

# GUÍA DE CAMPAÑA



# Hogar **Sin** Tóxicos

Nuestra casa está llena de sustancias que causan enfermedades.  
Infórmate y actúa para lograr un hogar más sano.

[www.hogarsintoxicos.org](http://www.hogarsintoxicos.org)

# GUÍA DE CAMPAÑA

## ¿Quiénes somos?

La campaña Hogar sin Tóxicos parte de la Fundación Vivo Sano. El cuidado de la salud pública y el medio ambiente no se puede dissociar de la prevención y reducción de la toxicidad ambiental, en particular dentro del propio hogar.

En la Fundación Vivo Sano trabajamos para crear una sociedad más sana donde las personas se encuentren bien en todos los aspectos de sus vidas, disfrutando de una buena salud física y mental, de unas relaciones constructivas, viviendo en **un entorno saludable**.

- Promoviendo hábitos saludables para el cuerpo, la mente y el entorno que nos rodea.
- Fomentando un nuevo modelo de atención sanitaria basado en la medicina integrativa.
- Velando para que instituciones y legisladores antepongan la salud de los ciudadanos a cualquier otra consideración.

## Colaboradores

La campaña Hogar sin tóxicos se presenta con el respaldo de **Greenpeace** y la colaboración de distintas entidades, tales como Fondo para la Defensa de la Salud Ambiental (FODESAM), Comisiones Obreras (CCOO) o la Fundación para la Salud Geoambiental, entre otros.

A lo largo del proyecto, cualquier entidad que esté alineada con los objetivos de la campaña y desee colaborar en su consecución podrá solicitar la inclusión como “colaborador”.

## ¿Qué es y que pretende la campaña Hogar sin Tóxicos?

La exposición a sustancias tóxicas en el hogar puede ser el origen de múltiples problemas de salud. Desde el cáncer al asma, pasando por problemas reproductivos o deficiencias cognitivas en los niños.

Hogar sin tóxicos pretende prevenir esos problemas reduciendo los tóxicos a los que nos podemos ver expuestos en el hogar. Para lograrlo denunciaremos situaciones de riesgo y proponemos alternativas, buscando que las administraciones mejoren la normativa y adopten medidas que realmente protejan la salud y que las empresas eliminen o reduzcan significativamente las sustancias tóxicas que hoy están presentes en los más diversos productos del hogar.

También concienciamos a la población, ya que sin la debida conciencia social ni la Administración ni las empresas se sentirán suficientemente motivadas, ni los ciudadanos podrán adoptar medidas para protegerse de los riesgos existentes, que en muchas ocasiones son fácilmente prevenibles.

## La química sintética ha invadido nuestras vidas...

La producción de química sintética ha experimentado un boom en las últimas décadas. En 1930 solo se producía un millón de toneladas anuales. En 2001 ya eran 400 millones y desde entonces el negocio se ha multiplicado por dos.

Junto a la cantidad en volumen ha crecido también la cantidad del número de sustancias diferentes. Son tantas que ni siquiera se sabe exactamente cuántas sustancias químicas hay en el mercado. Ante la exigencia de pre-registro de la regulación REACH en la UE se pre-registraron 143.835 sustancias. Y cada año, centenares de nuevas sustancias son diseñadas y puestas en el mercado.

Especialmente preocupante es que la inmensa mayoría de todas esas sustancias han sido diseñadas y puestas en el mercado sin antes estudiar debidamente los efectos que podían tener para la salud de las personas y el medio ambiente. Hasta el punto de que, aún hoy en día, ni un 1% de ellas ha sido adecuadamente evaluado. Es más, aún en 2010, los datos disponibles mostraban que en la Unión Europea solo habían pasado una evaluación de riesgo más o menos completa 141 sustancias.

A pesar de lo deficiente que es la información científica disponible, han sido identificadas al menos 1500 sustancias cancerígenas y mutagénicas, 1500 tóxicas para

la reproducción, 1500 disruptoras endocrinas, 3000 alergénicas, 1300 neurotóxicas, 400 tóxicas, persistentes y bioacumulativas, etc.

