

Ahora hay que emprender acciones

Aproximadamente una de cada 10 mujeres europeas será diagnosticada de cáncer de mama en algún momento de su vida.

Las personas pueden intentar minimizar su propia exposición a los disruptores estrogénicos (ver el cuadro siguiente), pero estas acciones no son suficientes. Sólo la acción de la Unión Europea y los gobiernos para garantizar una regulación eficaz de las sustancias químicas ofrecerá los grandes beneficios para la salud y el medio ambiente que se pueden conseguir para la sociedad en su conjunto.

HEAL y CHEM Trust están trabajando para que las sustancias químicas artificiales que se sabe que son disruptores hormonales sean retiradas del mercado, y sean sustituidas por alternativas más seguras.

Lo que usted puede hacer para minimizar la exposición:

1. Coma abundantes frutas y verduras.
2. Compre alimentos orgánicos siempre que sea posible.
3. Evite la exposición innecesaria a sustancias químicas, particularmente a pesticidas para jardinería y de interior, productos para el hogar, como pinturas o detergentes, y productos de cuidado personal, como los cosméticos.
4. Cuando sea posible, en lugar de utilizar crema protectora solar para evitar quemarse, quédese en la sombra o cúbrase con ropa suelta pero de tejido espeso y con un sombrero.
5. No ponga en el microondas alimentos en contenedores o envoltorios de plástico.
6. Visite o escriba a su representante del gobierno o a su Miembro del Parlamento Europeo (MPE) para expresarle su preocupación sobre las sustancias químicas disruptoras hormonales y sus vínculos con el cáncer de mama. Pida controles más estrictos de las sustancias químicas sintéticas que alteran los sistemas hormonales.

Este folleto ha sido preparado por el Chemicals Health Monitor Project (CHM), cuyo objetivo es mejorar la salud pública garantizando que la evidencia científica clave sobre el vínculo entre sustancias químicas y la mala salud se traduzca a la política lo más rápido posible.

Véase: <http://www.chemicalshealthmonitor.org>

El proyecto Chemicals Health Monitor fue lanzado por la Alianza para la Salud y el Medio Ambiente (HEAL) con otras organizaciones asociadas.

La Alianza para la Salud y el Medio Ambiente (HEAL) es una organización no gubernamental internacional que pretende mejorar la salud a través de políticas públicas que favorezcan un entorno más limpio y sano.



Persona de contacto: Hana Kuncova
Chemicals Health Monitor project
Health and Environment Alliance (HEAL)
28 Boulevard Charlemagne
1000 Bruselas
Bélgica

E-mail: hana@env-health.org
Página web: www.env-health.org

CHEM Trust es una organización benéfica cuyo fin es proteger a los seres humanos y la naturaleza de sustancias químicas perjudiciales, de forma que no causen alteraciones de la reproducción, deformidades, o enfermedades o déficits de la función neurológica.



Persona de contacto: Gwynne Lyons

CHEM Trust
PO Box 56842
London N21 1YH
Reino Unido

E-mail: gwynne.lyons@chemtrust.org.uk
Página web: <http://www.chemtrust.org.uk/>

La Alianza para la Salud y el Medio Ambiente quiere reconocer y agradecer el apoyo financiero del Sigrid Rausing Trust, de la Marisla Foundation y de la Comisión Europea, DG de Medio Ambiente. Las opiniones expresadas en este folleto no reflejan necesariamente el punto de vista oficial de los fundadores y de las instituciones de la UE.

Cáncer de mama: Prevenir lo evitable

La exposición a ciertas sustancias químicas artificiales puede contribuir a la epidemia de cáncer de mama.

La mayoría de mujeres diagnosticadas de cáncer de mama han adquirido la enfermedad a lo largo de su vida, no por tener la enfermedad en sus genes.



Prevenir el cáncer de mama: el camino adelante

Los científicos expertos consideran que ya se conoce lo suficiente sobre las sustancias químicas disruptoras de las hormonas para llamar a la acción.

“Dado el papel conocido de los estrógenos en el cáncer de mama, sería prudente reducir las exposiciones a sustancias químicas que imitan a los estrógenos.”

Artículo de revisión del profesor Andreas Kortenkamp publicado en abril de 2008, “Breast cancer and exposure to hormonally active chemicals: An appraisal of the scientific evidence”, el último de una serie de documentos que destacan la necesidad de reducir los riesgos para la salud asociados con las sustancias químicas disruptoras de las hormonas.

