



Fundación
Vivo Sano



MEMORIA

2012

CAPÍTULO 1

La Fundación Vivo Sano en breve

Sobre nosotros

La Fundación Vivo Sano es una organización independiente, de iniciativa privada y sin ánimo de lucro, inscrita en el registro de Fundaciones del Ministerio de Sanidad y Política Social bajo el número 28-1608, del 22 de septiembre de 2010.

Nuestro objetivo es crear una sociedad más sana donde las personas se encuentren bien en todos los aspectos de sus vidas, disfrutando de una buena salud física y mental, de unas relaciones constructivas, viviendo en un entorno saludable.

Para lograrlo actuamos a distintos niveles:

■ Educación para la salud.

Promoviendo hábitos saludables para el cuerpo, la mente y el entorno que nos rodea.

- Realizamos charlas gratuitas y seminarios destinados a público en general.
- A través de nuestras webs, blogs, redes sociales y televisión online, divulgamos conceptos de salud global.
- Publicamos libros divulgativos y la Revista Vivo Sano.

■ Nuevo modelo de salud

Fomentamos un nuevo modelo de cuidado de la salud, con terapias efectivas y no agresivas.

- Formamos a profesionales a través de congresos y jornadas, nacionales e internacionales,
- Facilitamos el acceso de la población a este modelo de salud, incidiendo en el cuidado de los grupos más desfavorecidos.

■ Acciones políticas

Velamos para que instituciones y legisladores antepongan la salud de los ciudadanos a cualquier otra consideración.

- Impulsamos campañas de concienciación de carácter nacional e internacional, como Escuela sin wifi, Hogar sin tóxicos o la Semana sin pesticidas.
- Sostenemos reuniones con instituciones y representantes políticos, a nivel nacional y europeo.
- Proporcionamos asesoría legal en casos de perjuicios producidos por tóxicos medioambientales, radiaciones o tecnologías producidas por el ser humano.

Visión y misión

■ Visión

Lograr que las personas vivan más felices, más tiempo, en mejor estado de salud y en lugares sanos. Conviviendo en organizaciones más éticas.

■ Misión

Desde un enfoque preventivo, favorecer la investigación, difusión y formación en modos de vida, productos, terapias y servicios beneficiosos para la salud. Promover labores asistenciales y un marco legal de defensa de la salud. Enfatizar la responsabilidad de la persona en su salud, entendiendo ésta como un todo que incluye cuerpo, mente, ambiente, relaciones y organización.

Organigrama

■ Patronato

Presidente: D. José María Hernández

Vicepresidente: Dr. José Francisco Tinao

Patronos:

- Dña. Ángeles Navarro Cendón
- Dña. María del Mar Esteso de Lucas
- D. José Sanguino
- D. Juan Antonio Gómez Bule

■ Dirección:

Director Gerente: D. Alfredo Suárez

Responsable de Proyectos: D. Ignacio de Castro Cortizo

Responsable de la Organización para la Defensa de la Salud: Irina Rodríguez de la Flor

Responsable de Proyectos internacionales: Nadia Bennich

CAPÍTULO 2

VI Congreso Internacional de Medicina Ambiental

El VI Congreso Internacional de Medicina Ambiental se celebró en las instalaciones de Cosmocaixa Madrid (Alcobendas), los días 1, 2 y 3 de junio de 2012, bajo el lema 'Un cambio necesario', fruto de la colaboración entre la Fundación Alborada y la Fundación Vivo Sano. Este VI Congreso da continuidad al trabajo realizado en los cinco anteriores y conecta con encuentros similares que se están llevando a cabo en otros países de nuestro entorno.

La conciencia de que un medio ambiente, laboral o doméstico deteriorado puede ocasionar enfermedades supone un nuevo escenario al que enfrentarnos. Los profesionales de la medicina deben interesarse y formarse en los impactos que para la salud suponen nuevos riesgos como los contaminantes físicos, la nanotecnología o los alimentos transgénicos, que cada día están más presentes en nuestra vida cotidiana.

Recientes estudios relacionan estos agentes con un amplio abanico de enfermedades como sensibilidad química múltiple, síndrome de fatiga crónica, fibromialgia, alzheimer, parkinson, diabetes, afecciones coronarias, o cáncer.

El congreso contó con la asistencia de profesionales nacionales e internacionales, así como pacientes, laboratorios y público sensibilizado. Se intercalaron ponencias científicas con talleres prácticos, muy bien recibidos por el público.

Se ofrecieron más de 30 becas que permitieron la asistencia de personas afectadas por patologías ambientales.

Organizadores:

Fundación Vivo Sano y Fundación Alborada.

