



Las sustancias químicas y su salud

¿Qué son las sustancias químicas?

Las sustancias químicas son los componentes básicos de todos los seres, vivos o inertes, que hay en la Tierra. Muchas sustancias químicas existen de forma natural en el medio ambiente y se encuentran en el aire, el agua, los alimentos y nuestras casas. Otras son sintéticas y se utilizan en productos de uso cotidiano como los medicamentos, las computadoras, los tejidos o los combustibles. Además, otras sustancias químicas no se fabrican intencionalmente sino que son subproductos derivados de los procesos químicos.

Muchas de las sustancias químicas que se utilizan para mejorar nuestra calidad de vida no son perjudiciales ni para el medio ambiente ni para la salud humana. Sin embargo, hay sustancias químicas que, en determinadas cantidades, pueden ser nocivas y sólo deben utilizarse cuando sus riesgos puedan controlarse adecuadamente.

¿Perjudican mi salud las sustancias químicas?

La mayoría de las sustancias químicas con las que nos encontramos de forma cotidiana no son nocivas para nuestra salud siempre y cuando actuemos con cautela. Por ejemplo, al seguir las instrucciones de los productos de uso doméstico podemos reducir en gran medida nuestra exposición a las sustancias químicas que pueden contener.

En Canadá existen numerosas leyes y normas para protegernos de los riesgos que representan las sustancias potencialmente nocivas. En la mayoría de los casos los niveles de sustancias químicas en el medio ambiente están muy por debajo de los límites en los que pueden ser nocivas. Sin embargo, en ciertas condiciones, las sustancias químicas pueden representar un riesgo para la salud humana. Ello depende del tipo de sustancia química, la cantidad de que se trate, la duración del tiempo de exposición y el momento en que una persona sea expuesta a la sustancia, así como el medio de exposición (es decir, los alimentos, el agua, el aire, etc.).

Algunas personas pueden mostrar mayor vulnerabilidad a la exposición a sustancias químicas debido a su fisiología, hábitos, situación geográfica o su entorno de vida o trabajo. Entre las personas vulnerables se encuentran los niños, las mujeres embarazadas y las personas mayores.

¿Cómo pueden afectar a mi salud las sustancias químicas nocivas?

En algunos casos la exposición a determinadas sustancias químicas puede causar serios problemas de salud. Estos efectos pueden clasificarse de este modo: *a corto plazo*, los que se producen de forma inmediata tras el contacto con la sustancia química; y *a largo plazo*, los que aparecen después de un período prolongado de tiempo. Los efectos en la salud a corto plazo normalmente se producen debido a un accidente o al uso incorrecto de un producto. Las quemaduras y el envenenamiento son ejemplos de efectos a corto plazo.

Los efectos en la salud a largo plazo normalmente se deben a la exposición a sustancias químicas nocivas en dosis muy pequeñas durante períodos de tiempo largos. Como efectos a largo plazo podemos destacar el cáncer y las repercusiones en diversos órganos del cuerpo humano. La exposición a determinadas sustancias químicas durante las primeras fases del desarrollo (como en los fetos o los lactantes) puede provocar defectos de nacimiento y problemas de desarrollo físico y mental en los niños, los cuales pueden proseguir en la edad adulta.

¿Qué puedo hacer para proteger mi salud?

Infórmese de los posibles riesgos para la salud medioambiental que pueden existir en su hogar o entorno, y tome las medidas necesarias para reducirlos. Existen diversas precauciones que usted puede tomar fácilmente para proteger su salud:

