

Malalties ambientals

A banda de les malalties ambientals aquí enumerades, Fibromiàlgia, Encefalomièlitis Miàlgica/Síndrome de Fatiga Crònica, Sensibilitat Química i Ambiental Múltiple i Electro Hipersensibilitat, ¿quines altres condicions podem considerar malalties ambientals? Veiem-ne uns exemples:

Al·lèrgies i asma

Als Estats Units, aproximadament 50 milions d'habitants - - una de cada cinc persones - pateixen al·lèrgies. Esternuden, els hi goteja el nas i els piquen o ploren els ulls a causa del pol·len, la pols i d'altres substàncies. Alguns pateixen atacs sobtats que els deixen sense alè i respirant amb dificultat. Això s'anomena asma al·lèrgica. Els atacs d'asma sovint succeeixen després de períodes de molt exercici o quan les condicions climàtiques canvien de manera sobtada. Algunes poden ser provocades per contaminants o d'altres substàncies químiques en l'aire i la llar. Els metges poden fer proves per tal de veure quines substàncies causen les reaccions. També poden receptar medicaments que alleugin els símptomes. Si voleu més informació sobre l'asma, cliqueu aquí.

Anomalies congènites

Sovint, quan les dones embarassades s'exposen a substàncies químiques o beuen moltes begudes alcohòliques, les substàncies nocives arriben al fetus. Alguns d'aquests nadons naixeran amb desenvolupaments anormals d'òrgans, teixits o parts del cos. Les anomalies congènites també poden esdevenir-se si les futures mares prenen aspirina o fumen cigarrets. Cada any, als Estats Units, uns 150 000 nadons neixen amb algun tipus d'anomalia. Moltes es podrien haver evitat.

Càncer

El càncer s'esdevé quan una cèl·lula o un grup de cèl·lules comença a multiplicar-se més de pressa que de costum. Aquestes cèl·lules cancerigenes afecten els òrgans i els teixits del cos quan s'escampen. Amb el temps, els òrgans ja no poden desenvolupar les funcions normals. Més de 8 milions de ciutadans dels EE UU pateixen de càncer. Alguns d'aquests càncers estan causats per substàncies del medi ambient: fum de cigarretes o cigars, asbest, radiació, substàncies químiques naturals o fetes per l'home, alcohol i llum solar. És possible

reduir el risc de contreure un càncer, quan la persona limita la seva exposició als agents nocius.

Dermatitis

La dermatitis és la denominació mèdica per a la pell inflamada i irritada. Molts hem patit una erupció que pica i supura perquè hem fregat una heura o un sumac metzinós. Algunes de les substàncies químiques que componen pintures, tints, cosmètics i detergents també poden causar urticàries i butllofes. El vent i el sol ressequen la pell. Els teixits, els aliments i alguns medicaments també poden ocasionar reaccions inusuals en algunes persones. Podem protegir-nos contra l'heura metzinosa seguint aquest senzill precepte: "No toqueu fulles que creixen de tres en tres." Apreneu allò que és verinós al vostre ambient.

Emfisema

La contaminació de l'aire i el fum de la cigarreta poden destruir els teixits susceptibles dels pulmons. Quan passa això, els pulmons ja no poden expandir-se i contreure's correctament. Aquesta condició s'anomena emfisema i al voltant de dos milions de nord-americans la pateixen. Per aquests pacients, cada aspiració és enormement treballosa. Fins i tot l'exercici moderat resulta difícil de fer. Alguns malalts d'emfisema tenen que respirar con l'ajuda d'un tanc d'oxigen.

Infertilitat

La fertilitat és la capacitat de concebre fills. No obstant, una de cada vuit parelles té algun problema. Això passa quan una dona no és capaç d'ovular o quan un home no produeix prou espermatozoides. La infertilitat pot ser el resultat de malalties de transmissió sexual, d'infecció o per contacte amb substàncies químiques a la feina o al medi ambient. Els investigadors del Instituto Nacional de las Ciencias de Salud Ambiental (NIEHS), han demostrat que un excés de cafeïna en la dieta pot reduir temporalment la fertilitat en les dones. Els científics del NIEHS també han establert els dies en que una dona té més probabilitat de concebre.