Colaboradores

Los colaboradores del congreso son aquellas instituciones que han contribuido activamente a la realización y/o difusión del mismo. En esta edición hemos contado con los siguientes colaboradores:

- Fundació Roger Torné
- Obra Social "la Caixa"
- Breakspear Medical Group
- Colegio Oficial de Enfermería de Madrid
- Ilustre Colegio de Médicos de Madrid
- Environmental Health Center - Dallas
- European Academy for Environmental Medicine
- CMI – Clínica Medicina Integrativa
- Fundación para la Salud Geoambiental



- Vealia – Televisión sana

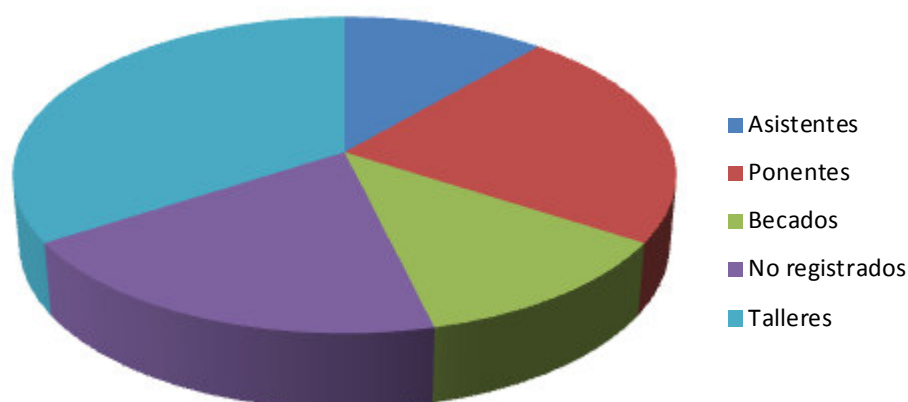
Patrocinadores

Contamos con los siguientes patrocinadores:

- The Great Plains Laboratory
- Asociación Española de Micro-Inmunoterapia
- Laboratorio Equisalud
- Laboratorio Labo'Life
- Laboratorios Nutergia
- Josenea
- SM Natural Solutions
- Alergiasoluciones.es
- European Laboratory of Nutrients

Asistentes

En total asistieron al Congreso 132 personas, 88 al programa científico y 45 a los distintos talleres.



Repercusiones

Algunos de los más importantes medios de comunicación de España se hicieron eco de la celebración del congreso.

RADIO Y TELEVISIÓN

FECHA	MEDIO	PROGRAMA	AUDIENCIA
2012.06.02	Onda Cero	Te doy mi palabra	250.000
2012.06.02	La Sexta	Informativo	300.000
2012.06.05	Radio Extremadura	Informativo	100.000
2012.06.07	Cadena COPE	Los Decanos	60.000

PRENSA ESCRITA

FECHA	MEDIO	TITULAR	AUDIENCIA
2012.06.01	Interviú	Coles que no quieren wifi	869.000

MEDIOS DIGITALES

Más de 30 medios digitales difundieron información sobre el congreso

CAPÍTULO 3

Congreso de Riesgos para la Salud Pública y el Medio Ambiente

Del 16 al 18 de mayo, la Escuela Técnica Superior de Ingenieros de Montes albergó la celebración del Congreso sobre riesgos para la Salud Pública y el Medio Ambiente, con la colaboración entre otros de la Agencia Europea del Medio Ambiente (EEA).

Los mayores expertos internacionales en el área de tóxicos químicos, radiaciones electromagnéticas, nanotecnologías y transgénicos se dieron cita para elaborar un plan de actuación encaminado a reducir los riesgos procedentes de los tóxicos ambientales.

Los participantes en el congreso destacaron las excelentes presentaciones, la alta calidad del trabajo en común y la interesante agenda.

Organizadores

- Red Europea de Científicos por la Responsabilidad Social y Ambiental (ENSSER)
- Agencia Europea de Medio Ambiente (EEA)
- Fundación Vivo Sano-HDO
- Universidad Politécnica de Madrid
- Cátedra Universidad Empresa Sindicato: Trabajo, Ambiente y Salud

■ Promotores nacionales

- Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud (ISTAS)
- Científicos por el Medio Ambiente (CIMA)
- Observatorio de la sostenibilidad (OSE)

■ Colaboradores europeos

- Alianza para la salud y medio ambiente (HEAL)
- Client Earth

Patrocinadores

- Equisalud
- Josenea
- Gekko Foundation



Participantes

Los participantes en el congreso provenían de los siguientes sectores:

- Científicos
- ONGs de medio ambiente y salud
- Académicos e investigadores
- Profesionales de la salud
- Representantes políticos

Repercusiones

Algunos de los más importantes medios de comunicación de España se hicieron eco de la celebración del congreso.

PRENSA ESCRITA

FECHA	MEDIO	TITULAR	AUDIENCIA
2012.05.25	Gaceta negocios	Muchos tóxicos y un poco de precaución	500.000
2012.05.27	La Razón	Portada <i>A tu salud verde</i> , doble página y dos columnas	364.000

MEDIOS DIGITALES

Más de 20 medios digitales difundieron información sobre el congreso.

CAPÍTULO 4

Semana Sin Pesticidas

Esta campaña anual, que tiene lugar entre el 20 y 30 de marzo pretende concienciar sobre los riesgos para la salud y el medio ambiente de los pesticidas sintéticos, dar a conocer alternativas y sentar las bases para un mundo sin pesticidas.

La campaña francesa original se viene realizando exitosamente desde 2006. La intención es crear un movimiento mayor y más fuerte en nuevos países de Europa y el resto del mundo.

La Fundación Vivo Sano se ha convertido en el colaborador nacional en 2012, ayudando en la difusión de información a colectivos de agricultores, medios de comunicación y público final.

¿Cómo contribuimos a la campaña?

