

# Sensibilidad Química Múltiple

## ¿QUÉ ES?

La sensibilidad química múltiple (SQM) es un síndrome crónico, causado por exposición a los químicos sintéticos tóxicos cotidianos en que vivimos inmersos y que provoca multitud de síntomas en diferentes sistemas corporales.

## ¿QUIÉN LO DESENCADENA?

Son muchos, sobretodo los que tienen olor (fragancias). Colonias, productos de limpieza, de aseo personal, cosmética, detergentes, suavizantes, papel impreso, agua del grifo, humo de tabaco, derivados del petróleo, telas sintéticas, material de construcción, pinturas, ambientadores, lugares no ventilados, rotuladores, óleos, disolventes, plaguicidas, elementos recién comprados (muebles, coches...), moho, antipollas, polvo, moquetas, sprays, insecticidas...

## ¿CÓMO SE PRODUCE?

La SQM se inicia por la exposición a una o varias sustancias tóxicas en una dosis única alta (ej. la fumigación de nuestro puesto de trabajo), en varias dosis menores (ej. el trabajo en entornos especialmente químicos como peluquerías, empresas de pintura, de limpieza, etc) o a una dosis baja pero continua (ej. a través de la comida, el agua, el aire, el aseo personal, la ropa, la colocación de amalgamas dentales...). El ámbito es sobretodo laboral, doméstico o con ocasión de accidente.

Se enferma en el momento en el que el cuerpo se sensibiliza a la exposición de químicos sin-



téticos y a partir de entonces deja de tolerarlos y responde de forma anormal. El proceso se denomina "pérdida de tolerancia inducida por tóxicos".

Tras la exposición a la sustancia desencadenante, la enfermedad se presenta en dos fases:

1. De iniciación. En la que la persona suele presentar de forma brusca signos irritantes de mucosas, dermis y/o vías respiratorias, y a partir de entonces su reactividad se amplifica y generaliza a otros químicos no relacionados con los iniciales, mientras los síntomas aumentan y el olfato se sensibiliza. Además aparecen intolerancias medicamentosas, alimentarias, sensitivas (a olores aún naturales, sonidos, luz solar, vibraciones, cambios de temperatura...) y al alcohol, entre otros.

2. De provocación. Donde la exposición o ingestión de agentes provocadores, aún a dosis mínimas, desencadena la aparición o agravamiento del

cuadro de manifestaciones que conforma la enfermedad.

## ¿A QUÉ AFECTA?

Sobretodo al cerebro, al sistema nervioso central. También pueden verse alterados órganos de otros sistemas como el respiratorio, cardíaco, endocrino, músculo-esquelético, gastrointestinal, dérmico, ginecológico, otorrino...

## ¿QUÉ SÍNTOMAS TIENE?

Son variables en tipo y cantidad, según la persona, pero siempre se ve afectado el sistema nervioso central.

Puede manifestarse mediante dolores de cabeza recurrentes, insomnio, depresión, dificultades para respirar, palpitaciones, náuseas y vómitos, irritaciones de la piel o trastornos más serios como impotencia, diarreas recurrentes, taquicardia o hipertensión.

Según la carga tóxica del paciente en el momento, sus

**La sensibilidad química múltiple está causada por la exposición a los químicos sintéticos tóxicos cotidianos, principalmente los que tienen olor (colonias, productos de limpieza, suavizantes, pintura, ambientadores, disolventes, plaguicidas...) y provoca multitud de síntomas en diferentes sistemas corporales**

defensas y su hipersensibilidad concreta al agente, el inicio de síntomas podrá ser brusco, progresivo o posterior a la exposición (en minutos, horas o días), de intensidad leve, moderada o intensa y de resolución o mejoría breve (minutos), media (horas) o larga (días, incluso semanas).

Los criterios usados para su diagnóstico son:

1. Los síntomas son reproducibles.
2. La condición es crónica.
3. Niveles bajos de exposición ocasionan manifestaciones.
4. Los síntomas mejoran o se resuelven al eliminar los incidentes.
5. La respuesta se presenta a múltiples sustancias sin relación química entre ellas.
6. Los síntomas implican múltiples sistemas orgánicos.

Continúa en la siguiente página

**¿TIENE TRATAMIENTO?**

No existe tratamiento para curar la SQM, pero sí para mejorar. El consenso médico establece que lo más efectivo para bajar la carga tóxica corporal del afectado es evitar su reexposición a los agentes desencadenantes, aun a dosis mínimas.