Goll

De vegades les persones no absorbeixen una quantitat suficient de iode dels aliments que ingereixen. Això causa que una petita glàndula, anomenada glàndula tiroïdal o tiroides, augmenti de tamany. Pot créixer tant que sembla una pilota de beisbol al coll. Això s'anomena goll. Com que la tiroides controla funcions tan fonamentals com el creixement i l'energia, el goll pot provocar una ampla gamma d'efectes. Alguns

malalts de goll se sentirien més nerviosos i inquiets que de costum. D'altres tendeixen a sentir-se ensopits i apàtics. El goll és ara minoritari, perquè els funcionaris de salut pública decidiren que tota la sal que consumim ha de contenir iode.

Malalties cardíques

Més d'un de cada quatre nord-americans pateix malalties cardíques i vasculars. Aquestes malalties causin gairebé la meitat de totes les morts als Estats Units. Tot i que en part, podrien ser el resultat de mals costums alimentaris i/o manca d'exercici, les substàncies químiques de l'ambient també exerceixen un paper important. Encara que el fetge transforma la majoria de les substàncies químiques que entren al cos en substàncies inofensives, algunes es converteixen en partícules anomenades radicals lliures, que poden reaccionar amb les proteïnes de la sang per a formar dipòsits grassos anomenats plaques; aquestes plaques, tanmateix, clouen els vasos sanguinis. Aquesta oclusió pot bloquejar el flux de sang i causar un atac de cor o infart.

Malalties de la immunodeficiència

El sistema immune batalla contra microorganismes, virus i verins que ataquen el cos. El sistema consta de glòbuls blancs i d'altres cèl·lules guerreres. Quan una partícula estranya entra al cos, aquestes cèl·lules rodegen i destrueixen "l'enemic." Tots hem sentit a parlar del SIDA i el dany que causa al sistema immune. Algunes substàncies químiques i fàrmacs poden també debilitar el sistema immune malbaratant aquestes cèl·lules especialitzades. Quan passa això, el cos queda més vulnerable encara a les malalties i infeccions.

Malalties laborals

En qualsevol feina es corre algun risc. Fins i tot un escriptor pot tallar-se amb un full de paper. Però ¿sabia vostè que a prop de 137 persones moren cada dia per malalties laborals? Aquesta xifra es més de vuit cops el número de persones que mor per accidents de treball. Moltes d'aquestes malalties són provocades per substàncies químiques o d'altres agents que es troben al lloc de treball. Les fàbriques i els laboratoris poden produir substàncies químiques, tints o metalls tòxics. Metges i altres a les clíniques i hospitals han que treballar amb la radiació. Les persones que feinegen en aeroports o que toquen música en concerts de rock poden patir pèrdua d'audició causada pel soroll excessiu. Algunes feines impliquen extrems de calor o de fred. Els treballadors poden protegir-se d'aquests perills utilitzant roba especial,

ulleres protectores, guants, taps per les orelles i d'altres equips protectors apropiats.

Malalties renals

Al voltant de 3.5 milions de persones als Estats Units pateixen malalties dels ronyons. Es poden incloure des de infeccions senzilles fins una aturada total de la funció renal. Les persones amb insuficiència renal no poden eliminar els tòxics i rebuigs del cos -- depenen de costoses màquines filtradores de sang para mantenir-se vives. Algunes substàncies químiques de l'ambient poden provocar danys als ronyons. Alguns fàrmacs no receptats, presos amb massa freqüència, poden també danyar els ronyons. Llegeixi amb cura les etiquetes de tots els fàrmacs i utilitzi'ls únicament com s'indica.

Enverinament per plom

De vegades, nadons i infants recullen del terra i es fiquen a la boca closques de pintura i d'altres objectes que contenen plom. La pols, l'aigua i els gasos contaminats amb plom també serveixen per introduir el plom al cos. Aquest metall pot danyar el cervell, els ronyons, el fetge i altres òrgans. L'enverinament greu per plom produeix mals de cap, rampes, convulsions i de vegades, la mort. Fins i tot en petites quantitats, pot causar problemes de aprenentatge i canvis sobtats en el comportament. Els metges, amb una anàlisi de sang, poden determinar la presència de plom i recomanar mesures per tal de reduir el contacte amb ell.

Enverinament per mercuri

El mercuri és un metall platejat, extremadament verinós. Quantitats molt petites poden danyar els ronyons, el fetge i el cervell. Anys enrera, els treballadors de les fàbriques de barrets quedaven enverinats per haver inhalat els gasos de mercuri que s'usaven para donar forma als barrets. Ara, l'enverinament per mercuri, generalment resulta de menjar peix contaminat i d'altres aliments que contenen petites quantitats de compostos de mercuri. El cos no pot desfer-se del mercuri, per tant, es va acumulant a poc a poc als teixits. Amb el temps, si no es tracta, l'enverinament per mercuri pot causar dolor, entumiment, músculs dèbils, pèrdua de la vista, paràlisis i fins i tot la mort.