En la web de la Fundación y en la de la Organización para la Defensa de la Salud, desarrollamos información sobre los peligros de los químicos y pesticidas, con actualizaciones diarias de noticias, blogs y entrevistas. También organizamos una serie de charlas, dirigidas a agricultores y público interesado, sobre los peligros de los pesticidas y las alternativas a los mismos.

■ Entradas en blogs

- Pero ¿qué estás comiendo?

■ Documentos descargables

- Descargable sobre la relación entre obesidad, diabetes y contaminación por químicos.

■ Videos

- Videoteca sana de la Fundación Vivo Sano.
- Vealia, la televisión sana

Repercusión en prensa

- La Razón
- El Digital de Madrid
- Te interesa
- Telecinco
- La Voz Libre
- Yahoo España
- Revista Natural
- Medicina TV
- Crónica de Cantabria
- Canarias Actual
- El Economista
- Globomedia
- Sanibox
- La Información
- Europapress

CAPÍTULO 5

Campaña Escuela sin wifi

El 28 de septiembre de 2011, mediante una rueda de prensa comenzamos con la campaña "Escuela sin wifi", destinada a informar sobre los potenciales riesgos de las tecnologías inalámbricas y sus alternativas.

Pocos meses antes habían visto la luz dos publicaciones de organismos internacionales que fueron claves para justificar esta acción: El 27 de mayo de 2011, la Asamblea Parlamentaria del Consejo de Europa advertía en su resolución 1815, con el nombre "Peligros potenciales de los campos electromagnéticos y sus efectos en el medio ambiente", de la necesidad de reducir la exposición de la población (en particular, niños) a las radiaciones electromagnéticas, dando preferencia en los centros escolares a la conexión por cable frente al wifi.



También el 13 de mayo de 2011, la OMS a través de la Agencia Internacional para la Investigación del Cáncer (IARC), clasificó las radiaciones electromagnéticas de alta frecuencia como posibles cancerígenas en humanos, tipo 2B.

Desde el comienzo de la campaña hemos informado a más de 40.000 personas sobre cómo utilizar racionalmente la tecnología.

Petición para la sustitución del wifi en las aulas

El 29 de febrero, en rueda de prensa, 'Escuela sin wifi' pidió al presidente del Gobierno, Mariano Rajoy, y a los ministros de Sanidad y Educación la sustitución del sistema de conexión wifi en la aulas de los centros educativos por sistemas de cableado estructurado para disminuir los niveles de contaminación electromagnética a los que están expuestos los escolares.

Junto a la sustitución de este sistema de conexión, 'Escuela sin wifi' alertamos de que cada vez más escuelas en España instalan redes informáticas inalámbricas (wifi, WLAN) mientras que muchos padres, profesores y autoridades no son conscientes de la "enorme cantidad" de estudios científicos publicados que afirman que dichas tecnologías móviles e inalámbricas emiten radiaciones nocivas para la salud.

Por ello, pedimos la declaración de las escuelas 'Zona blanca' (sin contaminación electromagnética) por ley y que se diseñen e implementen campañas de información dirigidas a profesores, padres y niños sobre el buen uso de las tecnologías de la información para evitar riesgos específicos del uso "precoz, indiscriminado y prolongado" de los teléfonos móviles y otros dispositivos emisores de microondas.

Becas para formar a profesores

Conscientes de la importancia de llevar a las aulas la información necesaria para hacer un uso racional de las tecnologías, destinamos 100.000€ a becas para formar a profesores de colegios e institutos.

Un total de 500 centros educativos podrán acceder a esta formación subvencionada, en la que se profundizará sobre las radiaciones no ionizantes, sus efectos biológicos, normativa nacional e internacional y recomendaciones para protegerse de sus efectos

También se pone en marcha un ciclo de talleres sobre el uso inteligente de las nuevas tecnologías, dirigido a alumnos de Secundaria y Bachillerato, así como charlas informativas para las asociaciones de padres y madres que lo soliciten

Proteger a los niños: juguetes con wifi

Coincidiendo con la época de compra de juguetes, emprendimos una acción encaminada a pedir a los padres prudencia a la hora de regalar a sus hijos por Navidad móviles y juguetes con 'wifi', recordado que en mayo de 2011 la Organización Mundial de la Salud (OMS) clasificó estas radiaciones como posibles cancerígenos para humanos, y, el pasado mes de mayo, la Asamblea del Consejo de Europa recomendó tomar "todas las medidas razonables" para reducir la exposición a los campos electromagnéticos.

Somos conscientes de la mayor sensibilidad de los niños y del alto grado de desconocimiento que existe sobre el tema.

Nuestra legislación sobre emisiones de telefonía móvil data del año 2002 y es claramente obsoleta. Desde entonces se han hecho numerosos estudios que demuestran la peligrosidad de estas radiaciones. Sin embargo, los legisladores están ignorando estas primeras alarmas, cuando su obligación es aplicar el principio de precaución.

Numerosos medios de comunicación se hicieron eco de nuestra nota de prensa y un buen número de personas nos contactaron para informarse.

CAPÍTULO 6

Día Internacional Contra la Contaminación Electromagnética

Contaminante es una sustancia que se encuentra en un medio al cual no pertenece y que puede causar efectos adversos para la salud o el medio ambiente. En nuestro caso nos referimos a los campos electromagnéticos originados por la actividad humana, que se suman a los ya existentes en el propio planeta.