## **...y nuestros hogares**

Mucha de esa química acaba en nuestros propios hogares, como parte de materiales de construcción y decoración, productos de limpieza, productos de aseo personal y cosméticos, perfumes, pinturas, tejidos, pesticidas domésticos, ambientadores, plásticos,...

Y por ello los análisis realizados del polvo de las casas han encontrado centenares de sustancias tóxicas. Sustancias que son inhaladas y que, por esas y otra vías, acaban en nuestro cuerpo. Entre estas sustancias se cuentan algunas de las sustancias contaminantes que más preocupan a los científicos, como algunos ftalatos, retardantes de llama, compuestos perfluorados, compuestos volátiles,... Sustancias que, según los casos, infinidad de investigaciones asocian a incrementos del riesgo de padecer problemas tales como el cáncer, asma, infertilidad,...

Los occidentales pasamos el 90% de nuestro tiempo en espacios cerrados como el hogar y filtramos diariamente lo que hay flotando en entre 15.000 y 20.000 litros de aire.

Millares de investigaciones científicas están alertando sobre estos riesgos. Sin embargo, en la práctica, es muy poco lo que se está haciendo para proteger a la población, especialmente para proteger a sectores más vulnerables a este problema tales como las mujeres embarazadas o los niños.

## **Un importante problema de salud pública**

El problema de los hogares es una parte importante del problema, más general, de la contaminación química, que preocupa enormemente a la comunidad científica y a instituciones como la Organización Mundial de la Salud o, entre otras, la Comisión Europea.

Para intentar solventar el problema se han suscrito importantes acuerdos internacionales, tales como el Convenio de Estocolmo sobre contaminantes orgánicos persistentes o se han redactado normativas como el reglamento REACH de la Unión Europea que intenta introducir algo de control en el ámbito de las sustancias químicas que produce la industria.

La Organización Mundial de la Salud estima que cerca de un 24% de la carga global de enfermedad y un 23% de la mortalidad se deben a factores ambientales. La exposición a sustancias químicas tóxicas es, especialmente en algunos países, uno de los principales factores ambientales que pueden perjudicar la salud.

Diferentes declaraciones científicas internacionales, como la Declaración Internacional sobre los Peligros Sanitarios de la Contaminación Química (Llamamiento de París) o, entre otras, la Declaración de Praga sobre la Disrupción Endocrina, han llamado la atención sobre la gravedad del problema sanitario que está creando la contaminación química.

Dichas declaraciones instan a la aplicación del Principio de Precaución, ante el posible papel de esta polución en el crecimiento de problemas de salud como el cáncer (mama, testículos, próstata, páncreas, leucemias,...), los problemas reproductivos (infertilidad, subfertilidad, mala calidad del semen,...), las alteraciones inmunológicas (alergias, asma, caída de las defensas,...), los desarreglos metabólicos que llevan a un incremento de las tasas de obesidad, la diabetes, las malformaciones congénitas, adelanto de la pubertad en las niñas o problemas cognitivos infantiles, entre otros.

El hecho de que muchas de las sustancias tóxicas más preocupantes estén presentes como contaminantes en los hogares redundaría en la importancia de actuar en este ámbito. Sin embargo, lamentablemente, la exposición en el hogar es uno de los ámbitos más desatendidos por la actuación oficial.

## Un eje fundamental: la concienciación

Un eje central de nuestra campaña es la concienciación, sin la cual es inviable cualquier esfuerzo preventivo. A través de instrumentos como nuestra web ([www.hogarsintoxicos.org](http://www.hogarsintoxicos.org)) mostramos de forma muy didáctica en qué consiste el problema y la forma de solucionarlo:

- **Cuáles son las sustancias más preocupantes que podemos encontrar en los hogares.**
  - Multitud de sustancias tóxicas se encuentran en nuestro hogar. Incluso en concentraciones bajas son capaces de provocar problemas de salud. Algunas de ellas son: ftalatos, retardantes de llama, compuestos perfluorados, etc.
- **En qué elementos y productos del hogar están:**
  - Muchas veces estamos expuestos sin ni siquiera imaginarlo; a través del aire, agua, productos de limpieza...
- **Qué enfermedades pueden causar:**
  - Diferentes estudios científicos relacionan los tóxicos ambientales con diferentes enfermedades, que van desde alergias o problemas de comportamiento hasta problemas reproductivos o cáncer.
- **Qué alternativas existen:**
  - Soluciones que muchas veces pueden ser sencillas y económicas, pero que inevitablemente pasan por conocer el problema y conocer otras opciones.