“A pesar de la incertidumbre, es prudente minimizar la exposición a seres humanos, especialmente mujeres gestantes, a las sustancias químicas disruptoras de las hormonas”.

Recomendación de la **Royal Society** del Reino Unido en el año 2000.

“A la vista de la magnitud de los riesgos potenciales, creemos firmemente que la incerteza científica no debería retrasar las acciones preventivas de reducción del riesgo”.

En 2005 la **Declaración de Praga sobre Alteraciones Endocrinas** pidió medidas para reducir los riesgos asociados con las sustancias químicas disruptoras de las hormonas. Más de 200 científicos expertos de Europa y los EEUU han firmado la declaración de Praga.



Frenar el cáncer de mama antes de que empiece

El número de mujeres que han desarrollado cáncer de mama ha aumentado espectacularmente en toda la Unión Europea en los últimos 20 años.

Aunque las mujeres agradecen los avances en diagnóstico y tratamiento que ayudan a mejorar las tasas de supervivencia, también están empezando a hacer preguntas: *¿Se podría hacer más para evitar que tantas mujeres desarrollen cáncer de mama, y cuántas pruebas son necesarias para que se tomen medidas?*

Cada día estamos expuestos a docenas de sustancias químicas sintéticas presentes en los alimentos, cosméticos y productos de limpieza doméstica. Algunas de esas sustancias químicas están cada vez bajo mayor sospecha. Hay pruebas científicas crecientes de que las sustancias químicas sintéticas que imitan el estrógeno y alteran las llamadas hormonas sexuales pueden tener un papel importante en el aumento del cáncer de mama.

Actualmente, los diferentes factores de riesgo establecidos para el cáncer de mama representan sólo el 50% de los casos diagnosticados. Estos incluyen la edad, la genética, el consumo de alcohol, el ejercicio, el uso de tratamiento hormonal sustitutivo (THS) y la píldora anticonceptiva. También incluyen la exposición total durante la vida de la mujer a su propia producción de estrógenos naturales. Esto significa que la lactancia, la gestación, la menopausia precoz, que disminuyen la exposición de la mujer a los estrógenos reduciendo su exposición a los períodos mensuales durante toda la vida, reducen el riesgo.

En los últimos años, los científicos han investigado si las sustancias químicas que imitan a los estrógenos naturales podrían estar contribuyendo al rápido aumento del número de casos de cáncer de mama. Aunque los estrógenos sintéticos, también conocidos como disruptores hormonales, son menos potentes

que los naturales, sus efectos combinados pueden añadirse a los riesgos.

Los estudios de laboratorio demuestran claramente que una mezcla de sustancias químicas disruptoras de las hormonas pueden causar efectos adversos incluso cuando cada sustancia química está presente a un nivel individual que no debería causar ningún problema. Otros estudios sugieren que las exposiciones a estas sustancias químicas en el útero y alrededor de la pubertad pueden ser especialmente importantes. Recientemente, un estudio español ha demostrado que algunas mujeres diagnosticadas por primera vez de cáncer de mama tienen mayores niveles de estos imitadores sintéticos de los estrógenos en su grasa corporal.

Cada vez más científicos están llegando a la conclusión de que los hallazgos combinados de diferentes estudios son suficientemente fuertes para requerir medidas de precaución para reducir la exposición a ciertas sustancias químicas, especialmente, a los disruptores hormonales.

Para información complementaria, puede consultar los siguientes informes:

- **“Breast cancer and exposure to hormonally active chemicals: An appraisal of the scientific evidence”**, por el profesor Andreas Kortenkamp, Jefe del Centro de Toxicología de la Facultad de Farmacia de Londres.
- **“Factores que influyen en los riesgos de cáncer de mama – establecidos y emergentes”**, por CHEM Trust UK. Este documento es una relación breve para el público y los pacientes de cáncer de mama. Se encuentra traducido al Español y a otras lenguas europeas.

Los documentos se produjeron como parte del proyecto Chemicals Health Monitor, y están disponibles en la página web del proyecto (<http://www.chemicalshealthmonitor.org>) y en la página del CHEM Trust (<http://www.chemtrust.org.uk>).

