Un hogar saludable está libre de sustancias químicas peligrosas

Un hogar libre de sustancias químicas peligrosas sufre menos envenenamientos, heridas y otros efectos dañinos.

La idea principal

Muchos productos de uso común en el hogar (tales como desodorantes ambientales, blanqueadores, enjuagues para alfombras, limpiadores de drenaje y para muebles, así como detergentes para la ropa y la vajilla) contienen sustancias químicas que pueden ser dañinas. Busque mejores alternativas siempre que sea posible.Entre otras sustancias químicas peligrosas están: el radón (gas natural radiactivo), la pintura con plomo y el humo de cigarrillos, puros y pipas.

Repercusiones en su salud

Si se inhalan, tragan o tocan, hay sustancias químicas que pueden:

- Ocasionar mareos, dolores de cabeza, fatiga, depresión, náusea, vómito o diarrea
- Irritar los ojos, la piel y los pulmones
- Quemar la piel
- Dañar el hígado, los pulmones, los riñones y el sistema nervioso
- Ocasionar cáncer en varias partes del cuerpo
- Producir convulsiones, estados de coma y muerte

Señales del problema

- En su hogar hay productos con olores penetrantes y sustancias químicas fuertes, con etiquetas que dicen *Precaución*, *Advertencia*, *Peligro* o *Veneno* (*Peligro* y *Veneno* indican los más peligrosos)
- Se fuma dentro y cerca de su casa
- Hay pintura descarapelada, descamada o con caleo en una casa construida antes de 1978, pintura que puede contener plomo

Resolución del problema

- Use los productos más seguros para el hogar, incluidos productos «verdes» hechos en casa con ingredientes como bicarbonato, vinagre, jabón de Castilla y sal
- Lea con cuidado las etiquetas de precaución y siga las instrucciones de uso, almacenamiento y eliminación
- Mantenga las sustancias químicas en sus contenedores originales y nunca remueva las etiquetas
- Mantenga fuera del alcance de los niños las sustancias químicas peligrosas del hogar
- No use desodorantes ambientales, ni ningún otro producto con aromas, ni aerosoles
- Escriba el número del centro de envenenamiento (1-800-222-1222) cerca de cada teléfono y prográmelo en sus teléfonos celulares
- No permita que se fume dentro o cerca de su hogar
- Si su casa fue construida antes de 1978, haga que verifiquen la pintura por plomo
- Verifique si hay radón e instale sistemas para removerlo si es necesario

Dónde obtener más información

- U.S.Department of Health and Human Services, Household Products Database, http://householdproducts.nlm.nih.gov/index.htm
- Connecticut Poison Control Center, http://poisoncontrol.uchc.edu/about_poisons/index.html
- U.S.Environmental Protection Agency, www.epa.gov/wastes/conserve/materials/pubs/hhw-safe.htm

Para más información, llame al Connecticut Department of Public Health's Healthy Homes Initiative al 860-509-7299, visite www.ct.gov/dph/healthyhomes, o llame a *Infoline* al 2-1-1

Connecticut Department of Public Health
Healthy Homes Initiative
Good Health Begins at Home
www.ct.gov/dph/healthyhomes