## Un paso necesario: la acción política

Según recoge la Constitución Española (artículo 43) **“compete a los poderes públicos organizar y tutelar la salud pública a través de medidas preventivas”**. Sin embargo, en este ámbito, y a pesar de las graves consecuencias de las que alerta la comunidad científica, consideramos que la Administración española, sea nacional, autonómica o local está haciendo una grave dejación de funciones.

Desde Hogar sin Tóxicos, EXIGIMOS el control adecuado, y en su caso, la sustitución inmediata y obligatoria de todas las sustancias que puedan perjudicar de forma singular la salud humana en el hogar, siendo para ello necesario:

- 1.** Que las administraciones acometan inmediatamente acciones preventivas concretas, considerando para ello el conocimiento científico actual, aplicando Principio de Precaución y primando los criterios de salud más exigentes (como los que tienen en cuenta la mayor vulnerabilidad de niños o mujeres embarazadas), a fin de lograr una reducción real de la carga tóxica hoy existente en los hogares españoles. Dichas campañas deberán contar con objetivos y calendarios concretos, realizándose un seguimiento que sirva para garantizar que realmente se está reduciendo la presencia de tóxicos en las casas.
- 2.** Un incremento de la vigilancia sobre la presencia de sustancias tóxicas en productos que puedan acabar en el hogar. Son necesarios más y mejores controles para garantizar que no lleguen a los hogares materiales o productos que puedan contaminarlos. Y cuando se detecten problemas debe alertarse a la población debidamente, en base a lo que la ciencia objetivamente sabe sin silenciar o minimizar las alertas.
- 3.** Que las administraciones y las empresas involucradas dejen de hacer oídos sordos a los miles de estudios científicos que revelan los efectos sanitarios que, frecuentemente a niveles muy bajos de concentración, pueden estar causando una amplia serie de sustancias químicas contaminantes presentes en los hogares.
- 4.** Que se aplique el Principio de Precaución, tal y como pide la comunidad científica. Según ese principio, recogido por la Comisión Europea, no es precisa la confirmación total y absoluta de un riesgo para actuar, siempre y cuando el potencial daño para la salud humana o el medio ambiente lo justifique. Existen en estos momentos diferentes sustancias o grupos de sustancias sobre los que hay una extraordinaria acumulación de evidencia científica acerca de sus daños sanitarios y, sin embargo, no se está aplicando debidamente dicho principio.
- 5.** Que la Administración cumpla su obligación de forzar a las empresas a implementar las mejores técnicas disponibles, de modo que se instaure realmente la producción limpia y ni en los procesos ni en los productos finales, que puedan acabar en los hogares, existan sustancias que puedan comprometer la salud de los ciudadanos. Y para ello, que se anteponga la defensa de la salud pública y la verdad científica a los intereses económicos particulares de unas pocas empresas.
- 6.** Que se modernicen de los criterios toxicológicos que se aplican, de modo que se garantice la protección de la salud de las personas frente a los riesgos químicos en el hogar. Para el establecimiento de los niveles legales debe tenerse en cuenta el estado actual del conocimiento científico, especialmente en lo que respecta a

hechos como los efectos de las exposiciones a sustancias tóxicas a niveles bajos y a largo plazo, así como el estudio debido del efecto conjunto del complejo “cóctel” de sustancias a las que podemos vernos expuestos simultáneamente en el hogar. También pedimos que se tenga debidamente en cuenta en esos estudios a las personas más sensibles a los efectos de los contaminantes, como los niños pequeños o las mujeres embarazadas. El establecimiento de niveles legales de sustancias debe hacerse de modo que lo legal y lo seguro coincidan.

