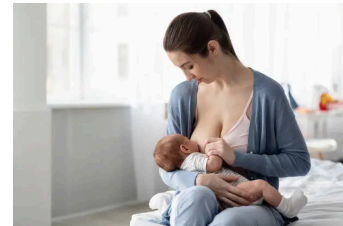




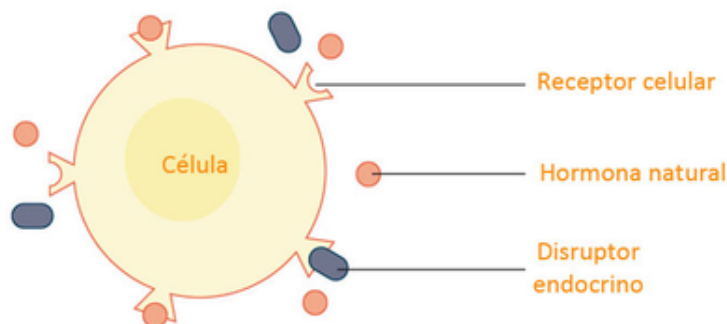
¿SABES QUÉ SON LOS DISRUPTORES ENDOCRINOS?

¿Sabes lo importante que es evitarlos durante el embarazo y la lactancia?



¿Qué es un disruptor endocrino?

Cualquier sustancia que se comporta como una "falsa hormona" y puede ocasionar alteraciones a medio-largo plazo en la salud de las personas expuestas.



<https://www.terra.org/categorias/articulos/disruptores-endocrinos-la-contaminacion-invisible>

¿Y qué importancia tienen en el embarazo o durante la lactancia?

Durante la vida fetal y la lactancia, es importante evitarlos porque son momentos vitales en el desarrollo del bebé

¿Qué podrían inducir?

Pubertad precoz en niñas, anomalías genitales congénitas en niños, problemas de fertilidad, alteraciones metabólicas (diabetes, obesidad...), enfermedades cardiovasculares, algunos tipos de cánceres...

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38780942/>

<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-internacional-andrologia-262->

¿Dónde los encontramos?

Suelen estar presentes en productos de cosmética e higiene personal, de limpieza y de uso cotidiano en la cocina: Parabenos, bisfenoles, DDT, BPA, Ftalatos, poliestirenos, filtros UV, PFOA, alquilfenoles...

¡Mira las etiquetas!

¿Qué podemos hacer para reducir la exposición?





¡Mira las etiquetas!

¡Infórmate bien y escoge los productos adecuados!

¡No todas las sustancias químicas son perjudiciales ni todas las naturales son inocuas!

Sé consciente del riesgo y opta por proteger tu salud y la de los tuyos.