

Químicos Tóxicos y el Embarazo: Enfoque en las sustancias perfluoroalquiladas (PFAS)

¿QUÉ SON LOS QUÍMICOS PFAS?

- las sustancias per y polifluoroalquiladas (PFAS, por sus siglas en inglés) son un grupo de químicos que pueden permanecer en el cuerpo humano y en el medio ambiente durante muchos años.
- las PFAS a veces se conocen como “los químicos para siempre.”
- las PFAS han sido encontradas en muchos productos de consumo y en algunos sistemas de agua potable en los Estados Unidos.

¿DÓNDE SE ENCUENTRAN LAS PFAS?

Los químicos PFAS se encuentran en muchos productos de uso diario como:

- empaques de comida resistentes a la transferencia de grasa (como cajas de pizza o bolsas de palomitas de maíz para microondas)
- utensilios de cocina antiadherentes
- telas, muebles y tapetes con telas resistentes al agua o a las manchas
- maquillaje y productos de cuidado personal que incluyan “fluoro” o “perfluoro”
- esmalte de uñas
- seda dental
- espuma contra incendios
- agua contaminada y alimentos cultivados en suelos o con aguas contaminadas.

¿Qué riesgos para la salud reproductiva están posiblemente asociados a la exposición a los PFAS?

Estudios revelan que la exposición a las PFAS en personas embarazadas puede aumentar los riesgos de:



aborto espontáneo



diabetes gestacional



disminución de la fertilidad



preeclampsia + presión alta

Algunos estudios indican que los niños expuestos a PFAS durante el embarazo, tienen mayor riesgo de:



sistema inmunológico debilitado



peso bajo al nacer



colesterol alto

**Los científicos aún están estudiando como estos químicos afectan la salud de quienes se exponen a ellos e investigaciones continúan hallando vínculos entre problemas de salud y la exposición a las PFAS.*



¿CÓMO SE ENCUENTRAN LOS BEBÉS EXPUESTOS A LAS PFAS?

- por medio de la placenta durante el embarazo
- por medio de la leche materna de personas expuestas a PFAS
- a través de fórmulas elaboradas con agua contaminada por PFAS

¿QUÉ MEDIDAS PUEDE TOMAR PARA LIMITAR SU EXPOSICIÓN A LOS QUÍMICOS PFAS?*

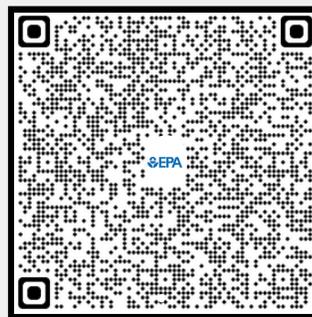
- procure reemplazar sus utensilios de cocina antiadherentes por otros de acero inoxidable o hierro fundido
- deshágase de sus utensilios de cocina en mal estado
- evite lavar los utensilios antiadherentes en el lavavajillas
- en lo posible, consuma alimentos no procesados y preparados en casa
- cuando consuma palomitas de maíz, prepare los granos en la estufa en lugar de usar bolsas para microondas
- evite las prendas de vestir, muebles o tapetes con telas resistentes al agua o a las manchas
- si su sistema de agua tiene niveles altos de PFAS, instale o use un sistema de filtración para remover estos químicos del agua que consume

**La CDC dice que la mayoría de las personas en los Estados Unidos, tienen uno o más PFAS en la sangre, ya que no es posible evitar las PFAS por completo. Sin embargo, es importante tratar de reducir la exposición a estos químicos, especialmente durante el embarazo.*

Resources for more information



Escanee para más información sobre las PFAS de la CDC Agencia para Sustancias Tóxicas y el Registro de Enfermedades.



Escanee para ver las respuestas de le EPA (Agencia de Protección Ambiental) sobre las PFAS en el agua potable.

Pregunte a su medico si tiene preguntas sobre algún producto en específico.

La información de los códigos QR solo en inglés.

Traducción en español, Laura Pinilla Mejia, CU CCCEH