

¿Tienes Un Problema De Plástico?

Traducido y adaptado por Mauricio Saraya Ley para AMORCC



Probablemente estés familiarizado con los peligros para la salud asociados con la exposición al químico bisfenol-A (BPA) utilizado para fabricar plásticos.

Este producto químico es un policarbonato que se usa para endurecer los plásticos que componen las botellas de agua, los platos, las gafas de sol, el revestimiento de los productos enlatados, el papel de las terminales de cobro de tarjetas de crédito, cajas de supermercados, cajeros automáticos y cientos de otros productos que la mayoría de la gente usa con frecuencia.

Muchas personas tratan de evitar los productos que contienen BPA. Pero la evidencia sugiere que eso podría no ser suficiente. Sigue leyendo para saber más...

Las comunidades científicas y médicas saben que la exposición continua al BPA hace que tus hormonas se vuelvan locas—e incluso aumenta el riesgo de varios tipos de cáncer.

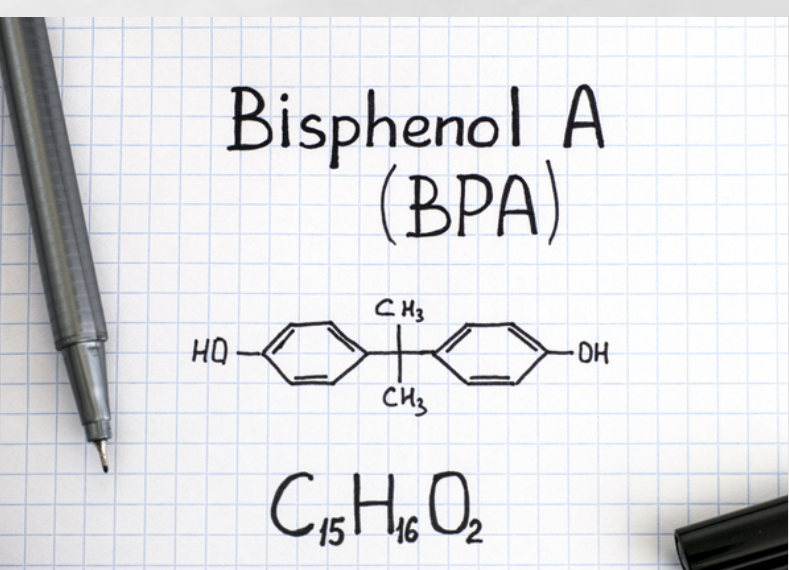
A lo largo de los años, he informado cómo los científicos descubrieron que el BPA actúa como una forma sintética de la hormona estrógeno. Estos investigadores descubrieron que cuando las células de cáncer de mama humano se exponían a niveles bajos de BPA, el químico estimulaba la producción de proteínas que impedían que las células cancerosas fueran destruidas por los medicamentos de quimioterapia.

A pesar de la evidencia de los peligros para la salud que plantea el BPA, la Administración de Alimentos y Medicamentos continúa favoreciendo su uso. La agencia afirma que la mayoría de los cuerpos humanos pueden procesar y expulsar fácilmente niveles bajos de este químico. Con este tipo de regulación precaria a favor del BPA, no es de extrañar que este extraño químico se haya encontrado en las muestras de orina de aproximadamente el 93% de la población estadounidense.

“Cabe aclarar que la FDA no pretende proteger al consumidor, sino a la industria de la cual recibe millones por hacerse de la vista gorda. Por desgracia, no sólo en los Estados Unidos de Norteamérica, sino en muchos otros países como México sucede lo mismo”.

Los CDC encontraron niveles detectables de BPA en el 93% de más de 2,500 muestras de orina tomadas en los Estados Unidos de 2003 a 2004. Los investigadores midieron el BPA indirectamente, en función de la cantidad de metabolitos del BPA (componentes de descomposición del BPA) presentes. Ahora, un nuevo método puede medir el BPA y sus metabolitos directamente.

En 2019, los investigadores utilizaron los métodos antiguos y nuevos para examinar muestras de orina de 39 personas. Para sorpresa de todos, el nuevo método reveló niveles de BPA casi 19 veces más altos, en comparación con el método anterior. Y cuanto mayor es la concentración de BPA, más lo juzga mal el método antiguo.



En un esfuerzo por apaciguar a algunos grupos ambientalistas y ciudadanos preocupados, la FDA ha actualizado su posición para expresar "preocupación por los efectos potenciales del BPA en el cerebro, el comportamiento y la glándula prostática en fetos, bebés y niños pequeños."

En una muestra de buena fe, la FDA ahora declara:

Prohibición de biberones y vasos de alimentación infantil que contengan BPA para el mercado estadounidense.

Prohibición del uso de BPA para los revestimientos de latas de fórmula infantil.

Apoyar los esfuerzos para reemplazar el BPA o minimizar los niveles de BPA en otros revestimientos de latas de alimentos.

Pero antes de dar un suspiro de alivio y felicitar al gobierno por proteger al público “después de transcurrir 2 décadas” de un destructor masivo de la salud, primero hagamos esta pregunta:

¿Qué tan seguras son las alternativas al BPA?

