

- REVISTA INTEGRAL

## “Nuestros cuerpos no están preparados para desintoxicar los 100.000 químicos que nos rodean”



*Pilar Muñoz Calero, es médico ambiental y presidenta de la fundación Alborada.*

Este es el año en el que los afectados de sensibilidad química múltiple esperan que la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconozca esta enfermedad que sufre el 15% de la población española por su hipersensibilidad a las 103.000 sustancias tóxicas que envuelven la vida actual. Afecta a más personas que la diabetes, pero no es una dolencia oficial. Pilar Muñoz Calero (Madrid, 1955), médico y afectada, abrió hace dos años y medio la única clínica de medicina ambiental que existe por ahora en España en Brunete, a 30 kilómetros de Madrid, donde ha tratado a más de 300 pacientes intoxicados por detergentes, pesticidas, cremas, teléfonos móviles y hasta un sinfín de productos que les impiden llevar su vida con normalidad.

“Por favor apague su teléfono móvil”, “lave su ropa con bicarbonato” y “no se ponga crema ni colonia” son las consignas que esperan al visitante de la finca El Olivar, donde la fundación Alborada alberga este centro médico y donde vive la doctora Muñoz Calero. La entrevista tiene que realizarse dentro de la vivienda- en una finca que recuerda más a una residencia de fin de semana que a una clínica-, porque el humo provocado por un incendio próximo podría afectar a su salud.

### **¿Qué es una enfermedad ambiental?**

Estamos rodeados de tóxicos en el aire, en el agua, en los alimentos... una enfermedad ambiental es la que está provocada por el contacto con estas sustancias y nos dañan el organismo, se acumulan, se depositan en diferentes tejidos, en la grasa en diferentes órganos, circulan por la sangre y pasan a través del cerebro y nos van dañando y provocando multitud de síntomas distintos.

### **¿Qué nivel de gravedad puede alcanzar tener tóxicos persistentes en el organismo?**

Enfermedades tan importantes y conocidas cuya causa son los tóxicos como la fibromialgia, el síndrome de fatiga crónica, enfermedades autoinmunes, autismo, hiperactividad, alzheimer, parkinson e incluso cáncer y por lo tanto la muerte, así que la gravedad puede ser muy elevada.

### **¿Hay conciencia de este riesgo?**

En absoluto. Todos los mensajes que reciben los ciudadanos indican justo lo contrario, estamos recibiendo todos los días mensajes en la televisión en los que nos incitan a consumir todo tipo de productos que te cuidan, te ayudan, son buenos, ante esos mensajes cómo vamos a pensar que nos pueden dañar. Pero lo más triste es que tampoco hay conocimiento entre los profesionales de la medicina y eso es porque tampoco hemos estudiado en la carrera los efectos de las sustancias tóxicas, que son fruto de este exceso de tecnología, del abuso del uso de todas estas sustancias. No digo que algunas de ellas no sean necesarias, pero no el abuso sin medir las consecuencias, la interacción de unas con otras, cómo se potencian y se van añadiendo unas a otras. Nadie lo ha calculado ni lo ha tenido en cuenta, los profesionales de la medicina tampoco lo hemos tenido en cuenta.

### **¿De qué tipo de sustancias hablamos?**

Las más escuchadas aunque sigue habiendo muchos detractores que no las reconocen son los pesticidas. Ya ha habido muchos casos en los que se han retirado sustancias y se han ganado juicios. Esos pesticidas están en los alimentos, en el agua (como el formaldehído que se encuentra en muchos productos); en la ropa, en los muebles de aglomerado que no son de madera maciza y que contienen disolventes y pegamentos. También cosméticos, adhesivos, alfombras, fragancias, colonias, jabones, detergentes, que contienen muchas sustancias potencialmente muy tóxicas, almizcles sintéticos, parabenos y ftalatos, que son cancerígenas. Ya hay suficientes estudios que demuestran que estas sustancias son dañinas y a pesar de todo no se conocen, y si se conocen se silencia, cuesta mucho abrir camino porque es una verdad muy incómoda para la industria y las empresas que se dedican a este tipo de productos. Cómo van a reconocer algo así, pero es verdad que todas las fragancias se fijan con derivados del petróleo y dan un cierto grado de toxicidad.