En la Fundación Vivo Sano estamos convencidos de la necesidad de informar acerca del riesgo que implica esta contaminación electromagnética, establecer un debate plural y favorecer la consecución de las medidas preventivas reclamadas por organismos e investigadores.

Nuestra contribución, en este caso, fue emitir un comunicado a medios, coincidiendo con el día contra la contaminación electromagnética, alertando sobre nuevas amenazas como las picoantenas, los contadores inteligentes o el wimax.

Para ello, realizamos distintas mediciones en la ciudad de Madrid, para comprobar los elevados niveles de radiación a los que estamos sometidos sin tener conocimiento de ello. Todo esto fue recogido en vídeos que pueden consultarse en [nuestra página web](#).



CAPÍTULO 7

Químicos disruptores endocrinos en la comida de la Unión Europea

Los disruptores endocrinos son sustancias químicas que alteran nuestro sistema hormonal y que pueden provocar problemas de fertilidad, daños cerebrales, cáncer, obesidad o diabetes.

PAN Europe, la mayor red europea de organizaciones que trabajan en el campo de los pesticidas y sus efectos en la salud, elaboró una guía basada en base al análisis de más de 70000 alimentos en toda la Unión Europea, concluyendo que hasta un total de 30 pesticidas con acción hormonal se pueden encontrar en los alimentos de consumo cotidiano.

En Vivo Sano nos encargamos de su traducción y adaptación para el público hispanohablante. Está disponible en nuestra sección de descargas.



Nota: debido a que los datos no parecían plausibles en la versión oficial online, se envió una solicitud a la EFSA para una revisión completa. Resultó que había errores de impresión de los datos y se nos envió una nueva versión revisada. Estaremos encantados de enviar una copia a los lectores interesados.

Paso 2: recoger residuos en alimentos europeos. Con nuestra nueva lista de plaguicidas ED, empezamos a buscar residuos de estas 43 sustancias en los productos alimenticios en la Unión Europea. Basamos nuestra investigación en un informe de la Agencia Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) y en el análisis de muestras de alimentos en la UE (incluyendo frutas, verduras, cereales, leche y huevos). En total, 27 alimentos fueron evaluados y los datos fueron utilizados para nuestro ranking de alimentos contaminados con EDCs.

¿QUÉ ES EL INFORME EFSA DE MONITORIZACIÓN DE RESIDUOS DE PESTICIDAS EN LA COMIDA?

El informe de 2009 de la UE sobre residuos de plaguicidas en los alimentos muestra el resultado del análisis de los productos alimentarios en los 27 estados miembros de la UE, junto con Islandia y Noruega, durante el año 2009 (para un total de cerca de 70.000 muestras de alimentos). El informe combina los datos recogidos, tanto a nivel europeo como nacional, proporcionando información sobre la exposición a los residuos de plaguicidas. Las muestras incluyen alimentos producidos en la UE (74% de las muestras), así como algunos productos alimenticios importados y una pequeña proporción de productos orgánicos (alrededor del 5%).

Paso 3: presentación de los resultados de la exposición a largo plazo. De los 43 pesticidas disruptores endocrinos, 30 fueron identificados en alimentos europeos (incluyendo frutas, verduras, cereales, leche y huevos).

Alrededor de la mitad de nuestros alimentos están contaminados con residuos de plaguicidas, y el 25% contienen múltiples residuos, en ocasiones más de 10 pesticidas en una única muestra de los alimentos. ¿Qué ocurre cuando los residuos de plaguicidas se ingieren a largo plazo? Los datos muestran que ingerir determinados productos, como los pimientos, podría dar lugar a exposiciones continuadas a más de 30 pesticidas diferentes. La lechuga es el alimento con niveles más altos de disruptores endocrinos. La exposición a mezclas de plaguicidas es muy probable al encontrarse en muchos alimentos diferentes.

Con el fin de informar a los consumidores y proporcionarles opciones, hemos decidido crear una «clasificación» de los 10 productos alimentarios más «alterados», es decir, los 10 alimentos con mayor nivel de pesticidas ED, basado en exposiciones a “largo plazo” según los datos de la EFSA. Tenemos en cuenta que se excluyeron las mandarinas y naranjas de nuestra clasificación con el argumento de que la mayoría de los pesticidas se encuentran en la piel de estas frutas que sistemáticamente pelamos antes de consumir. Nuestros datos completos, con la lista de todos los productos alimentarios y su nivel de pesticidas en detalle, está disponible al público en los anexos de esta guía.

De esta forma, queremos mostrar a los consumidores que los alimentos son una fuente importante de exposición a EDCs, así como ayudarles a preparar comidas más saludables, especialmente para mujeres embarazadas y niños. Al mismo tiempo, nuestro objetivo es alentar a los productores a reducir el uso de pesticidas ED, siguiendo buenas prácticas de agricultura orgánica y fomentando la gestión integrada de plagas.

Los consumidores han de ser conscientes de que las frutas y verduras contienen todo tipo de residuos de plaguicidas, y de que los alimentos orgánicos son la solución definitiva y segura.

ESPERAMOS QUE ESTE SEA EL PRIMER PASO HACIA UNA NUEVA AGRICULTURA EUROPEA, TOTALMENTE LIBRE DE PESTICIDAS DAÑINOS.

