

Setembre

2012



CONSELL DE COL·LEGIS
DE METGES DE CATALUNYA

Edita:

COL·LEGI
OFICIAL DE METGES
DE BARCELONA
CENTRE D'ESTUDIS COL·LEGIALS

30

Quaderns de la Bona Praxi

“El medi ambient
i la salut”



Col·legi Oficial de Metges de Barcelona
i

Centre d'Anàlisi i Programes Sanitaris

www.caps.cat

Quadern de la Bona Praxi
“El medi ambient i la salut”

Redacció i edició

Equip redactor: Centre d'Anàlisi i Programes Sanitaris

Josep Martí Valls. (Coordinador) .**Carme Valls Llobet. Clara Mestres Miserachs. Marc Homs Vallès.**

Aquest Quadern és un resum dels dos informes elaborats pel Grup de Medi Ambient i Salut (GMAS) del CAPS els anys 2010 i 2011 per encàrrec del Consell Assessor pel Desenvolupament Sostenible (CADS) de la Generalitat de Catalunya

Equip Consultor:

Pilar Arrizabalaga. Enric Aulí. Ferran Ballester. Francisca López. Julián Márquez. Eduard Rodríguez-Farré

Edita:

Col·legi Oficial de Metges de Barcelona

Index de Continguts

- Introducció
- Objectius del *Quadern*
- El medi ambient com a determinant de la salut
- La contaminació atmosfèrica
- El canvi climàtic
- La contaminació química
- Les radiacions no ionitzants
- Aplicacions mèdiques de les radiacions i la seguretat del pacient
- Recomenacions generals sobre medi ambient i salut
- Bibliografia (139 referències)

Objectius

- Fer visible **l'epidèmia invisible** que representa la contaminació del medi per a la salut.
- Volem que aquest *Quadern* sigui un **instrument de sensibilització, de coneixement i bona praxi dels metges i metgesses**, fonamentalment els clínics que dediquen la seva pràctica a atendre persones
- perquè puguin **donar resposta**, amb evidència científica quan n'hi hagi, **als problemes** i les preguntes dels seus pacients i orientar la seva tasca de formació i recerca.

Els determinants ambientals de la salut

Uno de cada cinco europeos muere de enfermedades asociadas a su entorno

La OMS alerta que los pobres están expuestos a cinco veces más a menudo a riesgos ambientales que los ricos

