



La Salud Planetaria, en el XLV Congreso de la semFYC.
La sociedad lleva un lustro abordando estas cuestiones en su congreso.

La semFYC analiza consecuencias para la salud del cambio climático y la contaminación, y cómo orientar la consulta médica en clave de salud planetaria

- **DISRUPTORES ENDOCRINOS.** Existen unas 1.500 sustancias químicas exógenas que son contaminantes ambientales y tienen efectos adversos para la salud interfiriendo en los procesos hormonales, especialmente en momentos de vulnerabilidad como la etapa fetal, la infancia y el embarazo.
- **MEDICINA EN CLAVE PLANETARIA.** Nuestro estilo de vida y la utilización de determinados fármacos, además de tener un impacto directo en nuestra salud, tiene una serie de efectos ambientales que se relacionan con el uso de recursos naturales, la producción de residuos y la emisión de gases de efecto invernadero
- **El XLV Congreso de la semFYC, que se celebrará el 13 al 15 de noviembre de Madrid, abordará entre otros temas cómo nuestro estilo de vida impacta tanto en nuestra salud como en nuestro planeta.**

Madrid, 5 de noviembre. - Nuestros hábitos no solo tienen repercusiones en nuestra salud sino también en el medio ambiente. Este es uno de los temas sobre salud planetaria que se abordará en el próximo XLV Congreso de la **Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria** (semFYC), que se celebrará del 13 al 15 de noviembre en Madrid. Durante el congreso, se analizará como abordar en consulta acciones y estilos de vida más sostenibles con un enfoque de salud planetaria. **Desde hace años, el congreso de la semFYC es referente en la evidencia alrededor de la salud planetaria analizando la evidencia creciente de cómo los disruptores endocrinos, algunos tipos de inhaladores o los antimicrobianos en el medio afectan nuestra salud y el medio ambiente.**

En el caso de los disruptores endocrinos, los científicos tienen cada vez más evidencia sobre la interferencia que suponen estos compuestos en el organismo y la salud. Sin embargo, productos comunes de la cesta de la compra (comida envasada, desodorantes, cremas, pastas de dientes, agua) pueden contener este tipo de sustancias. Entre otros cambios necesarios, el **Grupo de Salud Planetaria de la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria** (semFYC) hace un llamamiento a la sociedad civil y a la Administración para disminuir la presencia de los disruptores endocrinos, especialmente en productos de consumo.

Se trata de sustancias químicas exógenas que tienen efectos adversos para la salud como consecuencia de alteraciones en la función endocrina mediante interferencia en el mensaje de las hormonas —imitando o modificando su efecto—. Según la Agencia Europea de Sustancias y Mezclas Químicas (ECHA por sus siglas en inglés), existen unos 1.500 contaminantes con los que el ser humano puede entrar en contacto por vías como la digestiva, la respiratoria o la dérmica y que pueden interferir en los procesos hormonales.

De hecho, hace años que se observa evidencias —a nivel *in-vitro* y en animales— de que los disruptores endocrinos pueden influir en la fertilidad, el desarrollo neurológico del feto, problemas del sistema inmune o en enfermedades crónicas como la diabetes o las alergias, además de cánceres (mama, próstata, ovario o tiroides). A modo de ejemplo, desde el 1 de septiembre de este año han quedado prohibidos en la Unión Europea el uso del óxido de difenilfosfina (TPO) y del dimetil-p-toluidina (DMTA) muy comunes en esmaltes y geles semipermanentes para las uñas, al considerarlas "carcinógenas, mutágenas y tóxicas para la reproducción" por diferentes estudios en animales.

// ¿Por qué son tan dañinos?

Los disruptores endocrinos alteran los mecanismos hormonales por diferentes vías, ya sea activando o inhibiendo los receptores hormonales, interfiriendo con las proteínas de transporte o con el proceso de síntesis hormonal, entre

otros. Los adultos pueden verse afectados por los disruptores endocrinos, pero el principal blanco son los niños en toda su etapa perinatal, desde el embarazo hasta los primeros años de vida, cuando el cuerpo queda programado para su vida de adulto.

En esta etapa, el feto depende durante la primera mitad del embarazo exclusivamente de las hormonas tiroideas maternas que le llegan a través de la placenta, ya que no es capaz de producir las suyas propias. Estas hormonas desempeñan un papel fundamental en el desarrollo del feto, sobre todo en la maduración del sistema nervioso central. La exposición maternoinfantil a disruptores endocrinos se ha relacionado además con problemas como el bajo peso al nacer, prematuridad, mayor riesgo de obesidad y alteraciones cardiometabólicas y efectos inmunitarios.