CAPÍTULO 8

Jornada La salud que viene

La Jornada *La salud que viene* fue diseñada con el objetivo de dar a conocer las enfermedades emergentes y los estilos de vida saludables, el uso racional de los medicamentos y los servicios de salud, así como las mejores maneras de cuidar nuestra salud y hacer viables los sistemas sanitarios.

Con esta iniciativa pretendimos informar y formar a la ciudadanía sobre hábitos y estilos de vida poco sanos y ofrecer alternativas para vivir con verdadera salud. En particular, se prestó especial atención al impacto del entorno y concretamente de los tóxicos ambientales en la salud.

Se celebró el 27 de octubre de 2012 en la sede de la Fundación ONCE en Madrid. Contamos con más de 100 asistentes.



Organizadores

Fundación Vivo Sano y Bufete Almodóvar & Jara

Programa y ponentes

09:15 - Apertura de las Jornadas. *Miguel Jara, Alfredo Suárez, Fundación ONCE*

10:00 - Cómo superar las enfermedades producidas por los productos químicos de uso cotidiano. *Pilar Muñoz-Calero*

10:45 - Medicina integrativa, un nuevo modelo para nuevos problemas de salud. *Jose Francisco Tinao Martín-Peña*

12:00 - La desmedicalización de la menopausia. *Inma González*

12:45 - Enfermedades relacionadas con nuestro estilo de nacimiento *Emilio Santos Leal*

13:30 - El importante ascenso del cáncer. La nutrición como parte de la prevención y el tratamiento. *Javier Herráez González*

16:00 Mesa redonda de debate con el público sobre calidad de vida, bienestar, sistemas sanitarios, autocuidado de la salud, gestión sanitaria. *Pilar Muñoz-Calero, Javier Herráez González, Manuel Amarilla y Francisco Almodóvar. Introducción y moderación: Miguel Jara*

17:00 - Ciudadanos, derecho y salud. *Manuel Amarilla*

17:45 - Dificultades y oportunidades del ciudadano para exigir responsabilidades legales por daños en su salud. *Francisco Almodóvar*

18:30 - Preguntas y coloquio

CAPÍTULO 9

Campaña Hogar sin tóxicos

Durante el 2012 planificamos y presentamos la campaña *Hogar sin tóxicos*, destinada a informar al público general sobre el problema de los tóxicos en el hogar y alternativas saludables a los mismos, así como a reclamar a los responsables políticos un mayor control sobre la exposición a tóxicos ambientales en nuestro entorno cotidiano.

La contaminación química en el hogar es un grave problema de salud pública ante el que es necesaria una respuesta inmediata, sobre todo teniendo en cuenta que la población occidental pasa de media cerca de un 90% de su tiempo en espacios cerrados, mucho del cual es en el propio domicilio.

Estamos expuestos a sustancias tóxicas que están presentes en nuestras casas, en materiales de construcción y decoración, aislantes, pinturas, recubrimientos, plásticos, productos de limpieza, pesticidas domésticos, ambientadores, productos de aseo e higiene personal, agua del grifo, alimentos,...

En la práctica, es muy poco lo que se está haciendo para proteger a la población, especialmente para proteger a sectores más vulnerables a este problema tales como las mujeres embarazadas o los niños.

Este grave problema ha sido causado fundamentalmente por el ineficiente control que ha prevalecido en el ámbito del diseño y comercialización de sustancias químicas.



Desde el lanzamiento de la campaña en octubre de 2012, hemos recibido más de 14.000 visitas en la web de la campaña.

Repercusiones

La iniciativa, presentada en rueda de prensa, contó con una amplia cobertura de medios y ha despertado un gran interés en público general.

RADIO Y TELEVISIÓN

FECHA	MEDIO	PROGRAMA
2012.10.20	Cadena COPE	Dos días contigo
2012.10.22	Onda Vasca	Entrevista
2012.10.23	Onda Cero	Entrevista
2012.10.29	La 2	Aventura del saber
2012.11.01	Cadena SER	Hoy por hoy
2012.11.10	ABC Punto Radio	Luces en la oscuridad

MEDIOS DIGITALES

MEDIO

http://www.telecincinco.es/informativos/sociedad/Expertos-posibilidad-investigar-inocuidad-productos_0_1706829695.html

<http://ecodiario.eleconomista.es/interstitial/volver/acierto/sociedad/noticias/4326396/10/12/vivo-sano-lanza-una-campana-para-eliminar-de-los-hogares-los-quimicos-nocivos-para-la-salud.html>

<http://www.abc.es/20121016/sociedad/abci-toxicos-expuestos-hogar-201210161648.html>

<http://www.finanzas.com/noticias-001/sociedad/20121016/toxicos-estamos-expuestos-nuestro-1576019.html>

<http://www.europapress.es/salud/salud-bienestar-00667/noticia-expertos-plantean-posibilidad-industria-quimica-pague-canon-investigar-inocuidad-productos-20121016151038.html>

<http://www.europapress.es/sociedad/consumo-00648/noticia-proponen-canon-quimicas-investigar-inocuidad-productos-20121016164457.html>

http://noticias.lainformacion.com/salud/investigacion-medica/expertos-plantean-la-posibilidad-de-que-la-industria-quimica-pague-un-canon-para-investigar-la-inocuidad-de-productos_yjOxrfwTlOnIuzZYaYJVY4/

