

Disruptors endocrins

Realitat, por i quimiofòbia

J. M. Mulet

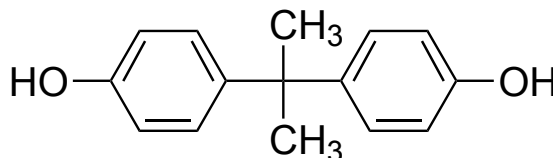
Institut de Biologia Molecular i Cel·lular de Plantes · UPV

Si algú vol espantar-te, només ha de dir dues paraules: disruptors endocrins. De sobte, qualsevol cosa que menges, beus o respires et transformarà en una mutació hormonal ambulat. Aparentment, vivim envoltats de substàncies diabòliques que alteren el nostre sistema endocrí com si foren els alquimistes del mal. Però, com sempre, val la pena preguntar-se: estem davant d'un perill real o, una vegada més, la por ven més que la ciència?

Els disruptors endocrins, per definició, són compostos químics sintètics que poden interferir amb el sistema hormonal, simulant o blocant l'acció de certes hormones. I heus ací la trampa. La definició deixa fora les substàncies naturals que poden tenir el mateix efecte, i es centra només en les artificials. I la pregunta incòmoda és: estem més exposats a disruptors endocrins o a molècules naturals amb capacitat d'interactuar amb el sistema endocrí? La resposta es clara. És la segona opció. Així que, si has estat un bevedor de cervesa, consumeixes begudes de soia o uses sabons o colònies d'espígol potser el teu sistema endocrí haurà rebut més disruptors que amb qualsevol envàs de plàstic.

Si has sentit parlar tant de disruptors endocrins i tan poc del seus equivalents naturals es perquè la por a la química és un negoci redó. A més, és un negoci còmode, perquè no cal demostrar res. Només cal insinuar que "hi ha estudis" (sense citar-ne cap) o que "la ciència encara no sap prou" (com si el desconeixement fora una prova de culpa). Per això, cada vegada que apareix un estudi que suggereix una possible relació entre un compost i una alteració hormonal, l'escàndol està garantit. Poc importa que l'estudi siga preliminar, fet amb ratolins amb dosis mil vegades superiors a les que ingerim diàriament o que no hi haja evidències epidemiològiques robustes en humans. Si pot generar titulars, servirà per a vendre llibres, cosmètics "lliures de química" i aliments "naturals" que, per descomptat, no tenen res de disruptors endocrins (o així ho diuen). Fa un temps va eixir un estudi que deia que els tiquets del supermercat eren cancerígens per tenir disruptors endocrins. Si fora cert, la gent que treballa en les caixes del supermercat tindria uns nivells de càncer de pell elevats... cosa que no succeeix, però cap periodista va preguntar.

Un exemple clàssic n'és el bisfenol A (BPA), un compost utilitzat en plàstics que s'ha demonitzat fins a l'extenuació. S'ha retirat de molts productes, no perquè hi haja proves irrefutables del seu



La història ha demostrat que la quimiofòbia, més que no protegir-nos, ens porta a decisions irracionals i a substituir productes segurs per alternatives tant o més perilloses.

perill, sinó perquè la pressió mediàtica ha estat insuportable. Ironícament, els substituïts del BPA sovint tenen estructures químiques similars i no hi ha proves que siguin més segurs. Però no importa: l'etiqueta *BPA-free* tranquil·litza els consumidors i això és el que realment importa als fabricants. Per fer-nos-en una idea, a les persones amb càncer de mama, o als joves en la pubertat, els desaconsellen, per precaució, que deixen de consumir begudes de soia, pel seu alt contingut en isoflavones (uns coneguts fitoestrògens amb capacitat d'activar el sistema hormonal), però no hi ha cap indicació mèdica que en aquests casos s'hagen de retirar les recaptures o els envasos de plàstic.

Així doncs, és cert que existeixen substàncies amb efectes hormonals i que poden influir en la salut si s'exposen a altes dosis. Però la història ha demostrat que la quimiofòbia, més que protegir-nos, ens porta a decisions irracionals i a substituir productes segurs per alternatives tant o més perilloses. Si realment volem protegir la nostra salut, hem d'escoltar la ciència, no les campanyes mediàtiques que viuen de vendre por. Perquè si un envàs "lliure de disruptors endocrins" et fa sentir més segur, recorda que la cervesa, la soia, l'espígol i fins i tot els teus propis estrògens endògens també fan "disrupció endocrina". I de ben segur que no deixaràs de menjar, beure o viure per això. Sigues feliç i preocupa't del que veritablement toca.