La Vanguardia. Salud | 14/02/2012

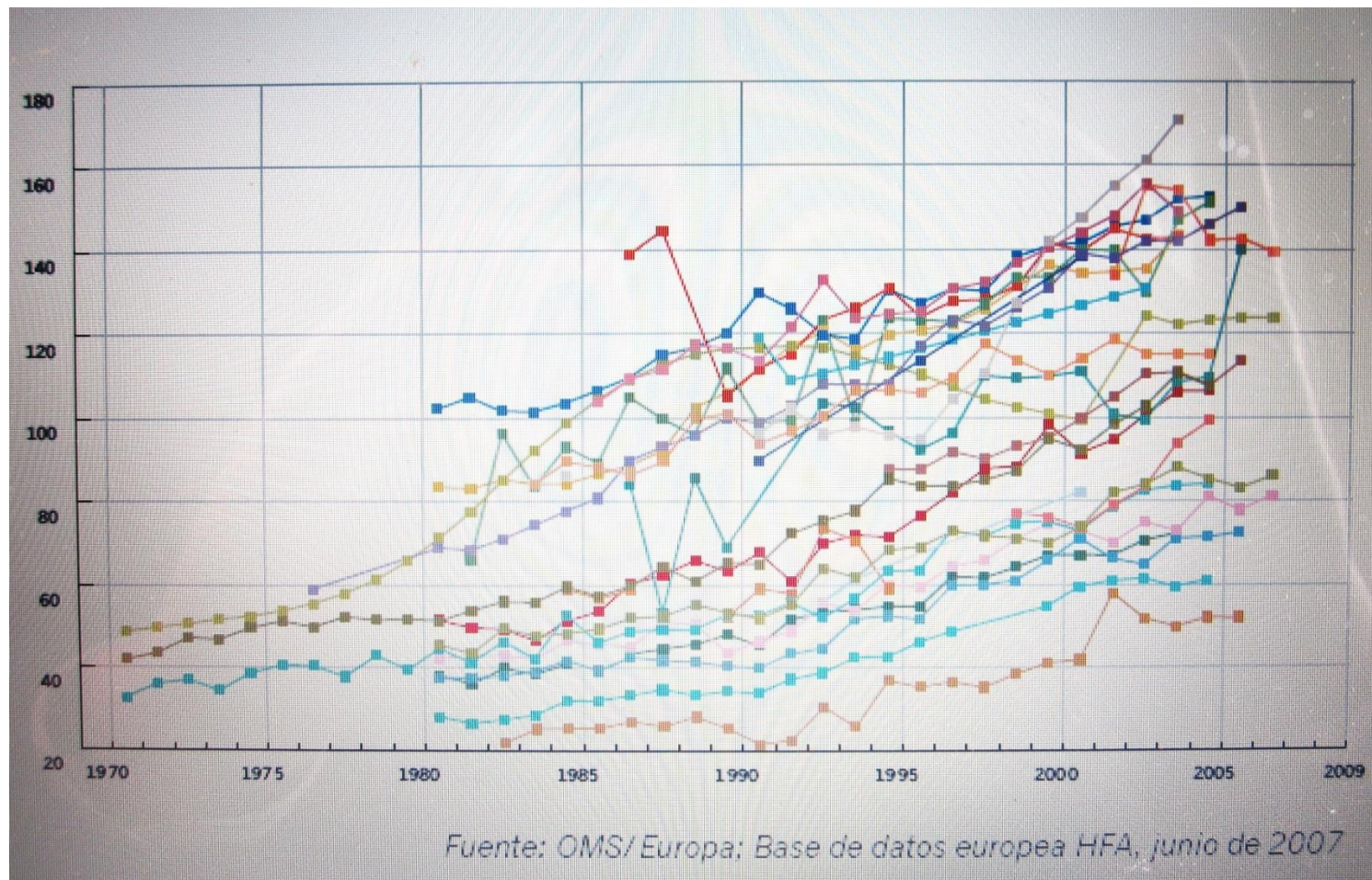
Exemple del Càncer de mama

Incidencia del cáncer de mama en Cataluña: análisis de la tendencia

Àngel Izquierdo, Juan R. Gonzálezb, Víctor Morenoc,d, Jaume Galcerane, Rafael Marcos-Grageraa, Ramón Clèriesc y Joan Borràse, *Med Clin (Barc)*. 2006;126(8):286-9

Les taxes d'incidència del càncer de mama augmenten un 2,4% cada any

Augment constant de les taxes d'incidència de càncer de mama a Europa



Un debat pendent



Noticias sobre contaminación atmosférica

- **Barcelona vuelve a incumplir los límites de contaminación en 2012 pese a reducirse la movilidad.** LA VANGUARDIA. 16/05/2013
- **La polución en el área metropolitana de Barcelona sobrepasó los límites en 2012.** EL PAIS. DAVID GARCIA. 16/05/2013

“para cumplir con los umbrales de contaminación en las zonas más problemáticas, el tráfico debería de reducirse a la mitad y eso es inviable”. (Directora General de Calidad Ambiental)

Recomanacions de bones pràctiques

SOBRE contaminació atmosfèrica i canvi climàtic

- La causa principal de la contaminació de l'aire a les grans ciutats és el trànsit. Una altra font de contaminació són les emissions d'indústries i serveis, la producció d'energia, les cimenteres, la crema de residus i biomassa, el port i els aeroports.
- És necessari destinar esforços i recursos a les mesures preventives. Això vol dir que s'han de treure molts cotxes de les ciutats i potenciar a la ciutat el cotxe elèctric o híbrid.
- Planificar l'urbanisme pensant en la disminució i pacificació del trànsit de vehicles, eixamplaments de les aceres, circumval·lacions, increment de zones per als vianants, carrils bici, rutes escolars a peu, increment de les zones verdes, etc.
- Estudiar la necessitat de restriccions de trànsit en zones puntuals de la ciutat, amb mesures dissuasòries o de prohibició segons la qualitat dels vehicles seguint el model de les Low Emission Zones. Promoure flotes de repartiment de mercaderies consorciades i amb combustibles nets.
- Limitar la velocitat del trànsit en zones d'elevada contaminació per PM i Nox (ciutats i zones metropolitanes de 30 a 60) a 80 km/h, o millor encara velocitat variable controlada.
- Cal exigir informes preceptius del Departament de Salut en llicències d'activitats potencialment contaminants. Fer complir la legislació i tancar les activitats contaminants
- Potenciar les energies realment renovables (solar, eòlica, geotèrmica) i l'eficiència energètica, així com la reducció del consum tant en l'àmbit domèstic com industrial i als serveis

Recomanacions de bones pràctiques SOBRE CONTAMINACIÓ QUÍMICA I

- Aplicar el concepte de producció neta
- Els riscos químics laboral estan lligats als ambientals i de salut pública; per això calen estratègies conjuntes de prevenció laboral i salut pública
- Caldria revisar el registre de malalties professionals i reconèixer tots els danys químics. Per a aquesta tasca, cal implicar activament la ciutadania, els tècnics, els sindicats i els empresaris.
- És necessari donar molta informació a la ciutadania sobre els riscos dels productes d'utilització quotidiana a la llar (neteja, desinfectants, insecticides, cosmètics, desodorants, additius, etc.) i obligar els fabricants a informar a l'etiquetatge dels productes dels compostos que poden ser perillosos per a la salut i el medi.
- Caldria incorporar la utilització de biomarcadors d'exposició, com a sistema de vigilància general o de grups de població específics (per exemple, criatures i embarassades).
- En les avaluacions d'impacte ambiental i als informes de noves activitats s'ha de incorporar sistemàticament les avaluacions de risc per a la salut; en el cas de no existir evidència científica suficient, però amb sospita fundada (predicció teòrica, toxicològica, etc.), caldrà aplicar el principi de precaució.
- Proposem continuar limitant la utilització d'insecticides i herbicides a l'agricultura, estimular la producció i el consum d'agricultura ecològica, i controlar la presència de parabens i altres tòxics als cosmètics i altres productes de la llar.
- Recomanem que els nous riscos per a la salut ambiental siguin incorporats a la formació dels professionals sanitaris i, especialment, als professionals d'atenció primària i als especialistes en ginecologia.