### **¿Cómo se diagnostica este tipo de enfermedades?**

Es difícil porque muchas veces se trata de síntomas no específicos. Estas sustancias pueden alterar y dañar todos los órganos y provocar desde un dolor de cabeza hasta alteraciones cognitivas, pérdida de memoria, falta de concentración, dolores musculares, cansancio, alteraciones cardiovasculares, alteraciones respiratorias, alergias, intolerancias alimentarias, problemas digestivos, articulares, inflamaciones. Prácticamente todo y resulta muy difícil abordarlas porque la medicina ha ido enfocada al síntoma, no nos damos

cuenta de que nosotros tapamos ese síntoma, pero la causa sigue ahí. Muchas de estas enfermedades tienen todo ese tipo de sintomatología y son difíciles de diagnosticar, pero hay algunos signos importantes, por ejemplo personas que son muy sensibles a los olores porque ya su carga tóxica es muy elevada, gente que entra en un autobús y le duele la cabeza porque alguien al lado lleva una laca o un perfume muy fuerte y nota náuseas, angustia, dolor de cabeza. Eso cada vez lo comenta más gente.

A partir de ahí ya se puede empezar a sospechar que ocurre algo. Lo primero que suelo decir a mis pacientes es que retiren todos esos productos durante un tiempo, (a lo mejor un mes, guardarlos y sustituirlos por otros naturales, lavar la casa con agua y bicarbonato, con agua y limón o con productos naturales. Es muy raro que no desaparezca alguno de esos síntomas como cansancio, dermatitis o dolor de cabeza. La alergia disminuye e incluso desaparece. En ese momento se puede empezar a vincular causa-efecto. Una de las medidas más importantes que tomamos para diagnosticar y para tratar es evitar todas estas sustancias.

### **¿Prevenir significa cambiar nuestro estilo de vida?**

Sí. Es algo que además no creo que sea tan raro, a lo mejor es importante recuperar el sentido común, vivir de una forma sencilla, tomar alimentos sanos, agua limpia, aire puro. Es lo que necesitan nuestras células. Necesitan agua limpia y comida sana. No tiene sentido que vivamos en ciudades en las que observamos desde lejos una boina negra llena de contaminación y que estemos respirando productos tóxicos y comiendo sustancias llenas de aditivos, conservantes, saborizantes, potenciadores de color...

Recuperar una vida más sana, más limpia no es tan raro, al revés, lo raro es lo que hemos hecho, nos hemos ido adaptando poco a poco sin darnos cuenta y ahora estamos pagando las consecuencias de esa falta de conciencia, permitiendo vivir en un mundo mucho más contaminado. Cambiar de estilo de vida es incluso una alegría, aunque suene raro. Nuestros cuerpos no están preparados para desintoxicar más de 103.000 nuevas en las últimas décadas. Lo que está ocurriendo es que los cuerpos se están sobrecargando, se están sobresaturando. Es una carga tóxica, como un bidón que vas llenando hasta que se satura, por eso el aumento de estas enfermedades está siendo enorme.

### **¿Dolencias como el cáncer están relacionadas con estos tóxicos?**

En el último congreso de epidemiología que se celebró en Barcelona y al que acudieron más de 1.500 epidemiólogos, el director de la Agencia Internacional de Investigación sobre el Cáncer (IARC), Christopher Wild, recordó que el 90% de los casos de cáncer son de origen ambiental producidos por tóxicos ambientales y que dos de cada tres casos se podrían evitar.

### **¿Los médicos incluyen estos factores ambientales en sus diagnósticos?**

De momento es minoritario, esa es la lucha de la medicina ambiental, intentar que se reconozca. El Parlamento Europeo reconoció en 2009 la importancia de estos factores

ambientales para que se vayan integrando en todas las especialidades de la medicina, desde el endocrinólogo, hasta el neurólogo o el alergólogo. La medicina ambiental lucha por vincular estos tóxicos, que no sólo afectan a la naturaleza como hasta ahora han defendido los ecologistas. Nos hemos desvinculado tanto de la naturaleza y de los seres vivos, sin los que no podríamos existir, que parece que cuando hay un daño natural no nos va a afectar, es más, nosotros mismos estamos dañando a la naturaleza. Cuando nos quedemos sin agua, sin peces, sin plantas, ni abejas nos daremos cuenta de que dinero no se come. No es sólo que las plantas vayan a morir, sino que los humanos somos naturaleza y nos estamos dañando.