Precisamente por este motivo, las autoridades han optado sobre todo por restringir el uso de plásticos con componentes hormonalmente activos en objetos que usarían bebés y niños (ftalatos en chupetes, mordedores y tetinas, y bisfenol-A en biberones de policarbonato), aplicando el principio de precaución con el objetivo de proteger la salud infantil. Aunque estos disruptores hayan sido regulados, actualmente existen muchos otros que no lo están. Asimismo, las publicaciones científicas sobre sustancias como el bisfenol-A y los ftalatos son lo suficientemente abundantes y concluyentes como para recomendar su restricción y que así estos compuestos no supongan una amenaza constante para la población.

Una parte de este tipo de sustancias se van acumulando en el organismo, mientras que otros tienen una vida media corta en el organismo y se eliminan por vía renal. Sin embargo, grandes estudios han detectado la presencia de diversos disruptores endocrinos en muestras biológicas de hasta el 95% de los participantes. Además, una de las grandes preocupaciones de la comunidad científica es que la mayoría de los ensayos de toxicidad se realizan con compuestos individuales, cuando lo esperable es que la contaminación incluya más de un compuesto. Es importante por este motivo hacer estudios de contaminantes combinados: este posible “efecto cóctel” no se tiene en cuenta a la hora de legislar y hace que sea muy complicado establecer un umbral seguro de exposición. Desde el Grupo de Salud Planetaria de la semFYC señalan que *“hay suficientes señales de riesgo como para intentar limitar nuestra exposición todo lo posible. Instamos a la Administración a ser rigurosa con los controles de calidad de todos los productos que llegan a nuestro mercado y a disminuir en la medida de lo posible la presencia de estos disruptores en diferentes materiales”*.

// ¿Dónde están y cómo repercuten en la salud?

Los expertos de la semFYC señalan que *“como consumidores, es importante conocer algunos de los principales disruptores endocrinos para hacer una compra más consciente y optar por otros productos menos dañinos”*. También ayudan hábitos de vida saludables como hacer ejercicio y una dieta sana. Todo esto repercutirá de forma positiva tanto en nuestra salud como en el medio ambiente, muchas de estas sustancias están presentes en productos como los plásticos y además se ha detectado que pueden afectar a la fertilidad de diferentes especies animales.

La cuestión de los **disruptores endocrinos** fue el eje central de la ponencia sobre **salud planetaria** del Congreso de Barcelona de la **semFYC**. En esta edición, se abordará un enfoque más global sobre la **“prescripción planetaria”**, en el que, además de los disruptores, se analizarán las consecuencias medioambientales de los estilos de vida y de fármacos como los **antibióticos** o algunos tipos de **inhaladores**.

// La Salud Planetaria, presente en el congreso de la semFYC

La salud planetaria entendida como la consecución del **nivel máximo de salud, bienestar y equidad, respetando los límites de los sistemas naturales del planeta**, es un concepto que ha adquirido una gran relevancia dado el contexto de emergencia climática y ambiental en el que nos encontramos y la semFYC abordará este tema un año más en su XLV Congreso, que se celebra la próxima semana en Madrid.

“Nuestra alimentación, la forma en la que nos desplazamos, el consumo de tóxicos como el alcohol y el tabaco, la proximidad de los espacios que habitamos a zonas verdes, o azules, la utilización de inhaladores, la prescripción de antimicrobianos, no solo nos afectan como individuos, sino que pueden contribuir en mayor o menor medida al cambio climático y a la pérdida de biodiversidad”, señala Miriam Navarro Beltrá, miembro del Programa de Salud Planetaria y del GdT Inequidades en Salud y Salud Internacional de la semFYC.

