



**PFAS-REACH**

Pesquisa, Educação e Ação pela  
Saúde Comunitária

## Exposição a PFAS: Informações para os pacientes e orientação aos médicos na tomada de decisão

### Para pessoas em comunidades afetadas pelo PFAS

#### Objetivo

Este documento de orientação destina-se a pessoas que vivem em comunidades com água contaminada ou que tiveram alguma outra fonte de exposição significativa a PFAS. Este documento de orientação não é direcionado àqueles com risco médio de PFAS.

#### O que é triagem médica?

A triagem médica é o teste para os primeiros sinais da doença. A triagem, para certas condições ou alterações subclínicas, pode ser recomendada para aqueles que têm ou tiveram exposição elevada conhecida a PFAS. A triagem médica pode encontrar indicadores precoces de doenças e permitir que o médico indique os próximos passos.

#### O que são PFAS?

Substâncias perfluoroalquil e perfluoroalquil (PFAS) são um grande grupo de mais de 9 mil produtos químicos sintéticos, cuja exposição tem sido associada a vários efeitos graves na saúde. Eles são extremamente resistentes à degradação, altamente difundíveis no ambiente e contaminam centenas de fontes de água potável. PFAS foram encontrados no sangue de mais de 99% dos americanos e alguns PFAS podem permanecer no corpo por anos.

#### Como posso ser exposto ao PFAS?

##### Em casa

- Bebendo água contaminada
- Comendo alimentos contaminados por fontes ambientais, ou por processamento e embalagem
- Usando produtos resistentes a manchas e água, embalagens de alimentos à prova de gordura, panelas antiaderentes e muitos outros produtos de consumo



##### No trabalho

Algumas pessoas, como bombeiros e operários de produção e aplicação de produtos químicos, podem estar expostas a produtos que contenham PFAS no trabalho.



##### No início da vida

PFAS podem atravessar a placenta e acumular no leite materno, assim as crianças podem ser expostas no útero e durante o início da vida através da amamentação.



#### Como PFAS são regulamentados na água potável?

- PFAS não são regulamentados nos EUA. Environmental Protection Agency's Safe Drinking Water Act. Isso significa que não há padrões federais obrigatórios, e os fornecedores públicos de água não precisam a testar ou tratar rotineiramente PFAS conforme a lei federal.
- Em 2016, a U.S. Environmental Protection Agency estabeleceu um aconselhamento de saúde vitalício não-obrigatório de 70 partes por trilhão (ppt) para PFOA e PFOS (dois dos produtos PFAS mais comuns) individualmente ou combinados, para água potável municipal. Alguns cientistas e reguladores consideram que este aconselhamento não protege suficientemente a saúde humana.
- Em abril de 2021, 12 estados adotaram diretrizes de água potável mais rigorosas e, em alguns casos, obrigatórias. O PFAS Exchange fornece mais informações sobre as diretrizes nacionais e estaduais de água potável. Alguns estados estabeleceram diretrizes para PFAS adicionais, até 10–20 ppt.
- A Northeastern University Contamination Site Tracker documentou centenas de locais contaminados nos EUA, com mais locais sendo adicionados à medida que os testes continuam.

## Como PFAS afetam a saúde?

Muitos estudos avaliaram os efeitos nocivos à saúde do PFOA, PFOS e vários outros produtos químicos PFAS. Várias agências de saúde nacionais e internacionais revisaram os resultados de pesquisas epidemiológicas (populações humanas) e toxicológicas (animais de laboratório), revisadas por pares e avaliações científicas escritas com base nestes estudos, incluindo:

- Agency for Toxic Substances and Disease Registry (2021)
- Centers for Disease Control and Prevention (2019)
- C8 Science and Medical Panels (2005-2013)
- European Environment Agency (2019)
- International Agency for Research on Cancer (2017)
- National Toxicology Program (2016)

Pelo menos uma dessas avaliações concluiu que a exposição ao PFAS está associada a:

- Aumento do colesterol total e do colesterol LDL
- Diminuição da resposta de anticorpos às vacinas
- Maior tempo de gravidez
- Câncer de rim e testículo
- Doença da tireoide
- Dano hepático
- Aumento do risco de hipertensão induzida pela gravidez e/ou pré-eclâmpsia
- Doença renal crônica, ácido úrico elevado, hiperuricemia e gota
- Distúrbio do sistema imunológico
- Resultados adversos de desenvolvimento, incluindo pequena diminuição no peso do recém-nascido e desenvolvimento alterado da glândula mamária

À medida que a comunidade científica continua a estudar os impactos na saúde do PFAS, evidências epidemiológicas e animais preliminares e/ou sugestivas estão surgindo regularmente. Alguns estudos encontraram correlações com:

- Doença hepática gordurosa não alcoólica
- Doença autoimune, como colite ulcerativa e diabetes tipo 1
- Duração reduzida da lactação nas mães
- Redução da fertilidade masculina

### Uma observação sobre estes estudos

A força atual da evidência varia de muito forte e quase certo para resultados lipídicos, hepáticos e imunológicos, a “mais provável do que não” para outros.

### E COVID-19?

Atualmente, não se sabe se o PFAS tem algum efeito na vacinação contra COVID-19. Não há evidências de que alguém não deva ser vacinado contra COVID-19 com base na exposição anterior ao PFAS. Todos os grupos são fortemente aconselhados a seguir a orientação do Centers for Disease Control and Prevention sobre a vacinação COVID-19, que se baseia nas últimas descobertas científicas.

## Como posso reduzir a quantidade de PFAS no meu corpo?

Para pessoas com níveis elevados de PFAS conhecidos em seu corpo, a maneira mais importante de reduzir a quantidade de PFAS no corpo é evitar novas exposições. Alguns produtos químicos PFAS, como PFOS e PFOA, podem permanecer no corpo por anos. Atualmente, não há tratamentos medicamente aprovados para acelerar a remoção de PFAS do corpo.

**X** Agentes ou processos conhecidos por remover PFAS do corpo, como colestiramina, flebotomia, hemodiálise ou aférese, não são tratamentos medicamente aprovados para PFAS especificamente.

**X** Programas de quelação e medicina “alternativa”, como desintoxicação e limpeza, não são conhecidos por remover o PFAS do corpo. Muitos destes também podem representar seus próprios riscos para a saúde.

## Como evitar a exposição a PFAS??

As exposições a PFAS são generalizadas, por isso é difícil evitar completamente o PFAS. No entanto, você pode tomar medidas para reduzir sua exposição pessoal daqui para frente:

- Se você sabe ou suspeita que PFAS esteja em sua água potável, você pode usar um filtro para diminuir seus níveis. Visite a ficha de informações sobre de água potável da PFAS Exchange para saber mais sobre onde encontrar um laboratório e testar sua água para PFAS, além de recursos para encontrar filtros de remoção PFOA e PFOS em sua água potável.
- Evite tapetes resistentes a manchas, tratamentos e sprays impermeabilizantes. O Green Science Policy Institute's PFAS Central mantém uma lista atualizada de produtos sem PFAS.
- Evite recipientes para viagem e outras embalagens de alimentos que possam conter PFAS, comendo mais alimentos frescos e refeições caseiras.

Para mais sugestões visite a dicas de redução de exposição da PFAS Exchange e baixe o aplicativo Detox Me do Silent Spring Institute.