Bueno, deberías saber que un estudio concluyó... ¡Incluso los plásticos sin BPA vierten productos químicos tóxicos en los alimentos y agua! Un estudio realizado por PlastiPure, una empresa de tecnología que trabaja en el desarrollo de plásticos seguros, realizó pruebas de laboratorio en más de 20 biberones de primeras marcas y más de 450 recipientes de plástico para alimentos y bebidas. Compraron cientos de estos contenedores en varios minoristas, incluidos:

Trader Joe's

Wal-Mart

Alimentos Integrales

Y muchas otras empresas

Sus pruebas incluyeron recipientes para delicatessen, envolturas flexibles, recipientes de plástico duro y bolsas de plástico. Según los resultados publicados en la revista Environmental Health Perspectives, los investigadores cortaron los artículos de plástico en pedazos y luego los pusieron en líquidos que simulaban alimentos y bebidas.

Sometieron cada una de las muestras de prueba a actividades que imitan el uso normal, como hervir agua, microondas y luz ultravioleta similar a la que se encuentra en la luz solar. Las soluciones se aplicaron luego a un tipo de célula de cáncer de mama que se multiplica rápidamente cuando se expone a productos químicos estrogénicos. Los investigadores se sorprendieron al descubrir que más del 90% de estos productos plásticos filtraban sustancias químicas que imitaban el estrógeno incluso ANTES de que se sometieran a estrés. Y después de estar estresado, casi TODOS los plásticos mostraron actividad estrogénica cuando se aplicaron a las células cancerosas.

Miles de productos químicos como estos. A diferencia de los investigadores de este experimento, es posible que la mayoría de nosotros no caliente dichos recipientes antes de consumir lo que haya en ellos, pero tengamos en cuenta que el contenido de los alimentos puede haber estado caliente en el momento en que se vertieron. Y, por supuesto, es común calentar alimentos en recipientes de plástico en el microondas. Incluso dejar un recipiente para bebidas al sol puede estimular la liberación de estos químicos.

Y ten en cuenta que la mayoría de los productos que se probaron lucían una etiqueta "sin BPA". Con base en sus resultados, los investigadores concluyeron que hay miles de posibles sustancias químicas que actúan de manera muy similar al BPA. Ya no se trata sólo de BPA.

En algunos casos, estos productos químicos de reemplazo de BPA producen más actividad estrogénica que el propio BPA. El autor del estudio, Stuart Yaniger, vicepresidente de investigación y desarrollo de productos en PlastiPure, dijo a Discovery News que no es su intención enviar un mensaje anti plástico, y añadió que es muy fácil hacer plástico sin propiedades estrogénicas. "Los plásticos son buenos, pero se pueden “y deben” hacer más seguros.” Amén a eso. Tengo una mala reacción a los gases emitidos por los plásticos utilizados en el interior de los automóviles o en artículos electrónicos de consumo como televisores y computadores. No tengo que esperar 20 años hasta que me den cáncer, me hacen sentir enferma en cuestión de minutos. Algunos automóviles y otros productos hechos de plástico liberan estos gases, otros no. Sería simple para los fabricantes usar los tipos de plástico no tóxicos. Pero no se molestan.

Entonces, ¿cómo puedes protegerte?

La verdad es que es casi imposible saber qué productos plásticos pueden contener sustancias químicas que alteran las hormonas, pero hay algunas cosas que puedes hacer para ayudar a minimizar su exposición a las hormonas falsas que producen estas sustancias químicas.

La nutricionista de Mayo Clinic Katherine Zeratsky, R. D., L. D., sugiere estas medidas de protección:

Continúa buscando productos sin BPA. Si un producto no está etiquetado, ten en cuenta que algunos, pero no todos, los plásticos marcados con los códigos de reciclaje tres o siete pueden estar hechos con BPA. En las botellas, el código generalmente se encuentra en la parte inferior.

Evitar los alimentos y bebidas enlatados (de todos modos, no es una mala idea, por una lista completa de razones). La mayoría de los alimentos enlatados están revestidos con resina que contiene BPA.

Evita el calor. El Instituto Nacional de Ciencias de Salud Ambiental desaconseja calentar en el microondas los plásticos de policarbonato o ponerlos en el lavavajillas, ya que el plástico puede descomponerse con el tiempo y permitir que el BPA se filtre en los alimentos.



Por último, y quizás lo más efectivo, simplemente usa alternativas. En lugar de plástico, usa recipientes de vidrio, porcelana o acero inoxidable para alimentos y líquidos calientes. Soy un cliente habitual en un café de alimentos saludables donde sirven sopa para llevar en recipientes de plástico. Mala idea. Les pregunté si los recipientes estaban clasificados para resistir el calor. Dijeron que sí. De todos modos, ya no voy a comprar sopa para llevar en ese lugar., a menos que lleve mi propio recipiente.

Artículo publicado originalmente en lengua inglesa, escrito por Lee Euler, publicado en:

<https://www.cancerdefeated.com/do-you-have-a-plastic-problem/>

Descargo de responsabilidad: Este artículo no pretende proporcionar consejos médicos, diagnósticos o tratamientos. Las opiniones expresadas aquí no reflejan necesariamente las de Asociación Morelense de Lucha Contra el Cáncer A.C. o su personal