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE MEDICINA DE FAMILIA Y COMUNITARIA (SEMFYC)

La semFYC es la federación de las 17 Sociedades de Medicina de Familia y Comunitaria que existen en España y agrupa a más de 22.000 médicos de familia. La especialidad de Medicina de Familia persigue la mejora de la atención a la salud de los usuarios de la Sanidad Pública del Sistema Nacional de Salud a través de una atención más cercana a las personas, su familia y su entorno comunitario

CONTACTO PRENSA

Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria – SEMFYC
Anna Serrano // +34679509941 // comunicacion@semfyc.es

REFERENCIAS:

SemFYC: Estos son los 5 disruptores endocrinos a evitar, según nuestro Grupo de Trabajo en Salud Planetaria. Disponible en: <https://www.semfyc.es/actualidad/disruptores-endocrinos-salud-planetaria>

Instituto de Salud Global: Disruptores endocrinos: qué son, efectos en la salud y cómo reducir la exposición. Disponible en: <https://www.isglobal.org/healthisglobal/-/custom-blog-portlet/los-disruptores-endocrinos-que-son-y-como-nos-afectan->

Endocrine Society: Endocrine-Disrupting Chemicals (EDCs). Disponible en: <https://www.endocrine.org/patient-engagement/endocrine-library/edcs>

FATIMA FERNANDEZ, Mariana y OLEA, Nicolás. Disruptores endocrinos: ¿suficiente evidencia para actuar?. Gac Sanit [online]. 2014, vol.28, n.2 [citado 2025-09-24], pp.93-95. Disponible en: <https://www.gacetasanitaria.org/es-disruptores-endocrinos-suficiente-evidencia-actuar-articulo-S0213911113002288>

Freire, Carmen y Olea, Nicolás. Disruptores endocrinos en pediatría. Rev Esp Endocrinol Pediatr 2024;15(1):1-5 | Doi. 10.3266/RevEspEndocrinolPediatr.pre2024.Jul.923. Disponible en: <https://www.endocrinologiapediatrica.org/revistas/P-E/P-E-S-A923.pdf>

Agencia Catalana de Seguridad Alimentaria: El bisfenol A (BPA). Disponible en: <https://acsav.gencat.cat/es/actualitat/bulletins/acsav-brief/el-bisfenol-a-bpa/index.html>

FSA CEP Panel (EFSA Panel on Food Contact Materials, Enzymes and Processing Aids), Lambré C, Barat Baviera JM, Bolognesi C, Chesson A, Cocconcelli PS, Crebelli R, Gott DM, Grob K, Lampi E, Mengelers M, Mortensen A, Rivière G, Silano V (until 21 December 2020†), Steffensen I-L, Tlustos C, Vernis L, Zorn H, Batke M, Bignami M, Corsini E, FitzGerald R, Gundert-Remy U, Halldorsson T, Hart A, Ntzani E, Scanziani E, Schroeder H, Ulbrich B, Waalkens-Berendsen D, Woelfle D, Al Harraq Z, Baert K, Carfí M, Castoldi AF, Croera C and Van Loveren H, 2023. Scientific Opinion on the re-evaluation of the risks to public health related to the presence of bisphenol A (BPA) in foodstuffs. EFSA Journal 2023;21(4):6857, 392 pp. <https://doi.org/10.2903/j.efsa.2023.6857>

Agencia Catalana de Seguridad Alimentaria: Ftalatos en materiales en contacto con los alimentos. Disponible en: <https://acsav.gencat.cat/es/actualitat/bulletins/acsav-brief/ftalats-en-materials-en-contacte-amb-aliments/index.html>

REGLAMENTO (UE) 2022/1176 DE LA COMISIÓN de 7 de julio de 2022 por el que se modifica el Reglamento (CE) n.o 1223/2009 del Parlamento Europeo y del Consejo en lo relativo al uso de determinados filtros ultravioleta en productos cosméticos. Disponible en: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/PDF/?uri=CELEX:32022R1176>

Scientific Committee on Consumer Safety: Opinion on Benzophenone-3. Disponible en: https://health.ec.europa.eu/system/files/2022-08/sccs_o_247.pdf

Mustieles, V., Balogh, R. K., Axelstad, M., Montazeri, P., Márquez, S., Vrijheid, M., Draskau, M. K., Taxvig, C., Peinado, F. M., Berman, T., Frederiksen, H., Fernández, M. F., Vinggaard, A. M., & Andersson, A.-M. (2023). Benzophenone-3: Comprehensive review of the toxicological and human evidence with meta-analysis of human biomonitoring studies. Environment International, 173, Article 107739. <https://doi.org/10.1016/j.envint.2023.107739>

Scientific Committee on Consumer Safety: Scientific advice on the safety of Triclocarban and Triclosan as substances with potential endocrine disrupting

properties in cosmetic products. Disponible en: https://health.ec.europa.eu/publications/safety-triclocarban-and-triclosan-substances-potential-endocrine-disrupting-properties-cosmetic_en