Recomanacions de bones pràctiques

SOBRE CONTAMINACIÓ QUÍMICA II

- Hi ha evidències que part de les persones afectades per fibromiàlgia, fatiga crònica i les que pateixen sensibilitat química múltiple han estat exposades a productes químics, insecticides, dissolvents, bifenils policlorats o altres productes orgànics persistents que alteren la salut de les persones per afectació del sistema nerviós central, disrupció endocrina i per alteració de la funció energètica de les mitocòndries.
- També hi ha evidències que la diabetis tipus II i l'obesitat tenen relació amb l'exposició a disruptors endocrins, fins i tot des de la vida fetal. Proposem que a Catalunya es compleixin els acords del Conveni d'Estocolm per a l'eradicació dels productes orgànics persistents i que s'extremi la vigilància dels nivells de disruptors endocrins a aliments, aigua i aire.
- Caldria incorporar a la història clínica dels pacients la història laboral, ambiental, domèstica i radiològica per poder tractar correctament patologies concretes i investigar-les.

Recomanacions de bones pràctiques

SOBRE RADIACIONS NO IONITZANTS I

- Reduir al màxim l'exposició a camps electromagnètics.
- Reconsiderar els nivells internacionals i aplicar els nivells més baixos per cobrir els efectes tèrmics i no tèrmics
- Realitzar campanyes d'informació adreçades sobretot a nens i joves.
- Protegir els electrosensibles i crear zones lliures de radiacions
- Atenció amb els telèfons sense fil i els monitors de nadons.
- Regular l'ús del mòbil a l'escola i fer la connexió a Internet amb cable.
- Acordar nous emplaçaments d'antenes de telefonia entre governs, residents i associacions.

Wi-Fi

- Substituir les xarxes Wi-Fi per cables de fibra òptica.
- Evitar les àrees amb Wi-Fi.
- Tenir-lo apagat quan no se'n faci ús.

Recomanacions de bones pràctiques

SOBRE RADIACIONS NO IONITZANTS II

- Usar el mòbil el mínim possible i millor utilitzar línies de cable
 - No utilitzar el mòbil com a despertador. Apagar el mòbil quan no se'n fa ús.
 - Utilitzar auriculars, funció altaveu o mans lliures quan es parla pel mòbil.
 - No portar el mòbil a la butxaca dels pantalons.
 - No parlar pel mòbil sempre pel mateix costat del cap.
 - Modular l'amplitud de la freqüència del mòbil.
 - Millor escriure un SMS en lloc de trucar
-
- Compartir una mateixa antena entre diverses operadores de telefonia.
 - Augmentar-ne la distància respecte als habitatges.
 - No situar-les a menys de 300 metres d'escoles i hospitals.
-
- Evitar situar la torre de l'ordinador i sistemes d'alimentació sota les cames.
 - Utilitzar pantalles de televisió i d'ordinadors de LCD i evitar-ne les de plasma.
 - Mantenir el dormitori lliure d'aparells elèctrics.
 - Desendollar els aparells elèctrics quan no se'n faci ús.

Aplicacions mèdiques de les radiacions ionitzants i la seguretat del pacient

- **En la utilització de la radiologia, TAC i els isotops radiactius. La informació i la seguretat del pacient es tan importants com l'ajuda al diagnòstic**
- **La decisió de realitzar un examen que comporta radiacions ha de ser conjunta metge-pacient i evidentment ha de ser clínicament pertinent**
- **Antecedents de radiacions anteriors seran molt importants. Per això serà útil la utilització del carnet d'història radiològica de cada pacient**

Recomanacions generals sobre medi ambient i salut

- 1. Cal fer visible l'epidèmia causada per la contaminació per poder fer-hi front.**
- 2. Pel fet que els determinants ambientals de la salut tenen causes econòmiques i socials, són necessàries mesures polítiques col·lectives i són les Administracions públiques les que s'han de fer responsables de la salut ambiental.**
- 3. És necessari un organisme que integri i coordini tots els serveis de diversos Departaments a Catalunya amb competències ambientals i les seves influències sobre la salut, sota la tutela de l'Agència de Salut Pública.**
- 4. Caldrà també un lideratge polític fort, amb el suport de la ciutadania.**
- 5. Cal impulsar la formació dels professionals sanitaris que en la creixent importància dels determinants ambientals de la salut**
- 6. Cal incorporar a la pràctica clínica diària (antecedents, història clínica, recerca, etc.), a més dels riscos en hàbits i pautes de conducta individual, els riscos ambientals i socials per a la salut.**
- 7. Cal fomentar d'una manera reglada la informació, la participació i la implicació de la ciutadania en les decisions sobre medi ambient sostenible i saludable.**

Moltes gràcies