<http://www.cope.es/detalle/El-peligro-de-los-toxicos-en-el-hogar.html>

<http://www.europapress.es/salud/salud-bienestar-00667/noticia-expertos-plantean-posibilidad-industria-quimica-pague-canon-investigar-inocuidad-productos-20121016151038.html>

<http://www.europapress.es/sociedad/consumo-00648/noticia-proponen-canon-quimicas-investigar-inocuidad-productos-20121016164457.html>

<http://es.noticias.yahoo.com/expertos-plantean-posibilidad-industria-quimica-pague-canon-investigar-131038446.html>

<http://cronicadecantabria.com/cr/expertos-plantean-la-posibilidad-de-que-la-industria-quimica-pague-un-canon-para-investigar-la-inocuidad-de-productos/>

<http://www.lavozlibre.com/noticias/ampliar/654554/expertos-plantean-la-posibilidad-de-que-la-industria-quimica-pague-un-canon-para-investigar-la-inocuidad-de-productos>

<http://www.medicinatv.com/noticias/expertos-plantean-la-posibilidad-de-que-la-industria-quimica-pague-un-canon-para-investigar-la-inocuidad-de-productos-238830>

<http://www.pysnnoticias.com/2012/10/16/expertos-plantean-la-eventualidad-de-que-la-industria-quimica-pague-un-canon-para-investigar-la-inocuidad-de-productos/>

http://noticias.lainformacion.com/salud/investigacion-medica/expertos-plantean-la-posibilidad-de-que-la-industria-quimica-pague-un-canon-para-investigar-la-inocuidad-de-productos_yjOxrfwTlOnIuzZYaYJVY4/

<http://es.globedia.com/expertos-plantean-posibilidad-industria-quimica-pague-canon-investigar-inocuidad-productos>

http://noticias.lainformacion.com/salud/enfermedades/vivo-sano-lanza-una-campana-para-eliminar-de-los-hogares-los-quimicos-nocivos-para-la-salud_pdCCyxdIByoujHP2KjM2M4/

<http://www.diariosigloxxi.com/texto-s/mostrar/73573/vivo-sano-lanza-una-campana-para-eliminar-de-los-hogares-los-quimicos-nocivos-para-la-salud>

http://www.discapnet.es/Castellano/Actualidad/Linea_Social/vivo-sano-lanza-una-campana-para-eliminar-de-los-hogares-los-quimicos-nocivos-para-la-salud.aspx

<http://cl.noticias.yahoo.com/expertos-plantean-posibilidad-industria-qu%C3%ADmica-pague-canon-investigar-131033125.html>

http://noticias.lainformacion.com/ciencia-y-tecnologia/ciencias-aplicadas/expertos-plantean-la-posibilidad-de-que-la-industria-quimica-pague-un-canon-para-investigar-la-inocuidad-de-productos_pKSw1OitirFQsmtJFoxd/

http://www.teinteresa.es/salud/sanidad/Expertos-posibilidad-investigar-inocuidad-productos_0_793121962.html

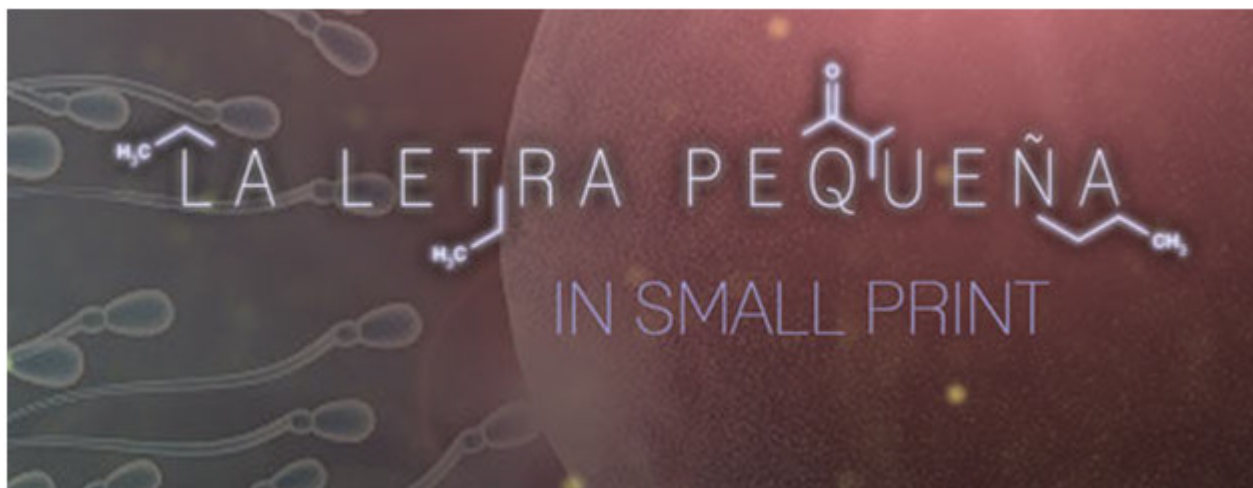
<http://www.diariosigloxxi.com/texto-ep/mostrar/20121016151038/expertos-plantean-la-posibilidad-de-que-la-industria-quimica-pague-un-canon-para-investigar-la-inocuidad-de-productos>

http://www.opinion.com.bo/opinion/revista_asi/2012/1104/suplementos.php?id=4022

<http://www.espaciohumano.com/index.php/contenidos/sanar/cuerpo/258-hogar-sin-toxicos>

CAPÍTULO 10

Documental La letra pequeña



Cada día hay más casos de cáncer, problemas de infertilidad, alergias... ¿Sabías que detrás de ello pueden estar los detergentes, las cremas o geles de ducha, los muebles que tienes en casa, el agua que tomas o la ensalada que comes?

