

# LAS SUSTANCIAS QUÍMICAS SON MÁS PELIGROSAS PARA LOS NIÑOS QUE PARA LOS ADULTOS



## ¿Por qué es así?

Los niños **SE EXPONEN MÁS** a muchas sustancias químicas que los adultos **Y TAMBIÉN** son más vulnerables a sus efectos tóxicos que los adultos

## ¿Por qué son más vulnerables?

Los niños tienen más probabilidades de sufrir daños por contacto con sustancias químicas porque:

*Sus cuerpos todavía están desarrollándose y cambiando.*

- ▶ Las sustancias químicas pueden dañar el desarrollo infantil, especialmente el desarrollo del cerebro;
- ▶ El cuerpo de un niño es menos capaz de deshacerse de sustancias químicas tóxicas que el cuerpo de un adulto.

*Se ha comprobado que los productos químicos usados en muchas casas, escuelas y centros de cuidado infantil, donde los niños pasan la mayor parte de su tiempo, aumentan el riesgo de:*

- ▶ Problemas de aprendizaje
- ▶ Cáncer
- ▶ Defectos de nacimiento
- ▶ Pubertad precoz
- ▶ Estorbos hormonales
- ▶ Asma y otros problemas respiratorios
- ▶ Enfermedad renal

## ¿Por qué SE EXPONEN MÁS los niños?

### Libra por libra de peso corporal, los niños:

Tocan más cosas con la boca que los adultos;

Comen más polvo que los adultos;

Tienen más contacto entre su piel y el suelo que los adultos;

Beben más agua, respiran más aire y comen más alimentos que los adultos;

Tienen más piel que recubre su cuerpo que los adultos;

Absorben más sustancias químicas porque su piel es menos gruesa que la de los adultos.



¿QUÉ PUEDE HACER para proteger a sus hijos contra los daños causados por las sustancias químicas tóxicas?



# ¿QUÉ PUEDE HACER para proteger a SUS HIJOS contra LOS DAÑOS causados por LAS SUSTANCIAS QUÍMICAS TÓXICAS?

## PESTICIDAS:

- ▶ Quítese los zapatos en la puerta de su casa para que los pesticidas y otras sustancias químicas tóxicas en las suelas de los zapatos no entren a la casa.
- ▶ No rocíe pesticidas en su casa o jardín. Use trampas y cebos si es necesario.
- ▶ Limpie los residuos y derrames de comida y guarde los alimentos que puedan atraer a insectos y bichos no deseados.
- ▶ Cierre los hoyos y grietas por donde los insectos puedan entrar a la casa.



## CONTAMINACIÓN AÉREA:

- ▶ Mantenga su casa libre del humo de tabaco.
- ▶ Limite las actividades al aire libre cuando la calidad del aire sea mala.
- ▶ Revise el índice de calidad del aire en [https://airnow.gov/index.cfm?action=aqikids\\_spanish.main](https://airnow.gov/index.cfm?action=aqikids_spanish.main)  
Leer mas aqui: [https://airnow.gov/index.cfm?action=pubs\\_spanish.index](https://airnow.gov/index.cfm?action=pubs_spanish.index).

Este material fue apoyado por el Colegio Americano de Toxicología Médica (ACMT) y financiado (en parte) por el acuerdo cooperativo FAİN: SU61TS000238-05 de la Agencia de Sustancias Tóxicas y Registro de Enfermedades (ATSDR). Reconocimiento: La Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos (EPA) apoya al PEHSU proporcionando financiamiento parcial a ATSDR (bajo el número de Acuerdo Inter-institucional DW-75-95877701). Ni EPA ni ATSDR respaldan la compra de productos o servicios comerciales mencionados en las publicaciones de PEHSU.



## EVITE USAR SUSTANCIAS QUÍMICAS TÓXICAS:

- ▶ Reemplace los productos de limpieza, etc., que contengan sustancias químicas fuertes con otros productos menos tóxicos. Ver la etiqueta de la Agencia de Protección del Medio Ambiente sobre opciones más seguras (**EPA Safer Choice**): <https://www.epa.gov/saferchoice/learn-about-safer-choice-label>.
- ▶ Si trabaja con pintura, solventes, pesticidas u otras sustancias químicas tóxicas, quítese la ropa de trabajo exterior antes de entrar a su casa y lave esa ropa por separado.

## PROTEJA A SU FAMILIA CONTRA LA EXPOSICIÓN AL PLOMO:

- ▶ No permita que la pintura a base de plomo se descame o descascare o descarapele. Nunca use una lija para eliminarla; contrate a un profesional.



- ▶ Si el agua lleva 6 horas o más sin correr por las tuberías de su casa, abra la llave del agua y deje que corra durante 1-2 minutos hasta que quede notablemente más fría. Esto le protegerá contra el plomo que puede haberse salido de las tuberías. No beba ni cocine con agua caliente del grifo. El agua caliente puede disolver más plomo.
- ▶ Lea la hoja informativa de la EPA sobre cómo proteger a su familia contra la exposición al plomo: <https://espanol.epa.gov/espanol/plomo>.



## LLEVE UNA DIETA SALUDABLE:

- ▶ Coma abundantes frutas y verduras como parte de una dieta saludable. Use **la guía del Grupo de Trabajo sobre el Ambiente** sobre los 15 alimentos más limpios (*Clean 15*) y los 12 alimentos más contaminados (*Dirty Dozen*) para escoger las frutas y verduras con menos pesticidas <https://www.ewg.org/foodnews/>.



Visítenos en internet:  
[www.wspehsu.ucsf.edu](http://www.wspehsu.ucsf.edu)



Síguenos en Twitter:  
@PEHSUnational  
"leukemia prevention"  
#protectkidshealth



Pulse "like" en nuestra  
pagina de Facebook:  
@PEHSUnational  
Pediatric Environmental Health  
Specialty Units - PEHSU