### **¿Cuántas personas estarían afectadas por enfermedades ambientales?**

No se han hecho estudios porque los síntomas muchas veces están enmascarados, pero se habla de un 15% de la población en diferentes grados. Por ello no se puede decir que la sensibilidad química múltiple (SQM) sea una enfermedad rara. Es más frecuente que la diabetes, que sufre entre el 5% y el 9% de la población. No es rara por la escasa frecuencia sino porque es poco conocida. Porque no se informa a la gente, hay demasiados intereses industriales creados. Pero los médicos ya están empezando a hablar de ello, de enfermedades como el autismo, por ejemplo, que hasta ahora se había asociado a la genética. En 1966 se daba un caso de autismo por cada 3.000 niños; ahora es uno por cada 86. Hablamos de causas epigenéticas, del medio, es decir que lo que bebemos, comemos y respiramos nos está afectando y puede provocar alteraciones. El medio está por encima de los genes y podemos causar muchas enfermedades que hace un tiempo parecía que eran genéticas, que uno venía con ese sello, y eso no es verdad, si fuera genético estaríamos en la misma cifra.

### **¿Qué países son más conscientes?**

Siento que en España está habiendo mucho movimiento, sobre todo en los medios de comunicación. Empezamos a ver que hay una cierta independencia, que se atreven a denunciar ciertas cosas sabiendo que no son fáciles de transmitir porque no se quiere que esto se conozca. En Alemania, Austria y Japón la sensibilidad química múltiple está reconocida como enfermedad y ahora luchamos para que se reconozca aquí. Yo tengo esperanza de que en España esto suene cada vez más y se pueda divulgar mejor. Estamos trabajando para unirnos a nivel europeo y crear un máster y ayudar a que los médicos lo conozcan.

### **¿Qué implica para los pacientes que no se les reconozca como enfermos?**

Es muy complicado. La mayoría de ellos llega aquí después de haber visto hasta 40 profesionales diferentes de la medicina, es algo muy duro porque hay mucha incompreensión. Las familias y amigos creen que se lo inventan, que exageran. Muchas veces se quedan solos, pierden amigos, trabajos, familia. Mucha gente está encerrada en sus casas con mascarillas. Sería mucho más fácil si se les reconociera. Muchos acaban en

el psicólogo, tomando antidepresivos...cuando en el fondo se les llama centinelas de la vida, como los pájaros que morían en las minas en Asturias cuando había escapes de gas grisú. Entonces los mineros salían porque sabían que después iban a morir ellos por la contaminación tan alta, era un aviso. A las personas con SQM se les llama así porque están dando la alarma: "cuidado, nuestros organismos no pueden más". Hay niños con mascarilla con siete y ocho años porque los tóxicos atraviesan la placenta y afectan a la leche materna.

### **Con el tratamiento adecuado, ¿se puede vivir normalmente?**

Yo soy un ejemplo vivo de ello, pero vivo en un sitio con el aire lo más puro posible, como comida ecológica, bebo agua limpia y tengo mucho cuidado con mi entorno. Pero trabajo, viajo, me muevo y convivo con muchas personas que pueden llevar muchos productos químicos.

### **Tratamiento contra la intoxicación**

"Lo primero es evitar los tóxicos ambientales en la casa y en la alimentación. Después valoramos qué daños han provocado esas sustancias en el organismo, qué focos hay dentro del cuerpo, como la boca, un lugar muy importante por los implantes, resinas, mercurio y metales", explica Calero. Una vez que se ha hecho el diagnóstico, "hay que reponer las disminuciones de muchos nutrientes que son necesarios para que el organismo funcione bien, a veces por vía intravenosa. Aplicamos saunas para ayudar a desintoxicar, realizamos pruebas cutáneas, medimos la sensibilidad a multitud de sustancias y aplicamos oxigenoterapia, una ayuda para que el cuerpo elimine lo que se ha quedado acumulado y recupere el equilibrio". La explicación de esta médico sobre las enfermedades ambientales es sencilla: "Simplemente, nos hemos acostumbrado a vivir con una cantidad de contaminantes que no pertenecen a la vida y que están alterando nuestra capacidad de atención, de memoria, de concentración, emocional... no tiene sentido".

SARA ACOSTA LANGA

<http://www.larevistaintegral.com/8481/%E2%80%9Cnuestros-cuerpos-no-estan-preparados-para-desintoxicar-los-100-000-quimicos-que-nos-rodean%E2%80%9D.html>