



# Este pez tiene mercurio (y usted)

- ▶ La contaminación del pescado cuestiona la recomendación de consumo regular
- ▶ Compuestos cotidianos afectan al desarrollo cognitivo o al sistema reproductor

MÓNICA G. SALOMONE

"De todos los animales, el que tiene ahora más contaminantes en el cuerpo eres tú", dice Nicolás Olea, de la Universidad de Granada, uno de los pioneros en España en investigar presencia de contaminantes en el organismo. La afirmación suena efectista, pero el mensaje está claro: durante nuestra larga vida los humanos acumulamos compuestos químicos persistentes que aderezan nuestra dieta, contaminantes que nuestra propia actividad industrial ha generado. Y ahí se quedan, en un organismo que no los sabe eliminar. Es más, han entrado en la especie humana para quedarse. Las madres los transmiten a través de la placenta y de la leche materna, así que los bebés los incorporan de serie. ¿Qué efecto tienen? Hay cada vez más evidencias de que muchos inciden desde en el desarrollo cognitivo hasta en la fertilidad, incluso a dosis bajas.

Hace ya tiempo que se conoce la toxicidad de muchos de estos compuestos, y por ejemplo en el caso de las dioxinas, los bifenilos policlorados (PCB) o los metales pesados, su uso in-

dustrial o su liberación al medio se han regulado. Pero no por ello han desaparecido del entorno. Están en la cadena alimentaria, atrincherados sobre todo en los tejidos grasos; cuanto más viejos sean los animales que comemos, y más grasos, más contaminados. Los peces predadores, como el tiburón o el emperador, pueden llevar más de diez años almacenando metilmercurio, la forma más tóxica del mercurio, antes de llegar al plato.

Además hay compuestos más modernos y de uso muy común en la vida cotidiana, como los ftalatos —usados en plásticos blandos, por ejemplo para juguetes infantiles—, los compuestos bromados —en tejidos y ordenadores, para evitar incendios— o el bisfenol A, cuyos efectos sobre la salud preocupan.

Organizaciones ecologistas y expertos llevan tiempo dando la voz de alarma, con algunos resultados. La Comisión Europea anunció hace una semana que a partir de 2011 se prohíbe el bisfenol A en biberones, decisión que Estados Unidos tomó ya hace un año. John Dalli, comisario europeo de salud, declaraba que "nuevos estudios demostraban que el bisfenol A podría afectar

al desarrollo, la respuesta inmune y la generación de tumores". En contacto con líquidos calientes este compuesto se separa del plástico, en especial si los biberones no son nuevos. Para Olea la prohibición "es una fantástica noticia, pero ¿por qué han tarda-

### La mayoría de alertas de la Agencia Española fueron por estos animales

### Cuanto más viejos y grasos sean, más afectan al organismo humano

do tanto? Sabemos cómo actúa este compuesto desde 1936".

¿Cuántos contaminantes exactamente nos comemos? José Luis Domingo, del Laboratorio de Toxicología y Salud Medioambiental de la Universidad Rovira i Virgili, y Joan María Llobet, de la Universidad de Barcelona, llevan desde el año 2000 analizando los alimentos de la cesta de la

compra promedio en Cataluña. Su tercer informe está casi a punto. Toman las muestras escogiendo como lo haría un consumidor medio, y miden ocho contaminantes más metales pesados. Luego cruzan los datos con los de consumo de los catalanes y obtienen la ingesta de un consumidor medio.

Hay algunas buenas noticias: "Se nota el descenso de algunos contaminantes en el ambiente, como el plomo, que ya no se usa en las gasolineras, o las dioxinas y los PCB", señala Domingo. Llobet recuerda que "lo que emitimos al ambiente vuelve a nosotros; si el ambiente está más limpio, los alimentos también".

El punto negro está sobre todo en el pescado y el marisco, alimentos en que las concentraciones no bajan. De hecho, si bien la ingesta media de todos los compuestos está por debajo de los niveles de seguridad establecidos por la Organización Mundial de la Salud (OMS), el estudio de 2007, que publica la Agencia Catalana de Seguridad Alimentaria (ACSA), revela que los niños y niñas superan por poco este nivel, y las mujeres prácticamente lo alcanzan. Se remite en el texto a las recomen-

daciones de la UE: los niños pequeños, las mujeres embarazadas o que deseen concebir y las que estén amamantando no deberían comer más de 100 gramos semanales de pez espada o tiburón, dosis que excluyen más pescado esa semana. El atún, no más de dos veces por semana. Europa no es la única en emitir estas recomendaciones; Estados Unidos y Canadá dan consejos similares desde hace años.

Los datos de los estudios de la ACSA casan bien con que la mayor parte de las alertas emitidas por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria en 2009 fueron por niveles altos de mercurio en el pescado. Tiene su lógica. Una vez en el medio, el mercurio no desaparece. Y a las fuentes naturales de mercurio, como las erupciones volcánicas, hay que añadir la actividad del hombre, que lleva 3.500 años usando este metal. Se estima que seguimos liberando al medio cada año 50.000 toneladas de mercurio.

"Nunca nos quitaremos el mercurio de la cadena trófica", dice Bernardo Herradón, químico del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC). "Se ha usado mucho, y aunque