- 7.** Que se acometan los cambios normativos precisos que hagan que las leyes garanticen una mejor protección de la salud en ámbitos tan sensibles como el hogar y también que se mejore el cumplimiento de algunas leyes o normas ya existentes.
- 8.** Que se aplique una verdadera transparencia. Habitualmente, el ciudadano tiene muy difícil obtener información fiable acerca del contenido químico de muchos de los productos que adquiere, o incluso del agua que bebe en su casa.

Los datos de las administraciones y las empresas al respecto han de ser públicos, fácilmente accesibles (por ejemplo a través de internet) y sin filtros que los oscurezcan. Deben superarse también situaciones vergonzosas relacionadas con determinadas leyes que protegen supuestos secretos comerciales, situaciones que con frecuencia se traducen en que los etiquetados (e incluso las fichas de seguridad) realmente no informan adecuadamente de contenidos de sustancias o de riesgos.

- 9.** Que se desarrollen potentes campañas de concienciación de la ciudadanía. La escasa conciencia existente acerca de los riesgos hace que estos sean mayores al impedir que se adopten medidas preventivas básicas, muchas de las cuales serían fácilmente realizables.
- 10.** El apoyo decidido a las empresas y entidades que estén comprometidos con el desarrollo de alternativas limpias serias para todos los elementos del hogar que pueden entrañar un problema.
- 11.** Que las administraciones destinen todos los medios posibles para potenciar la investigación independiente de la naturaleza y las consecuencias de las complejas exposiciones químicas que están teniendo lugar en el ámbito doméstico. Será prioritario realizar estudios epidemiológicos que hagan crecer nuestro conocimiento acerca de los efectos sanitarios de las más diversas exposiciones.



- 12.** Que se realicen diagnósticos detallados de los riesgos químicos derivados de exposiciones en el hogar (lamentablemente las administraciones españolas no han elaborado adecuados diagnósticos sectoriales de esos riesgos ni en el hogar ni en los más diversos ámbitos).

Nota: se puede consultar el texto completo del Llamamiento a responsables sanitarios y de medio ambiente en [www.hogarsintoxicos.org](http://www.hogarsintoxicos.org)

## Actúa

A través de nuestra iniciativa puedes hacer que tu entorno sea mucho más sano colaborando de una manera activa a través de nuestras herramientas de participación.



### Difunde nuestro mensaje

Mucha de la información de nuestra web es desconocida para la mayoría de la gente. Ayúdanos a llegar a cuanta más gente mejor, para todos seamos conscientes de los peligros que nos rodean en nuestra casa y conseguir leyes adecuadas y empresas comprometidas.

Utiliza los botones que encontrarás al pie de cada página para compartir información mediante un email, Facebook, Twitter o Google+. No te olvides de visitar nuestro canal en Youtube. Dile a tus amigos, contactos y familiares que visiten nuestra web.



### Campañas

Visita nuestro apartado de campañas donde podrás encontrar la información sobre las distintas campañas que iremos realizando para concienciar a población, empresas y políticos sobre problemas concretos derivados de la exposición a tóxicos en nuestros hogares.



### Colabora

Si deseas colaborar de forma activa con Hogar sin tóxicos, puedes [formarte como 'Experto en tóxicos del hogar'](#), y ayudarnos a formar y concienciar a más gente sobre los peligros de los tóxicos presentes en nuestros hogares.

Una vez que te hayas formado de forma gratuita con nosotros, podrás ayudarnos colaborando en las diferentes campañas que desarrollemos.



### Descargas

En nuestro apartado de descargas podrás encontrar mucha información de utilidad que podrás descargar, imprimir y compartir con tus contactos. Trípticos, folletos, guías, etc. que seguro que son de tu interés.



### Banners

Si eres un particular y tienes una web o blog, puedes ayudarnos a difundir la campaña colocando nuestro banner.



### Dona

Con tu donación estarás invirtiendo tu dinero en un futuro más seguro y saludable para todos, ayudando a identificar y eliminar sustancias tóxicas de nuestras casas.



### Empresas e instituciones

Si perteneces a una empresa o institución que está alineada con los fines que perseguimos desde Hogar sin tóxicos, puedes colaborar a nivel institucional.