Durante este año completamos el rodaje del documental divulgativo “La letra pequeña” . En él te enseñamos cómo nos afectan las sustancias químicas con las que estamos en contacto cada día. Muchas de estas sustancias tienen efectos directos en nuestro sistema hormonal, alterando su funcionamiento. Dichas sustancias se llaman técnicamente disruptores endocrinos.

Nuestra investigación revela que hay un incremento significativo de casos de cáncer e infertilidad, pero también de enfermedades neurológicas, como autismo o Parkinson, que se relacionan con la exposición a sustancias químicas. Hemos viajado a todas partes de España para entrevistar a expertos reconocidos a nivel internacional que nos hablan acerca de su trabajo en el laboratorio y sus investigaciones, y comparten con nosotros sus retos y preocupaciones de cara a las próximas generaciones.

Tenemos que actuar ahora para controlar esta epidemia química, por nuestra salud y la de nuestros hijos. Con “La Letra Pequeña” queremos informar y sensibilizar sobre los riesgos derivados de las sustancias químicas y los efectos en la salud, mostrando dónde se encuentran los disruptores endocrinos y qué podemos hacer para protegernos.

La letra pequeña es fruto de una colaboración internacional y será traducido a francés e inglés.

CAPÍTULO 11

Acciones políticas desde la Fundación

Una de nuestras prioridades es que los responsables políticos den prioridad a la salud de las personas sobre cualquier otra consideración.

La Fundación actúa tanto a nivel nacional como internacional. Así, por ejemplo, pedimos al Parlamento Europeo que se regule correctamente la exposición de la población a radiaciones electromagnéticas, al gobierno español que apoye la correcta regulación de los disruptores endocrinos, al presidente de México que sea prudente y no permita la introducción indiscriminada de maíz transgénico en México y apoyamos la Declaración de Doha sobre salud, medioambiente y cambio climático.

■ Participación en jornadas en las Naciones Unidas

Denunciamos en Naciones Unidas la “pasividad” de las instituciones legisladoras europeas frente a los resultados del estudio de biomonitorización COPHES/DEMOCOPHES. El estudio, a través del análisis de 4.000 muestras de orina y cabello en personas de 17 países europeos, demostró que el 100% de las madres y los niños tenían productos químicos tóxicos en su cuerpo. Los legisladores y la gran parte de la comunidad científica alega que los niveles de mercurio, cadmio, cotinina, ftalatos y bisphenol A están por debajo de los límites establecidos como seguros para la población.

■ Alerta a la sociedad de los peligros de los móviles y los juguetes con wifi

Contactamos con distintas empresas productoras de juguetes con tecnología inalámbrica y alertamos a la sociedad en general de los peligros de los móviles y los juguetes con wifi.

Contactamos con responsables políticos para aumentar su conocimiento sobre la problemática y solicitarles su actuación para proteger la salud pública.

■ Posición estratégica en Europa para proteger a la sociedad frente a tóxicos

Mediante la creación de una red de colaboradores a nivel internacional, nos posicionamos estratégicamente pasando a formar parte de grupos que influyen a nivel europeo en la correcta regulación de tóxicos medioambientales.

Buscamos alianzas con organizaciones para crear campañas europeas globales contra tóxicos concretos, como los disruptores endocrinos en Europa.

CAPÍTULO 12

Formación

La formación tanto a profesionales de la salud como a público general es uno de nuestros puntos de interés. Los profesionales de la salud con una mayor formación directamente inciden en la mejora de la salud de sus pacientes, y ayudan en la difusión de nuestros mensajes. El individuo formado adecuadamente es capaz de responsabilizarse de su salud y actuar desde la prevención.

En el ámbito de la formación, durante este año realizamos las siguientes acciones:

■ Plataforma de formación online

Puesta en marcha de la plataforma de elearning <http://campusvivosano.org>, desde la que pretendemos llegar a un gran número de público nacional e internacional. Supone un paso más en la oferta de información avanzada y recursos para profesionales.

■ Formación a empresas

Impartimos en esta año los cursos *“Entorno y vida sana en el ámbito laboral y doméstico”* y *“Salud postural en el puesto de trabajo”*, en modalidad on line y presencial. El entorno laboral puede ser fuente de numerosas patologías, y la sensibilización y formación en empresas una vía de prevención.

■ Patología ambiental

La Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid, la Fundación Alborada y la Fundación Vivo Sano colaboran en la presentación de la más completa oferta docente en Patología Ambiental, ofreciéndole la posibilidad presencial y on line. Esta iniciativa viene avalada por el Consejo de Europa. Con este curso se busca proporcionar al alumno una base en Patología Ambiental para hacer posible la identificación de factores ambientales causantes de enfermedades en la actualidad.

