



Eco-Healthy Child Care®



Eco-Healthy Child Care® presta ayuda a los establecimientos de aprendizaje de la primera infancia para que sean lo más saludables, seguros y ecológicos posible mediante la reducción de la exposición de los niños a químicos tóxicos.

Muebles y alfombras

Preocupaciones sobre la salud

Si bien las alfombras de pared a pared brindan una superficie suave para apoyarse, pueden acumular pesticidas, residuos de productos de limpieza doméstica y polvo y tierra contaminados con plomo. Las alfombras y los pegamentos que las mantienen en su lugar liberan sustancias químicas como los compuestos orgánicos volátiles (VOCs, por sus siglas en inglés). Los niños, especialmente los niños más pequeños, pasan la mayoría del tiempo cerca del suelo o sobre él y, por lo tanto, inhalan estas sustancias químicas, así como también la tierra, el polvo y el moho que se acumula en la alfombra. La exposición a estas sustancias puede generar complicaciones pulmonares y puede funcionar como factor desencadenante de ataques de asma.

Además, los muebles domésticos pueden contener materiales tóxicos como formaldehído y retardantes de fuego. El formaldehído puede irritar los ojos, la piel y las membranas mucosas. La liberación de gases en el aire puede provocar dolor de cabeza, náuseas, ardor en los ojos, la nariz y la garganta; brotes o sarpullidos en la piel; tos y opresión en el pecho. La exposición prolongada (10 a 20 años) a niveles elevados de formaldehído puede provocar cáncer. El formaldehído es una toxina que se sospecha afecta el sistema neurológico, reproductivo y hepático.

La exposición a niveles elevados de ciertos retardantes de fuego comunes, entre ellos los éteres de difenilo polibromados (PBDEs, por sus siglas en inglés), puede ser tóxica para el hígado y la tiroides. Los bebés y los niños pequeños que están altamente expuestos a los PBDEs pueden sufrir daños en sus sistemas nerviosos que aún se encuentran en desarrollo.

Formaldehído

El formaldehído se emplea para añadir la cualidad de planchado permanente a telas para fabricar cortinas, como componente de los adhesivos en muebles de madera prensada y pisos de contrachapado, y como conservante en ciertas pinturas y productos de revestimiento. Por otra parte, el formaldehído también es producto de la combustión (quema), tal como de los gases de combustión de automóviles, el humo de cigarrillo y estufas de leña. El formaldehído casi siempre se encuentra presente en el aire interior, con frecuencia a niveles más elevados a los que se consideran seguros. Es un gas inflamable, sin color, y

con un olor acre. El mayor desprendimiento de gases en el aire de los muebles se produce durante los primeros cinco años después de haberse instalado productos que contienen formaldehído. Las personas quedan expuestas al inhalar el formaldehído que se encuentra en el aire.

Retardantes de fuego bromados

Los PBDEs son sustancias químicas que se han utilizado durante más de 30 años con el propósito de reducir el riesgo de incendio de algunos productos. Nuevas investigaciones han revelado que tales retardantes de fuego son tóxicos. Se han utilizado ampliamente en la gomaespuma de muebles, los rellenos para alfombras, los paneles traseros de cortinas y tapices, plásticos, computadoras, televisores, materiales de construcción y electrodomésticos. Las investigaciones indican que más del 80 % de la exposición a PBDEs proviene del polvo en las viviendas. Los PBDEs permanecen en el medio ambiente y se acumulan en los seres vivos; se los han encontrado en sangre humana, leche materna y sangre del cordón umbilical.