Hay cuatro métodos de evitación del riesgo:

1. Eliminandolo, tanto del aire (con purificadores específicos para SQM), como del entorno (sustituyendo lo convencional por ecológico sin olor, o que se tolere).
2. Aislándolo (en zonas herméticas).
3. Protegiéndose de él (poniéndose una mascarilla de carbón activo cuando sea necesario, sellando puertas y ventanas con cinta de aluminio o carrocera, etc).
4. Alejándose del riesgo, evitando personas con fragancias, fumadoras o que beban alcohol, y ambientes cerrados, especialmente perfumerías y lugares sin ventilación, con ambientador, higienizados recientemente con productos de limpieza agresivos o recién fumigados como tiendas, bares, piscinas cubiertas, baños públicos, cines, taxis, hospitales...).

La aplicación de los dos primeros puntos, tanto al hogar como a las zonas de actividad laboral, se denomina "control ambiental".

El control ambiental debe tener en consideración evitar

la electrosensibilidad que suele asociarse a la SQM. Se aconseja tener pocos aparatos eléctricos, desenchufarlos tras su utilización (ej. el Wi-Fi y el móvil) y eliminar la contaminación electromagnética (teléfonos inalámbricos DECT, Wi-Fi, fluorescentes...). Especialmente el dormitorio se mantendrá libre de ondas, sobre todo cerca de la cabeza (use despertador a pilas).

**¿QUÉ NO ES LA SQM?**

NO es una alergia. Las alergias actúan sobre el sistema inmunológico. La SQM actúa principalmente sobre el sistema nervioso central y sobre multitud de otros sistemas (incluido el inmune).

NO es una sensibilización a un solo producto. La sensibilización específica atañe sólo a uno o pocos químicos específicos y produce un síntoma concreto (ej. humo de tabaco: migraña; lejía o amoniaco: tos repetitiva o irritación faríngea) y no interfiere de forma generalizada en la vida diaria. En la SQM no se tolera una gran cantidad de químicos, es multi-sintomática y limita grave y continuamente la vida del afectado.

NO es una intoxicación. Las intoxicaciones se reflejan en las analíticas, la SQM no.

NO es una enfermedad mental.- Es frecuente confundir los síntomas de SQM con una somatización u otras enfermedades psiquiátricas.

NO es una enfermedad rara. Es una enfermedad ambiental y emergente (los datos varían según los estudios y a ello se añade la falta de profesionales que sepan reconocerla) que según estimaciones afecta al 15% de la población.

**¿ESTÁ RECONOCIDA LA SQM?**

En nuestro país no se ha reconocido esta enfermedad oficialmente (en Alemania, Austria y Japón ya lo está y en Italia se encuentra en trámite), por lo que no hay investigación ni educación sobre el tema, y no se ofrecen diagnósticos precoces ni existe una cobertura sanitaria específica.

El reconocimiento de la SQM como enfermedad supondría la posibilidad de acceder a la invalidez total sin pasar por el juzgado y recibir la ayuda necesaria de la Seguridad Social. La habilitación de infraestructuras donde todo el mundo pudiese respirar sin riesgos llevaría más tiempo.

El problema es que esta enfermedad no le conviene económicamente ni a la industria de químicos ni a la farmacéutica, porque no se pueden crear fármacos específicos. Los medicamentos son químicos y generalmente producen intolerancia a los afectados por SQM.

**¿CÓMO SE TRATA LA SQM?**

Primero se analiza qué come, bebe y respira el afectado. Tienen que dejar de agredir a

su cuerpo, beber agua embotellada en cristal y purificada, comer productos ecológicos y eliminar de sus hogares todos los tóxicos.

En segundo lugar, se valora la toxicidad presente en su cuerpo y en sangre, a través de una analítica. Después, se realizan reposiciones de los nutrientes que les faltan.

Por último, empiezan las terapias: sauna para eliminar toxinas, oxigenoterapia e inmunoterapia.

**¿HACIA DÓNDE VAMOS?**

Actualmente se ha iniciado una campaña internacional ante la Organización Mundial de la Salud para el reconocimiento de la SQM y que disponga de su código en la Clasificación Internacional de enfermedades, así como en el listado de enfermedades profesionales de la OIT.

Este reconocimiento supondrá que se dará a conocer la patología permitiendo más y mejores diagnósticos, que deberán tenerse en cuenta para conseguir las adaptaciones laborales necesarias, la invalidez, la minusvalía y las ayudas a la dependencia.

Además planteará la necesidad de que las autoridades en materia de salud y medio ambiente adopten las medidas correctoras necesarias.



**Para más información:**  
**castillalamancha.ccoo.es**