Los contenidos se resumen en:

- Aspectos básicos de Medicina Ambiental: definición, historia, técnicas y terapias
- Riesgos ambientales físicos y químicos que afectan al ser humano
- Mecanismos asociados a la toxicidad en el organismo vivo
- Daño producido por agentes ambientales según aparatos y sistemas
- El cáncer como enfermedad ambiental
- Diagnóstico y tratamiento de patologías ambientales

CAPÍTULO 13

Lo mejor de mí

Lo mejor de mí es una propuesta para que empieces una nueva etapa donde lo positivo aparezca en todas las áreas de tu vida. Es un programa en Internet diseñado para que encuentres lo mejor de ti. Tu lado positivo se fortalece a través de escribir y documentar lo bueno de tu pasado, ayudándote a plasmar tu presente y planificar tu futuro.

Lo mejor de mí funciona como una guía para ayudarte a recordar los sucesos más valiosos de tu vida; sucesos en los que lograste tus mayores éxitos y que quizás ahora has olvidado. Con la riqueza de estas experiencias reconocerás las habilidades y talentos que posees, y los temas que te apasionan. Con ello podrás decidir qué pasos puedes dar ahora para conseguir una vida más plena y alineada con tus valores y deseos.

Te proponemos comenzar por ti mism@ desarrollando los músculos de la felicidad. Existen multitud de investigaciones que sugieren cuales son estos músculos: el pensamiento positivo, el agradecimiento, el afecto, dar a los demás, valorar lo bueno que tienes y que tienen los que te rodean, darte tiempo, relajarte... En el fondo lo sabemos si hemos leído el montón de libros de autoayuda que circulan; lo ponen bien clarito. La teoría la conocemos pero luego nos pilla el desánimo, la crítica, el miedo, la ansiedad, la inseguridad... La teoría solo sirve si se acompaña de experiencias.



Durante este año realizamos las siguientes iniciativas dentro de Lo mejor de mí:

■ Nueva versión

Puesta en marcha de una nueva versión de la aplicación de mí, con nuevas y mejoradas funcionalidades que hacen más sencilla la navegación.

■ Lo mejor de nosotros

Lo mejor de nosotros es un tablón de anuncios donde la comunidad de usuarios de Lo mejor de mí, comparte sus mejores experiencias. De esta forma lo que comparte cada uno inspira y motiva a los demás.

Las entradas están divididas por temas y tiene tres secciones:

- Comparte lo mejor de ti: Publica tus mejores experiencias y compártelas con los demás.
- Necesito ayuda: Expresa una necesidad o un dolor. Si quieres ayuda deja tu correo y si alguien puede ayudarte se comunicará contigo.
- Dar por dar: Si tienes generosidad, alegría, tiempo para escuchar... Ofrece lo que quieres dar y tu correo, o mira en "Necesito Ayuda" a quien puedes ayudar.

■ Programa 21 días

El Programa de 21 días es una forma sencilla de mejorar tu calidad de vida y tu experiencia de la felicidad mediante un método de entrenamiento mental de tres semanas. Te proponemos que lo hagas, con un test inicial y otro final para que compares y veas los resultados. Si quieres más información pulsa aquí.

■ Entrenamiento para la felicidad

El Entrenamiento para la Felicidad es un método de desarrollo personal mediante un entrenamiento semanal que puedes realizar cómodamente desde tu casa con un ordenador.

CAPÍTULO 14

Otros eventos

■ Charlas

- 12/01 Charla de Jyn Shin Jyutsu. 25 asistentes
- 14/01 Convierte el 2012 en el mejor año de tu vida. 18 asistentes
- 01/02 Charla de intolerancias alimentarias. 16 asistentes
- 09/02 Charla introductoria a la meditación y liberación del estrés. 11 asistentes
- 16/02 Taller de introducción al Mindfulness. 13 asistentes
- 02/03 Charla de Jin Shin Jyutsu. 3 asistentes
- 08/03 Charla 5 ritmos. 8 asistentes
- 25/09 Rueda de prensa ESW
- 25/10 Jornada puertas abiertas. 6 asistentes
- 14/11 Alquimia, transformación y salud. 40 asistentes

■ Jornada Salud Geoambiental

Coordinamos la realización de la Jornada de Salud Geoambiental organizada por laboratorios Equisalud.. Asistieron 115 personas profesionales que recibieron información acerca del impacto en la salud de los tóxicos ambientales.

■ Presentaciones de libros

- 28/03 Presentación libro El camino de vuelta a casa, de Jesús García
- 20/05 Presentación libro La epidemia química, de Carlos de Prada

■ Audiovisual

Materiales generados durante el 2012:

- Grabación del Congreso de Medicina ambiental
- Grabación del Congreso de riesgos para la salud pública
- Grabación cortos Yo vivo sano
- 3 videos para el día contra la contaminación electromagnética
- Entrevista a Carlos de Prada
- Entrevista Jose Manuel Chica
- Videos promocionales: LMDM, Cómo vivir cada día con tu máxima energía, Convierte el 2012 en el mejor año de tu vida, Videos promoción formación
- Grabación Jornada La salud que viene
- Grabación Jornada salud y medio ambiente

■ Otros

Martes solidarios en Flash Flash