



Disruptores endocrinos y embarazo

by [Sonia Almela](#) on [24 octubre, 2019](#) in [Expertas del embarazo](#)

Para entender cómo funcionan los **disruptores endocrinos** y cómo afectan durante el **embarazo**, primero debemos saber cómo funciona el sistema endocrino. Este, también llamado sistema hormonal, regula las funciones vitales desde el desarrollo embrionario: es un complejo sistema de comunicación que mantiene la estabilidad del organismo.

¿Qué son los disruptores endocrinos? Los disruptores endocrinos son compuestos químicos que afectan de manera negativa el equilibrio de este sistema hormonal o endocrino a muy bajas concentraciones. Son capaces de suplantar a nuestras hormonas naturales y ocupar su lugar o bien pueden bloquear su efecto. Actualmente sabemos también que algunos efectos de los disruptores endocrinos se transmiten a las siguientes generaciones, por tanto, creo que es un tema lo suficientemente importante como para que le dediquemos unos minutos a informarnos.

¿Cómo llegan a nosotros? Podemos adquirir los disruptores endocrinos a través de la inhalación de partículas, ingesta de comida y agua contaminada, o a través de la piel por contacto (cosméticos, cremas solares, perfumes, desodorantes, champús, pasta de dientes...etc.)

Algunas de las consecuencias en nuestro organismo:

- Niveles hormonales en sangre anormales
- Reducción de la fertilidad
- Malformaciones congénitas
- Modificación del sistema inmunológico
- Cánceres en órganos reproductores femeninos y masculinos
- Malformaciones de trompas de Falopio, útero y cérvix
- Alteraciones de la densidad y estructura ósea

Si para un adulto estos compuestos son indeseables, imagina la influencia tan negativa que pueden tener en un bebé durante la **etapa más vulnerable** es su organismo. Es decir, durante el embarazo, la lactancia y hasta los [1.000 primeros días de un bebé](#). Los disruptores endocrinos son sustancias con una gran capacidad para provocar **efectos adversos** sobre la salud de una persona y su descendencia y la OMS ya reconoció en el 2013 que afectaban el desarrollo embrionario y fetal. Hemos leído estudios que han encontrado disruptores endocrinos en la orina de una mujer embarazada y en la leche que le da a su bebe incluso tres meses después de haber estado expuesta a un cosmético con parabenos.

Los 1.000 primeros días Las épocas más sensibles de un ser humano para recibir los **efectos adversos** de los disruptores endocrinos son desde la concepción de un bebé hasta los 1.000 primeros días, ya que el cerebro de la nueva criatura puede activar y desactivar mil conexiones neuronales cada segundo. La exposición del útero puede ocasionar ya efectos en el nacimiento, en la infancia, la adolescencia, la edad adulta o incluso en la vejez.

Algunos disruptores endocrinos que podemos encontrar en cosmética:

- Propilparabeno
- Butilparabeno
- Isobutilparabeno
- Octilmetoxicinamato OMC
- Bencilidenecanfor
- Metilbencilidenecanfor 4-MBC
- Benzofenona 3, BC3
- Triclosan
- Resorcinol

Y la pregunta del millón: ¿por qué los encontramos diariamente en productos habituales y no están prohibidos?

Bajo mi humilde punto de vista y el de mucha parte de la comunidad científica y asociaciones de endocrinología; porque las evaluaciones de toxicidad han quedado anticuadas. Por ello, es urgente implementar nuevos métodos de evaluación para que estas sustancias no alcancen el mercado. Muchas veces dibujar una línea recta entre una sustancia y la enfermedad no es tan fácil. Por tanto, urge aplicar por lo menos en estos momentos el principio de precaución. Este ha sido uno de los ejes principales para formular cada uno de los productos de Me and Me: crear una cosmética libre de disruptores endocrinos.

Bibliografía

- Endocrine topics. – <https://www.endocrine.org/topics/edc>
- The Endocrine Society's second Scientific Statement on Endocrine Disrupting Chemicals. – <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4702494/>
- The Exposure of Fetuses and Children to Endocrine Disrupting Chemicals. – <https://academic.oup.com/jcem/article/96/10/3056/2834871>
- Endocrine Disruptors and Autism Spectrum Disorder in Pregnancy. – <https://www.mdpi.com/2227-9067/5/12/157/htm>
- Libérate de los tóxicos Dr. Nicolás Olea. Catedrático de Radiología y Medicina Física de la Universidad de Granada – https://www.rbalibros.com/rba-no-ficcion/liberate-de-toxicos_4831
- Endocrine disruptor, a potential toxic hazard in consumer products. Eva María Moreno Márquez y Azucena Núñez Álvarez. Universidad de Huelva – <http://rabida.uhu.es/dspace/handle/10272/6143>
- Disruptores Endocrinos 1: tóxicos en la comida y productos de uso diario. Qué son y cómo nos afectan. Dr Lopez Heras. – <https://www.drlopezheras.com/2014/05/disruptores-endocrinos-toxicos-en-comida-cosmeficos.html>