Sugerencias para disminuir la exposición al formaldehído y a los PBDEs en muebles y alfombras:

1. Haga que los niños se laven las manos con frecuencia con agua y jabón.
2. Mantenga los niveles de polvo bajos sacudiendo con un paño húmedo y trapeando.
3. Ventile la habitación frecuentemente y sobre todo cuando limpie.
4. Evite las alfombras de pared a pared que usen rellenos para alfombras; en su lugar, opte por los pisos duros (madera, cerámicas).
5. Elija muebles hechos de madera sólida. Evite los productos a base de madera prensada que estén fabricados con adhesivos que contengan resinas de formaldehído ureico (UF, por sus siglas en inglés).
6. Evite los productos elaborados con gomaespuma. Deseche (o repare haciendo uso de cinta adhesiva) los elementos con gomaespuma rasgada (almohadones, almohadas, animales de peluche, tapetes para dormir).
7. Opte por artículos nuevos con relleno de

- poliéster, plumón, lana o algodón; es poco probable que estos contengan retardantes de fuego tóxicos.
8. aspire cuando los niños no estén presentes y utilice una aspiradora con filtro de partículas de aire de alta eficiencia (HEPA).
 9. Coloque un tapete en todas las entradas del exterior y recomiende limpiarse los zapatos antes de ingresar, o bien haga que las personas se quiten los zapatos antes de ingresar en espacios interiores.
 10. Opte por tapetes hechos de fibras naturales (algodón, cáñamo y lana) que son naturalmente resistentes al fuego y contienen menos sustancias químicas.
 11. Limpie los tapetes al menos dos veces al año haciendo uso de limpiadores biodegradables con certificación de terceros que no contengan fragancias (*Safer Choice* de la EPA, *EcoLogo* o *Green Seal*).

Productos de limpieza ecológicos:

Visite el Programa *SaferChoice* de la EPA en www.epa.gov/saferchoice, *EcoLogo* en www.ecologo.org o *Green Seal* en www.greenseal.org para buscar productos de limpieza que cuenten con la certificación de ser biodegradables y saludables en términos ambientales.

Quitamanchas para alfombras

Remueva inmediatamente el exceso de la mancha con un paño húmedo. Rocíe bicarbonato de sodio o maicena y deje que seque. Lave con agua carbonatada y aspire.
** Si el tapete o la alfombra están contaminados con líquidos corporales: remueva el exceso de líquido lo antes posible; luego desinfecte usando un desinfectante que contenga detergente (adaptado de Cuidando a nuestros hijos [Caring For Our Children], 3.ª edición).*

Limpiador para madera

¼ taza de vinagre blanco
 ¼ taza de agua
 ½ cucharadita de detergente líquido
 Unas cuantas gotas de aceite de oliva

Combine los ingredientes en un tazón y lave el área afectada. El olor a vinagre se disipará.

Limpiador multiusos

¼ taza de vinagre blanco
 2 cucharaditas de bicarbonato de sodio
 3 ½ tazas de agua caliente
 ¼ taza de detergente líquido para platos

Mezcle los ingredientes en una botella rociadora de 32 onzas y agregue el detergente para platos al último. Lave las superficies. El olor a vinagre se disipará.

Recetas para limpiar muebles y alfombras:

Recursos sobre muebles y alfombras

- Preguntas frecuentes de EHCC: Pisos y Alfombras
www.cehn.org/ehcc/toxFAQs
- Formaldehído
healthychild.org/issues/chemical-pop/formaldehyde/
- Elección de productos de limpieza más seguros
<https://toxicfreefuture.org/healthy-living/healthy-kids/choosing-safer-products-art-and-craft-supplies/>
- Agencia de Protección Ambiental (EPA): Formaldehído
<https://www.epa.gov/formaldehyde>
- Agencias certificadoras de productos y materiales que tienen emisiones químicas bajas: Instituto Ambiental Greenguard
www.greenguard.org/en/index.aspx
- Programa *Indoor Advantage* de Scientific Certification Systems
www.scscertified.com/gbc/indooradvantage.php

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Llame al: 202-543-4033, ext. 13
 Correo electrónico: ehcc@cehn.org
 Visite: www.cehn.org/ehcc

Eco-Healthy Child Care® es un programa nacional científico galardonado cuyo fin es mejorar la salud ambiental de los niños en cooperación con profesionales de cuidado infantil para eliminar o reducir los peligros ambientales para la salud que se encuentren en establecimientos de cuidado infantil.

