

Beneficios del COBRE

El cuerpo humano no produce cobre, por ello, la mejor forma de obtenerlo es a través de alimentos como las nueces, los garbanzos, el hígado, los cereales, la carne o el pescado. Además, por otra parte el cobre:

Facilita la energía necesaria para las reacciones bioquímicas que se producen en nuestro organismo.

Participa en la transformación de la melanina para la pigmentación de la piel, y además, ayuda a mantener y reparar los tejidos, siendo necesario para el crecimiento de los huesos y su fortaleza.

Es de vital importancia para el funcionamiento del corazón y de las arterias, y además, protege a las células de los daños que ocasionan los procesos oxidativos.

Desempeña un papel importante en la formación de la hemoglobina de la sangre, es esencial para el correcto funcionamiento del cerebro y del sistema nervioso.



MITOS sobre la Salud y el Cobre

Desde hace algún tiempo el cobre está siendo injustamente acusado por la industria de los materiales plásticos de ser un material tóxico. Nada más lejos de la realidad:

En la Conferencia Internacional sobre Salud y Nutrición celebrada en Estocolmo el día 16 de Octubre de 2002, el Dr. Rolf Petterson del Hospital Central de Skovde afirmaba que "el cobre es un material seguro para el suministro de agua potable".

La Directiva Europea sobre el agua potable establece como límite para el cobre un contenido de 2 mg./l, medido a la salida del grifo del consumidor. Esta directiva ha sido adoptada recientemente en España mediante el Real Decreto 140/2003 de 07.02.03.

Todos los límites fijados por la Directiva Europea para los elementos contenidos en el agua potable siguen el principio precautorio para asegurar la salud de los consumidores.



www.elcobre.com

Ganadores del viaje a BERLÍN

El pasado año, la Campaña Europea de Información de Tubo y Accesorios de Cobre, con motivo de la total renovación de su página web: www.elcobre.com realizó un envío a arquitectos y profesionales de la construcción invitándoles a visitar la página web del cobre en la que, además de encontrar información actualizada fundamental para su trabajo, también tenían la posibilidad de participar en el sorteo de un **Viaje para 2 personas a Berlín, la cuna de la arquitectura moderna**. El único requisito para optar a este premio era contestar a un sencillo cuestionario on-line en el que les pedíamos su opinión sobre los contenidos y secciones de esta nueva web. Quienes respondieron a este cuestionario antes de la fecha estipulada, participaron en el sorteo que se realizó el 4 de septiembre de 2002, ante el notario D. Carlos del Moral Carro del Ilustre Colegio de Notarios de Madrid. Finalmente, el afortunado ganador fue **D. Fernando García Echevarría, de Pamplona**, quien disfrutó del mencionado viaje a Berlín del 22 al 24 de noviembre de 2002. Una gran oportunidad para vivir y descubrir de primera mano las principales corrientes arquitectónicas que irrumpen con fuerza en el ámbito actual.

Para concluir, queremos resaltar que las numerosas visitas realizadas a la página web y los cuantiosos cuestionarios recibidos nos revelan la gran aceptación que en su día tuvo la convocatoria que recibieron dichos profesionales.



D. Fernando García Echevarría. Ganador del viaje a Berlín.

La información aquí expuesta no podrá ser reproducida sin la debida autorización expresa. Los miembros del Comité Español de la ECPPC no asumen ningún tipo de responsabilidad en lo relativo a esta información o a su uso.

Patrocinado por:
International Copper Association
International Wrought Copper Council
European Fittings Manufacturers Association

ECPPC. Campaña Europea de Información de Tubo y Accesorios de Cobre. Comité Español. Apdo. de Correos 23152. 28080 Madrid.

infoCOBRE

número 3

Primavera 2003



El Cobre, elemento vital para el ser humano.

El Cobre y la Salud.

El Cobre en el Cuerpo Humano.

El Cobre y la Nutrición.

Beneficios del Cobre.

Mitos sobre la Salud y el Cobre.

El Cobre y el Medio Ambiente.

El Cobre y el Agua.

Ganadores del Viaje a Berlín.

EL COBRE y la Salud

El ser humano, los animales y las plantas, necesitan del cobre para su desarrollo saludable:

- El cobre es un nutriente esencial para el organismo humano. Según la Organización Mundial de la Salud, la ingesta mínima de cobre necesaria para que una persona adulta pueda mantener una buena salud es de 20 microgramos de cobre al día por cada kilogramo de peso. Durante la infancia la ingesta mínima necesaria se eleva a 50 microgramos/kg. día.
- El cobre forma parte de una amplia gama de alimentos que deberán incluirse en dietas equilibradas.
- El cobre favorece el normal funcionamiento del sistema cardiovascular, estimula el sistema inmunológico al formar glóbulos blancos y facilita la absorción de vitaminas en el intestino.

EL COBRE en el Cuerpo Humano

En base al estudio "Cobre, Salud Humana y Medio Ambiente", la Organización Mundial de la Salud reconoce en su "Guía para Beber Agua de Calidad" que "De los datos disponibles sobre la exposición humana en todo el mundo, particularmente en Europa y en las Américas, se deduce que la deficiencia en la ingesta de cobre representa un riesgo mayor para la salud que el debido a un exceso".

