

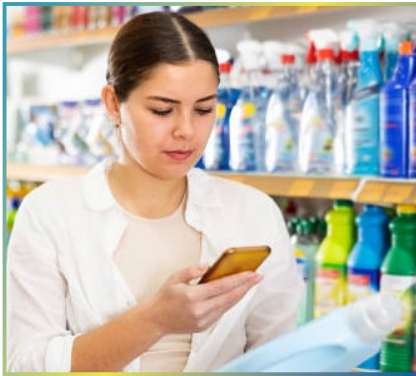


Recetas para la PREVENCIÓN

Los consejos de Western States
Pediatric Environmental Health Specialty Unit



Los productos de consumo



¿Sabía usted?

Los productos de uso cotidiano como los juguetes, los materiales de limpieza, la ropa, los artículos de arte y los productos de aseo personal pueden contener sustancias químicas dañinas para la salud de los niños. No todos los productos son sometidos a pruebas de salud y seguridad antes de salir al mercado. Sin embargo, usted puede reducir su exposición a sustancias químicas tóxicas tomando decisiones informadas sobre los productos que compre y use.



Haga esto

- ✓ **Elija productos más seguros usando herramientas como estas:**
 - ✓ **Productos de limpieza certificados por la EPA como más seguros;**
 - ✓ **La base de datos de productos de aseo personal** del Grupo de Trabajo sobre el Ambiente (EWG);
 - ✓ **La lista de productos retirados** del mercado por la **CPSC** (agencia que vigila la seguridad de los productos de consumo).

Para los bebés:

- ✓ **Al cambiarles el pañal**, límpielos con agua solamente y toallitas húmedas sin fragancia para bebés.
- ✓ **Use juguetes de dentición** y chupetes hechos de silicona de grado alimenticio.
- ✓ **Tome medidas preventivas contra las plagas:** arregle goteos, elimine sus fuentes de comida y selle los puntos de entrada. Si es necesario usar pesticidas, use cebos y trampas en lugar de aerosoles, que pueden llevar sustancias tóxicas a áreas y superficies inesperadas.



No haga esto

- ✗ **No use empaquetados de plástico** y evite comprar y guardar los alimentos y bebidas en materiales o recipientes de plástico.
- ✗ **No lleve su ropa a la tintorería.** Si es necesario limpiarla en seco, siempre déjela ventilar en una área bien ventilada antes de usarla.
- ✗ **No use el talco** para evitar la acumulación de humedad en los pañales. La exposición al talco puede contribuir a problemas pulmonares y cáncer.
- ✗ **No compre productos** de aseo personal que contengan ftalatos, parabenos, oxibenzona o fragancias.



Para más información, escanee el código o visite:
<https://wspehsu.ucsf.edu/projects/prescriptions-for-prevention-exposure-sources/>