islas de la contaminación» o «continentes de plástico», alcanzan extensiones gigantescas. Según una investigación publicada en la revista Nature, la isla o gran mancha de basura del Pacífico —localizada en el centro del océano Pacífico Norte, entre California y Hawái— cuenta ya con un área de más de 1,6 millones de km<sup>2</sup>, casi tres veces el tamaño de Francia.

Y «la contaminación plástica del océano dentro del GPGP (Gran Parche de Basura del Pacífico) está aumentando exponencialmente», se alerta en el estudio. Sabemos, además, que existen otras islas de gran tamaño: la mancha de basura del Atlántico Norte y la del Océano Índico.

## Consecuencias de la contaminación del mar por plástico

Se estima que más de 10 millones de toneladas de plástico alcanzan nuestros mares y océanos cada año, ocasionando entre otros perjuicios:

- Amenazas para la vida acuática: enredo y restricción del movimiento, laceración, infección o asfixia. En total, 100 000 especies marinas mueren cada año como consecuencia del plástico.
- Ingestión de plásticos o microplásticos por peces y otros animales marinos, pasando a la cadena alimentaria. Consumimos micropartículas de plástico a diario sin darnos cuenta.
- Bloqueo del tracto digestivo, supresión del sistema inmune, interrupción del sistema endocrino y disminución de las tasas de reproducción en los peces por consumo de metales pesados y aditivos potencialmente tóxicos presentes en el plástico.



## ¿Cómo podemos salvar los océanos? Recomendaciones

Entre todos podemos lograr un mar libre de contaminación por plástico mediante gestos tan sencillos como estos:

1. Reduce el consumo de productos envasados, o sobreenvasados, con plástico. En tus compras, utiliza siempre bolsas reutilizables, también para frutas y verduras.
2. Evita los plásticos de un solo uso: platos, vasos, cubiertos, pajitas, bastoncillos para los oídos...\*. Según la Comisión Europea, estos constituyen el 70 % del total de los desechos marinos.
3. «Pásate» a la cosmética natural. Los cosméticos y productos de higiene personal naturales no contienen sustancias químicas de síntesis o derivadas del petróleo, ni desprenden al agua microplásticos potencialmente contaminantes.
4. Ahora que se acerca el verano, no dejes tiradas en la playa botellas u otros utensilios de plástico. Mucho menos enseres plásticos voluminosos tales como flotadores, colchonetas hinchables, etc.
5. Apoya campañas como Play It Out, lanzada este mismo año por Naciones Unidas para acabar con la contaminación por plásticos. Participa asimismo en movimientos de recogida y limpieza de basura en las playas, organizados a nivel local. ¡Infórmate!



**«El mar, el gran unificador [...] estamos todos en el mismo barco».**

Jacques Cousteau