Trastorns del sistema nerviós

El sistema nerviós, inclou el cervell, la medul·la espinal i els nervis, controla els nostres pensaments, sentiments, moviments i comportament. El sistema nerviós consta de milers de milions de cèl·lules nervioses que porten missatges i instruccions del cervell i la medul·la espinal cap a d'altres parts del cos. Quan aquestes cèl·lules queden malmeses per substàncies químiques tòxiques o per lesions o malalties, aquest sistema d'informació falla. Això pot provocar trastorns que inclouen des de canvis d'humor i pèrdua de memòria fins a ceguesa, paràlisi i mort. L'ús correcte de dispositius de seguretat, tals com cinturons de seguretat, seients de seguretat per infants i cascos per anar en bicicleta poden evitar lesions i salvar vides.

Osteoporosi

Quan el cos ja no pot proporcionar prou calci, els ossos es tornen porosos i fràgils. S'anomena osteoporosi. Uns 25 milions de nord-americans pateixen d'algun tipus d'afectació òssia. Amb l'envelliment, són més comuns els problemes del dors i els ossos de l'espinada dorsal, els malucs i els canells es trenquen més fàcilment. La gent jove pot reduir la possibilitat de contreure osteoporosi en la tercera edat, fent exercici i menjant aliments rics en calci, com la llet i el iogurt.

Neumoconiosi

La pols comuna de la casa i del jardí, no són un perill greu per la salut. Tanmateix, algunes partícules transportades per l'aire poden ser molt perilloses. Inclouen fibres d'asbest, cotó i canem i pols de compostos com silici, grafit, carbó, ferro i argila. Aquestes partícules poden danyar els teixits pulmonars susceptibles, fent que teixits sans es converteixin en teixits cicatricials. Aquesta condició s'anomena neumoconiosi. Els dolors toràcics i la falta d'alè sovint tornen en bronquitis, emfisema i/o mort prematura. Una ventilació apropiada i l'ús de màscares protectores pot reduir enormement el risc de les malalties pulmonars.

Febre de Queensland

És poc comú contreure una malaltia per contagi amb animals de granja. No obstant, aquells qui treballen amb cuir i productes animals poden emmalaltir per inhalar la pols infectada que els envolta. La malaltia s'anomena febre de Queensland perquè fou descoberta i identificada entre els ramaders i productors de llet de Queensland, Austràlia. Aquesta febre està provocada per un microorganisme que infecta el ramat i després s'escampa en la llet i els excrements. Els símptomes en l'home, inclouen febre, calfreds i dolors musculars. Els investigadors han

desenvolupat vacunes per tal de protegir els treballadors pecuaris contra aquesta malaltia.

Trastorns de la reproducció

Des de finals de 1940, tota dona que es trobés en perill de perdre el seu nadó no nat, rebia, sota recepta mèdica, una hormona femenina sintètica anomenada dietilestilbestrol. El 1971, els científics van descobrir que algunes de les filles d'aquestes dones estaven contraent un càncer molt rar dels òrgans reproductors. Des de llavors, s'ha deixat de banda l'ús del dietilestilbestrol i de d'altres hormones sintètiques durant l'embaràs. El NIEHS i d'altres dependències governamentals estan investigant la possibilitat que algunes substàncies químiques naturals i plaguicides fabricats podrien estar causant problemes similars. S'ha trobat que algunes d'aquestes substàncies químiques són tan similars a l'estrogen femení que realment "imiten" aquesta hormona tant important; i així, interfereixen amb el desenvolupament dels òrgans reproductors tant masculins com femenins. Això comporta el risc d'una pubertat precoç, baix número d'espermatozoides, quists ovàrics i càncer de mama o de testicles.

Càncer de pell i cremades pel sol

Quasi bé tots hem romàs massa temps al sol i ens hem cremat. Estar exposat al sol en excés pot produir un dels càncers més comuns -- el de pell. Alguns càncers són de fàcil tractament perquè no s'estenen més enllà del teixit epidèrmic. No obstant, existeixen d'altres, com el melanoma, que són molt més perillosos perquè s'estenen també per altres parts del cos. El número de persones que mor per melanoma augmenta en un 4% per any. Les persones poden protegir-se contra els raigs del sol fent servir barrets, locions bloquejadores o roba protectora i, en la mesura possible, no sortir al sol entre les 10 a.m. i les 2 p.m.