En la Conferencia de Prensa sobre El Cobre y la Salud celebrada el 16 de Octubre de 2002, la Profesora de Nutrición Clínica de Gothenburg Lena Hulthén afirmaba que " **la investigación que hay disponible indica que la deficiencia en la ingesta de cobre puede contribuir de forma importante al deterioro de la salud de muchas formas**", añadiendo a continuación: "La investigación reciente indica que en uno de cada tres países Occidentales la dieta podría no contener la cantidad suficiente de cobre para una salud óptima".

El cobre es un elemento esencial para la salud ya que un gran número de proteínas necesitan este metal para sus funciones.

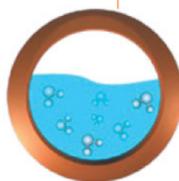
¿SABÍA USTED QUE...?

El cobre posee características únicas que le confieren un poder bactericida, que no afecta a seres humanos y animales pero que es letal frente a microorganismos y bacterias tales como la E. Coli y las causantes de la legionelosis y la salmonela.

EL COBRE y la Nutrición:

En un reciente informe de expertos internacionales encargado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) se reconoce el papel del cobre en las dietas para prevenir la osteoporosis. El informe pone de manifiesto **los beneficios del consumo de cobre, junto con otros micronutrientes, en la dieta para mantener una salud ósea a largo plazo**. Este informe técnico es una contribución esencial, con soporte científico, orientada a disminuir el creciente impacto de las enfermedades cardiovasculares, varios tipos de cáncer, la diabetes, la obesidad, la osteoporosis y las enfermedades dentales.

La Academia Estadounidense de las Ciencias ha definido ya una ingesta diaria recomendada de cobre de 0,9 miligramos al día para adultos; de un 1,0 miligramos al día para mujeres embarazadas, y 1,3 miligramos al día para las mujeres que dan el pecho a sus hijos. La Academia ha establecido también un máximo aceptable de consumo diario de cobre: 10 miligramos al día.



EL COBRE y el Medio Ambiente

Hasta ahora, hemos visto el papel que juega el cobre en nuestra salud y la importancia de mantener una dieta equilibrada. Pero aún nos quedan por descubrir los beneficios de este material para el medio ambiente. En este sentido cabe decir que:

- El cobre, al ser un metal cien por cien reciclable, puede reutilizarse fácilmente. El 41% del consumo total de cobre en Europa proviene de cobre reciclado.
- Los productos fabricados en cobre conservan su funcionalidad durante muchas décadas. En la pirámide de Keops se encontró una instalación rudimentaria de suministro de agua construida con cobre que conservaba su funcionalidad después de 5.000 años.
- La reciclabilidad del cobre y su durabilidad contribuyen a los objetivos básicos del desarrollo sostenible.



EL ESPACIO DEL LECTOR

Nos gustaría conocer los temas que más le interesan sobre el cobre y sus aplicaciones, con el fin de poder orientar nuestra publicación de acuerdo con las inquietudes de nuestros lectores. Le agradeceríamos que cualquier sugerencia en este sentido nos la hiciera llegar en el siguiente cupón a la dirección indicada al final del folleto.

Nombre: _____ Apellidos: _____
Empresa: _____ Actividad: _____ Cargo: _____
Dirección: _____ Nº: _____
Localidad: _____ C.P: _____ Provincia: _____
Teléfono: _____ Teléfono Móvil: _____ Fax: _____
e-mail: _____

¿Desea recibir el boletín por e-mail? SÍ NO



www.elcobre.com

Sus datos son recogidos en un fichero automatizado, pudiendo recibir comunicaciones comerciales. Usted tiene derecho a rectificar o cancelar sus datos. Ley Orgánica 15/1999 de 13 diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal. Si no desea recibir más información, marque con una X este recuadro.

EL COBRE y el Agua

El cobre es un elemento natural que se encuentra en la corteza terrestre. De ahí que **la mayoría de las aguas superficiales y subterráneas contengan cobre, sin que esto suponga ningún riesgo para nuestra salud**. De hecho, expertos en tecnología de materiales, salud y nutrición, afirman que el cobre es el mejor material para la conducción de agua.

Por otra parte, los resultados de una encuesta realizada en EE.UU y Canadá explican por qué varias generaciones de propietarios y profesionales de la construcción prefieren el cobre para sus instalaciones.

El Tubo y los Accesorios de cobre han demostrado su fiabilidad durante décadas. Todos los productos de cobre se controlan mediante estrictas normas de calidad, identificadas en tubos y accesorios según especificaciones de la norma correspondiente.

El cobre permanece inalterable ante grandes variaciones de temperatura y no requiere mantenimiento, puede almacenarse y usarse en cualquier lugar exterior o interior sin sufrir alteraciones.

El cobre no es inflamable y, a diferencia de los plásticos, no se quema ni se funde. Su punto de fusión es de 1.083°C.

El tubo de cobre necesita de menos soportes y no se comba en tramos largos, es fácil de instalar en cualquier lugar bien mediante soldadura o unión en frío.

