



iStock.com/Rhoberazzi

El aroma del peligro

Los fabricantes usan la fragancia para vender, pero ésta puede dañar su salud.

- Jorg Mardian
- [18/6/2019](#)

La facultad de oler es probablemente su sentido más subestimado. Usted puede detectar al menos 1 billón de aromas distintos. Sus recuerdos y emociones vinculados a olores pueden ser más fuertes que aquellos asociados con la vista o el sonido.

Los fabricantes se han aprovechado de esta poderosa reacción emocional del consumidor, agregando aromas artificiales a muchos productos para el hogar. Y eso ha provocado algunos problemas de salud graves.

Una fragancia por cualquier otro nombre

En la industria comercial, una fragancia es algo que le agrega un olor a algo más. Los fabricantes de productos como champús, ambientadores, limpiadores de casa, velas y toallas húmedas crean réplicas de aromas atrayentes en sus mercancías. Algunas tiendas de comestibles bombean artificialmente aromas de chocolate y pan horneado; concesionarios de carros rocían "olor a carro nuevo" artificial dentro de los vehículos; los fabricantes de perfumes crean "logos de aromas" para elevar el atractivo de la marca. Un estudio realizado por Nike mostró que agregar aromas a sus tiendas aumentaba la intención de compra en un 80%.

El público generalmente percibe los productos aromatizados como agradables e inofensivos. Pero estas fragancias a menudo contienen químicos que pueden ser peligrosos al ser inhalados o si tocan la piel. Muchos de éstos están incluidos en la Lista de Residuos Peligrosos de la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por sus siglas en inglés). Éstos incluyen numerosos carcinógenos, neurotoxinas, irritantes respiratorios, solventes, aldehídos, petroquímicos, ftalatos, narcóticos, y más (Connie Pitts, *Get a Whiff of This*[Huele esto]).

Hay muchos reportes clínicos de productos con fragancia que causan, desencadenan y exacerban un número creciente de traumas a la salud. Las personas con múltiples sensibilidades químicas experimentan una reacción excesiva a una amplia gama de químicos y pueden desarrollar disfunciones en sistemas de órganos que desconciertan a los médicos.

Parece ser que la sensibilidad química proviene de los sistemas de desintoxicación del cuerpo que sufren de la exposición química acumulada. Esto puede resultar en formas extrañas de cáncer, trastornos neurológicos, autoinmunes o genéticos y una amplia gama de alergias, dice el Centro de Medicina Avanzada de Arizona.

Considere este sorprendente hecho: cuando usted ve la palabra "fragancia" en la etiqueta de un producto, ese aroma contendrá una mezcla de *100 a 350 ingredientes* por lo general. Cerca de 5.000 ingredientes de fragancias son usados en fuerte alternancia, y la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés) les otorga un pase gratis para que no se les revele a los consumidores, incluso cuando los productos han causado serios problemas de salud.

Pero la industria de las fragancias está enfrentando un verdadero problema: Cerca del 30% de los ciudadanos de EE UU (98 millones de personas) ahora exhiben graves síntomas a los químicos tóxicos en sus productos, de acuerdo con el *Diario de Salud Ambiental*. Algunos expertos creen que las fragancias químicas podrían estar causando muchas enfermedades modernas. Esta preocupación se está filtrando lentamente en la conciencia pública como el nuevo "humo de segunda mano".

Productos domésticos peligrosos

Si no ha pensado mucho en este tema, debería comenzar a examinar algunos de los productos que usted utiliza.

La EPA revela que hay potentes cancerígenos presentes en los suavizantes de ropas y toallas húmedas. El acetato de bencilo está vinculado al cáncer de páncreas; el limoneno es un conocido irritante de los pulmones; el diclorobenceno, un solvente cancerígeno, causa dificultad respiratoria y ataques al corazón. Los suavizantes de ropa y las toallas húmedas están específicamente diseñados para transferir su aroma a la ropa, lo que significa que estos químicos permanecen cerca de su cuerpo.

El detergente de lavandería no es mejor. Puede contener nonilfenol, el cual muestra en estudios que causa problemas reproductivos y de desarrollo. El carcinógeno formaldehído también se ha agregado a las fórmulas de fragancias, al igual que los ftalatos, causando trastornos hormonales, cáncer, defectos de nacimiento y problemas de fertilidad, según el Consejo de Defensa de los Recursos Naturales.

Todos tenemos productos favoritos para el cabello, pero los champuses y acondicionadores pueden contener conservantes de parabenos que alteran la función hormonal, perfumes que causan reacciones alérgicas, e incluso plomo que puede conducir al cáncer.

Los ambientadores también envenenan el mismo aire que usted intenta alegrar. El Grupo de Trabajo Ambiental dice que éstos incluyen el conocido carcinógeno 1,4-diclorobenceno, un peligroso químico encontrado en la sangre del 96% de los estadounidenses, así como otros compuestos orgánicos volátiles que pueden causar dolores de cabeza, dificultades respiratorias, depresión, latidos cardíacos irregulares y otros problemas de salud.

¿Quiere crear algo de ambiente con velas aromáticas? Muchas de éstas contienen acetona, benceno, plomo, monóxido de carbono, tolueno y más. El plomo proviene de mechas metálicas que liberan partículas que han sido encontradas en el cerebro humano y están asociadas con la enfermedad de Alzheimer, así como los defectos de nacimiento en bebés, según los Servicios Nacionales de Pruebas de Calidad del Aire.

Libérese de las fragancias

Las fragancias químicas son invisibles y generalmente agradables, pero la mayoría son engañosamente peligrosas. Busque productos que estén libres de fragancias. Revise las listas de ingredientes. Evite cualquier producto con alguno de estos ingredientes: fragancia, perfume, ftalato, DEP, DBP, DEHP, limoneno o linalol. Y tenga en cuenta que algunos productos etiquetados como "sin perfume" aún contienen ingredientes de fragancia para enmascarar olores químicos desagradables.

Si desea un producto perfumado, busque uno que use aceites esenciales en lugar de fragancias químicas artificiales. Usted puede usar aceites de esencias (en un difusor) como una excelente y segura manera de refrescar una habitación, y puede poner una o dos gotas de aceite de esencias en un paño y ponerlo en la secadora para refrescar su ropa.

Para obtener una lista de productos de limpieza más seguros y recetas para hacer los suyos propios, visite LessToxicGuide.ca. También puede buscar en la base de datos de *Skin Deep* (en ewg.org/skindeep), una lista completa de productos seguros para la limpieza y el cuidado personal. ■

