



5 medidas para reducir la exposición de la población y el medio ambiente a los contaminantes hormonales

La exposición de la población a contaminantes hormonales presentes en el ambiente está relacionada con el incremento de importantes daños a la salud y enfermedades, incluyendo problemas de salud reproductiva (ej., infertilidad, malformaciones congénitas), tumores y otras enfermedades en órganos hormono-dependientes (mama, próstata, testículo, tiroides), enfermedades metabólicas (diabetes, obesidad), enfermedades inmunológicas y alteraciones en el desarrollo del sistema neurológico, entre otras, según advierte un estudio reciente de la Organización Mundial para la Salud.

Estas sustancias, que se encuentran en plaguicidas, plásticos, cosméticos, productos de higiene y otros artículos de uso cotidiano, se caracterizan por alterar el funcionamiento normal de nuestro sistema hormonal, encargado, entre otras muchas funciones, de regular el desarrollo. Por ello es de especial relevancia reducir la exposición de mujeres embarazadas, niños y adolescentes a estas sustancias, por ser los sectores de población más vulnerables.

Tanto los ayuntamientos como las comunidades autónomas pueden y deben implantar medidas para reducir la exposición de la población a estos contaminantes. Presentamos 5 medidas sencillas, de bajo coste, pero de gran repercusión en la salud, a desarrollar por gobiernos municipales y autonómicos con la participación de organizaciones sociales:

1. Evitar el uso de plaguicidas en espacios públicos

La fumigación de parques y jardines, el uso de herbicidas en espacios públicos, la fumigación de centros escolares, centros sanitarios y otros espacios públicos cerrados exponen, innecesariamente, a la población a contaminantes hormonales. Existen numerosos métodos de lucha contra plagas y de control de malas hierbas que no utilizan sustancias químicas tóxicas. La implantación de estas medidas además favorecerá su uso también en espacios privados.

2. Informar y formar a sanitarios, educadores y periodistas

Los profesionales en contacto con familias, jóvenes, niños y adolescentes, como son los médicos de familia, pediatras, matronas y enfermeras, deben estar adecuadamente informados de los riesgos para la salud de la exposición a contaminantes hormonales y estar capacitados para ofrecer recomendaciones para reducir la exposición a sustancias tóxicas, al igual que hacen ya en otros países europeos. También los periodistas y comunicadores deben estar informados y formados para poder ofrecer una información veraz y contrastada a la población.



3. Fomentar el consumo de alimentos orgánicos en guarderías, comedores escolares y centros hospitalarios

La alimentación es una de las principales vías de exposición a sustancias tóxicas. Una dieta variada, que persiga reducir el consumo de pescados y carnes grasas; favorecer alimentos orgánicos; evitar ciertos envases; y calentar y cocinar alimentos en envases y utensilios inertes reduce la exposición a contaminantes hormonales. Las Administraciones municipales y autonómicas pueden implantar estas medidas directamente en todos los comedores escolares y de centros sanitarios bajo su responsabilidad y fomentar la aplicación de estas medidas en centros privados.

4. Promover el uso de productos limpios a través de contrataciones y compras públicas

Las Administraciones públicas españolas gastaron en obras, bienes y servicios 165 mil millones de euros en 2011, siendo, con diferencia, el principal agente del mercado. La limitación de la presencia de contaminantes hormonales y otras sustancias preocupantes en las contrataciones y compras públicas, no solo reducirá la exposición de los trabajadores y usuarios de centros públicos, incluyendo centros escolares y sanitarios, además impulsará la presencia de productos más seguros en el mercado, y apoyará así a las empresas que se han comprometido ofreciendo productos más limpios y seguros.

5. Reducir el uso del automóvil en desplazamientos cortos

Un 80% de la población española respira aire contaminado. Los desplazamientos en automóvil en nuestras ciudades son la primera causa de esta contaminación. Tanto los humos diésel, como otros contaminantes presentes en las emisiones de los coches, tienen capacidad de alterar el sistema hormonal. La información a la población sobre los efectos de la contaminación sobre la salud, las principales fuentes de contaminación del aire y medidas para reducirla, junto con el apoyo a la movilidad sostenible reducirán de forma ostensible este problema.