Càries dentals

Al 1930, els experts de la salut pública van adonar-se que la gent que vivia en zones on l'aigua contenia substàncies químiques naturals anomenades fluorurs, tenia menys càries. Avui en dia, gairebé la meitat de tota la població de Estats Units, beu aigua amb fluorització natural o bé és tractada amb fluor. Això ha reduït la incidència de càries almenys un 65%. Els dentistes també poden protegir dents joves, cobrint-los amb revestiments especials que actuen de segellants.

Enverinament per urani

L'urani és un element radioactiu extremadament perillós. Emet partícules altes en energia que poden travessar el cos i danyar el teixit viu. Una sola dosi gran de radiació pot matar. Moltes dosis petites al llarg d'un període de temps també poden causar greus danys. Per exemple, els miners que estan exposats a la pols d'urani tenen una probabilitat més alta de contreure càncer de pulmons. L'enverinament per urani també pot danyar els ronyons i interferir amb l'habilitat del cos per combatre infeccions. Tot i que molta gent mai tindrà contacte amb l'urani, aquells qui treballen amb radiografies mèdiques o amb compostos radioactius, també corren riscos. Han d'equipar-se amb escuts o davantals de plom i seguir les directives de seguretat que es recomanen per tal de protegir-se contra l'exposició innecessària.

Problemes des ulls

Els nostres ulls són molt sensibles al medi ambient. Els gases que es troben a l'aire contaminat poden irritar els ulls i produir una sensació de cremor. Partícules diminutes al fum o al sutge poden provocar coïssor o envermelliment dels ulls. Alguns organismes transportats per l'aire, com el florit i els fongs, ocasionen infeccions de les parpelles i els ulls. L'exposició en excés als raigs solars condueix finalment a un obscuriment de la lent òptica anomenada cataracta.

Malalties transmeses per l'aigua

Els rierols, rius i llacs més transparents poden contenir contaminants químics. Metalls pesants, com el plom i el mercuri, poden ocasionar danys greus als òrgans. Algunes substàncies químiques interfereixen amb el normal desenvolupament d'òrgans i teixits i ocasionen anomalies congènites, d'altres tornen canceroses les cèl·lules sanes. Alguns corrents d'aigua també contenen bacteris de les deixalles humanes i animals i poden produir febres altes, rampes, vòmits i diarrea.

Xeroderma pigmentosum

El xeroderma és una condició rara que s'hereta dels pares. Quan les persones que ho pateixen s'exposen a la llum solar directa, desenvolupen a la pell petites taques brunes que s'assemblen a les pigues. Però si no es tracta les taques poden tornar-se úlceres canceroses i un metge haurà d'extirpar-les.

Enverinament per "yusho"

Al 1968, més de mil persones a l'oest del Japó, emmalaltiren greument. Patien fatiga, mal de cap, tos, entumiment de braços i cames i nafres inusuals a la pell. Les dones embarassades van donar a llum nadons amb anomalies congènites. Aquestes persones havien menjat aliments cuinats amb un oli d'arròs contaminat. Sembla ser que durant el procés d'elaboració unes substàncies químiques tòxiques anomenades bifenils policlorats o PCB van entrar accidentalment a l'oli. Els perits en salut anomenen ara aquesta malaltia enverinament per "yusho," que en japonès significa "la malaltia de l'oli."

Durant molts anys, es van utilitzar els PCB en molts processos de manufactura de pintures, plàstics i equips elèctrics. Quan els científics s'adonaren que nivells baixos de PCB matava els peixos i altres faunes, es va reduir notablement l'ús. Els PCB però, ja s'escolaven a l'ambient per mitjà dels indrets de disposició final de deixalles i d'altres fonts. Avui en dia, petites quantitats d'aquests compostos encara estan a l'aire, l'aigua, el sòl i en alguns dels aliments que mengem.

Carència de zinc i enverinament per zinc

El zinc és un mineral que el cos necessita per funcionar correctament. En casos molt rars, la gent pot enverinar-se si els aliments o begudes que ingereix contenen zinc en excés. Tanmateix, la majoria de les persones poden ingerir grans quantitats de zinc sense cap efecte advers. Les persones que viuen en regions on la nutrició és problemàtica, poden tenir manca de zinc degut a la dieta que porten. Això pot comportar creixement retardat, nafres a la pell, calvície, infertilitat i menor resistència a les infeccions.

Font: [NIEHS](#)