- Abra las ventanas para renovar el aire interior, ya que algunos objetos domésticos pueden liberar sustancias químicas en el aire;
- Ventile los colchones y otros muebles nuevos antes de utilizarlos y siempre que pueda, busque productos que produzcan emisiones ambientales bajas;
- Si vive en un barrio antiguo que pueda todavía tener instalaciones de plomo en las tuberías de agua potable, deje correr el agua del grifo por un espacio corto de tiempo antes de utilizarla para reducir la posible exposición al plomo;
- Asegúrese de que los niños utilicen materiales artísticos y para la artesanía no tóxicos, fabricados específicamente para niños;
- Guarde los productos químicos domésticos en sus envases originales;
- Guarde las pinturas, barnices y otros productos similares en sitios exteriores y alejados de la casa, y asegúrese de que estén guardados en envases adecuados;
- Mantenga todos los productos químicos y pesticidas fuera de la vista y el alcance de los niños y los animales, y asegúrese de que los cierres de seguridad funcionan bien;
- Utilice disolventes en zonas bien ventiladas y no mezcle nunca productos químicos ya que algunas mezclas pueden producir gases nocivos.

Las etiquetas con símbolos de peligro y advertencias de seguridad de los productos que contienen sustancias químicas proporcionan información que usted debe conocer para utilizar el producto de forma segura. Si hay algo que no entienda en las instrucciones del envase, póngase en contacto con el fabricante. Si sigue las instrucciones para un uso, almacenamiento y eliminación adecuados, puede reducir el riesgo de exposición a esas sustancias nocivas. Para más información, consulte el sitio web del Ministerio de Salud de Canadá en <http://www.hc-sc.gc.ca>.

¿Qué está haciendo el gobierno para proteger mi salud?

El gobierno de Canadá desempeña un papel fundamental en la protección de la salud de los ciudadanos canadienses frente a las sustancias químicas nocivas. En Canadá la fabricación, importación y uso de sustancias químicas están regulados por diversas leyes, como la *Canadian Environmental Protection Act, 1999* (Ley canadiense para la protección del medio ambiente, 1999), la *Hazardous Products Act* (Ley de productos peligrosos), la *Food and Drugs Act* (Ley de alimentos y drogas) y la *Pest Control Products Act* (Ley de productos antiparasitarios).

En 2006 el gobierno de Canadá inició el Plan de Gestión de Sustancias Químicas (*Chemicals Management Plan*) con el objetivo de fortalecer su papel en la protección de la salud de los ciudadanos canadienses y el medio ambiente contra la exposición a las sustancias químicas nocivas. Este Plan también proporciona financiamiento para actividades de investigación y control destinadas a proporcionar un mayor conocimiento acerca de los efectos de las sustancias químicas en la salud humana.

El 29 de enero del 2009 el gobierno presentó el proyecto de ley C-6, llamado *Canada Consumer Product Safety Act* (CCPSA) (Ley canadiense para la seguridad de los productos de consumo). Esta propuesta de ley constituye una herramienta legislativa importante destinada a sustituir la primera parte de la *Hazardous Products Act* y a modernizar nuestro sistema de seguridad relacionado con los bienes de consumo mediante la mejora de la capacidad del gobierno federal para tomar medidas cuando los bienes de consumo representen un peligro para la salud o la seguridad pública. El sitio web Healthy Canadians (www.healthycanadians.ca) proporciona información a los ciudadanos canadienses acerca de estas actividades, así como de otras medidas para fomentar la salud.

El gobierno de Canadá colabora muy estrechamente con las provincias y los municipios para contribuir a la reducción de los riesgos de las sustancias nocivas. Asimismo, dado que la contaminación no conoce fronteras, el gobierno de Canadá colabora con otros países para elaborar estrategias regionales e internacionales uniformes para la gestión segura de las sustancias químicas.

¿Dónde puedo obtener más información?

Si desea más información sobre el Plan de Gestión de Sustancias Químicas, incluyendo la lista de sustancias químicas que se están evaluando, consulte el sitio web:
<http://www.chemicalsubstances.gc.ca>.

Para más información sobre el retiro del mercado de alimentos y bienes de consumo y la salud en general, consulte el sitio web Healthy Canadians en: <http://www.healthycanadians.ca>.

También puede encontrar más información sobre muchas cuestiones de salud, incluso información acerca de sustancias químicas, en la página web del Ministerio de Salud de Canadá titulada *It's Your Health* en: <http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/iyh-vsv/index-eng.php>.