



Sin salud ambiental no hay buena salud, echa un ojo a los tóxicos que te rodean



Con motivo del Día Mundial de la Salud Ambiental, que se celebró el 26 de septiembre, la Coalición Nacional para la Fibromialgia, Síndrome de Fatiga Crónica, Sensibilidad Química Múltiple y Electrohipersensibilidad (CONFESQ) reivindica la importancia de reducir los tóxicos ambientales.

Los tóxicos no están sólo en el aire libre por llamarlo de alguna manera, aunque esté lleno de partículas invisibles de contaminación que asfixian nuestra salud. Tampoco te creas que la salud de tu dulce hogar tiene mucho mejor ambiente. Basta escuchar al gurú oficial de la toxicidad: Nicolás Olea, en alguno de sus videos de youtube, Instagram o leer alguno de sus libros.

Si quieres profundizar en el tema síguelo la pista. No es ningún conspiranoico cualquiera, es catedrático de Radiología y Medicina Física de la de la Universidad de Granada y reconocido experto y reputado investigador en salud y medio ambiente . Se lo sabe casi todo.

CONFESQ reivindica la reducción de los tóxicos ambientales como una medida clave para proteger la salud de toda la población

Esta Coalición insiste en la necesidad de avanzar hacia entornos más saludables y seguros para todos, reforzando la prevención, la investigación y la educación ambiental.

Es necesario abordar el impacto de los contaminantes cotidianos en la salud y presentar iniciativas de sensibilización a la población como medida de prevención sanitaria.

En este sentido, ConfesQ hizo un llamamiento al centro de políticas públicas de prevención sanitaria bajo el enfoque One Health que reconoce la estrecha relación entre salud humana, salud animal y salud de los ecosistemas naturales



Su presidenta, María López , destacó la importancia que tiene: “ la exposición continuada a sustancias químicas presentes en numerosos productos y espacios de nuestra vida cotidiana. Porque puede afectar al bienestar de toda la población y resultar especialmente perjudicial para las personas que conviven con enfermedades crónicas y patologías relacionadas con factores ambientales ”.

Este nuevo libro de Nicolás Olea es de obligada lectura para prevenir las exposiciones a disruptores endocrinos y otras sustancias cancerígenas de elevada toxicidad . Tenemos que estar bien informados y educar a nuestras familias en la prevención.

Os recomiendo ver este video Podcast con algunas de las “80 recomendaciones para evitar Los Tóxicos” (Integral Ediciones) . Así podrás prevenir algunos trastornos endocrinos derivados del uso de plásticos y microplásticos que nos rodean en la vida diaria.

La Jornada que se celebró el 24 de septiembre a las 12:00 horas en la Biblioteca Elena Fortún (Calle Doctor Esquerdo 189. Madrid) fue jornada muy divulgativa. Por supuesto, contó con la participación de Nicolás Olea que presento su libro durante el acto y en segundo lugar.

En primer lugar, Carina Escobar, presidenta de la Plataforma de Organizaciones de Pacientes (POP) inauguró la jornada que puedes ver en el primer video. Allí puedes ver todo el acto completo con la presentación en primer lugar del ‘ Libro verde: Adaptación del puesto de trabajo para personas con SQM y EHS’, editado por CONFESQ, con el apoyo de COCEMFE y Fundación ONCE

La salud ambiental es ya una cuestión de salud pública

Para esta agrupación de enfermedades y pacientes, la creciente presencia de contaminantes químicos en el entorno es todo un desafío de salud pública. Es urgente una mayor sensibilización social, desde aquí apoyamos todas las ponencias de esta interesante jornada. Porque hay evidencias científicas sólidas que señalan a numerosos factores ambientales . Es un hecho contrastado que influyen como agente nocivos tanto en la aparición como en el agravamiento de determinadas enfermedades y síntomas, especialmente en colectivos vulnerables.

“ Nuestra salud no depende únicamente de la genética o de los hábitos de vida. También está condicionada por el aire que respiramos, los productos que utilizamos o los espacios en los que vivimos. Reducir la exposición a contaminantes ambientales es una medida beneficiosa para toda la ciudadanía y puede contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas con enfermedades crónicas “, señala CONFESQ.

La coalición recuerda que pequeñas acciones cotidianas pueden ayudar a disminuir la exposición a determinados contaminantes presentes en los espacios interiores, como ventilar adecuadamente las viviendas, priorizar la limpieza con aspirador frente al barrido o reducir el uso innecesario de productos químicos para la limpieza.

Sobre CONFESQ

CONFESQ es la Coalición Nacional Española de Fibromialgia, Encefalomielitis Miálgica/Síndrome de Fatiga Crónica (EM/SFC), Sensibilidad Química Múltiple y Sensibilidad Electromagnética . Es una

PUBLICACIÓN: Bellezapura.com

PAÍS: ESP

TIPO: Web

AVE: €54.00

AUDIENCIA:

AUTOR:

URL: www.bellezapura.com



> 28 de septiembre de 2026 a las 0:23

> [Versión en línea](#)

asociación sin ánimo de lucro que representa a más de 50 organizaciones. Nuestro objetivo es defender los derechos e intereses de los pacientes y sus familiares.

Más información en www.confesq.org/