



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.

Plásticos y juguetes de plástico

Preocupaciones sobre la salud

Se sabe que ciertos plásticos contienen químicos tóxicos los cuales generan efectos negativos en la salud de los seres humanos. Los niños son especialmente vulnerables a estos químicos tóxicos ya que los sistemas y los órganos de sus cuerpos aún se encuentran en desarrollo. Sus cuerpos son pequeños así que lo que puede ser una dosis baja para un adulto puede ser una dosis elevada con grandes efectos para un niño. Los niños pequeños también corren un mayor riesgo, ya que a menudo se llevan objetos de plástico a la boca. Los biberones, los vasitos para bebé, los anillos de dentición y los juguetes a menudo están hechos de ftalatos y bisfenol A (BPA, por sus siglas en inglés). Estos dos ingredientes tóxicos de los plásticos son de especial preocupación, ya que las investigaciones muestran cada vez más que estas sustancias químicas imitan o suprimen las hormonas (por ejemplo, el estrógeno y la testosterona) y alteran el desarrollo y el crecimiento normal.

Ftalatos (se pronuncia ta-LA-tos)

Los ftalatos son una clase de sustancias químicas que se usan para ablandar los plásticos, por ejemplo el PVC (cloruro de polivinilo), adherir fragancias en productos y actuar como solventes y fijadores, por ejemplo, en esmaltes de uñas. La exposición de los seres humanos se produce a través de:

Inhalación: respirando las fragancias o vapores provenientes de solventes y fijadores.

Ingestión: al masticar juguetes de plástico, lo cual crea pequeñas aberturas en el plástico y ofrece una vía para el transporte de sustancias químicas desde el juguete hasta la boca del niño.

Absorción por la piel: lociones, perfumes, desodorantes.

Entre los efectos adversos para la salud se incluyen: interrupción de las hormonas, problemas reproductivos y de desarrollo, asma, nacimientos prematuros, bajos conteos de esperma, testículos no descendidos, malformaciones genitales, pubertad prematura y desarrollo de algunos tipos de cáncer.

Bisfenol A (BPA)

El bisfenol es un interruptor de hormonas que se usa para fabricar plástico de policarbonato (plástico transparente y duro). El bisfenol A se puede encontrar en biberones, botellas de agua, vasitos para

bebé, tazas y vasos comunes, revestimientos de alimentos enlatados y recibos. La exposición de los seres humanos se produce principalmente a través de la ingestión (consumir y chupar/llevarse a la boca plásticos) y el contacto con la piel.

Entre los efectos adversos para la salud se incluyen cáncer de próstata, cáncer de mama, abortos naturales, defectos congénitos, pubertad prematura, bajos conteos de esperma, hiperactividad y agresividad. Se pueden encontrar rastros de BPA en más del 90 % de la población de los Estados Unidos.

Sugerencias para usar plásticos de manera más segura

Evite los plásticos que tengan los códigos de reciclaje #3, #6 y #7 (los códigos de reciclaje, que se muestran a continuación, se encuentran en la base de los productos, si estos están etiquetados).



#3: Cloruro de Polivinilo (PVC)

El PVC (plástico de vinilo blando) a menudo contiene plomo y ftalatos y la producción o la destrucción del PVC liberan al medioambiente dioxinas que generan cáncer.

Productos que probablemente contienen PVC: juguetes de plástico flexible (patitos de hule, muñecas, pelotas de playa, libros de baño para bebés), baberos, tapetes para dormir/descansar, piscinas inflables, mangueras de jardín, impermeables, paneles para paredes y pisos, persianas, cosméticos, cortinas de baño, protectores de cuna, piel/cuero de imitación y envoltura de alimentos.

Preocupaciones sobre la salud con respecto al PVC: cáncer, defectos congénitos, trastornos reproductivos y del desarrollo, bajos conteos de esperma, testículos no descendidos, pubertad prematura y disfunción hepática.

#6: Poliestireno (PS) (generalmente conocido como "Styrofoam")

El plástico de poliestireno puede liberar estireno tóxico.



Productos que probablemente contengan Styrofoam: vasos y tapas, recipientes para llevar comida, esferas de embalaje, bandejas de alimentos, utensilios desechables, juguetes, hieleras y envoltura de carnes,

quesos y pescados.

Preocupaciones sobre la salud con respecto al Styrofoam: posible cancerígeno y neurotoxina.



#7: Otros (generalmente policarbonatos)

El plástico de policarbonato puede liberar bisfenol A (BPA), el cual puede actuar como un interruptor de hormonas. Sin embargo, no todos los plásticos de la categoría #7 contienen BPA. Cada vez más se fabrican plásticos #7 con compuestos que no contienen BPA. El código de reciclaje #7 se puede considerar la categoría "inclusiva". Caracterizado como "Otros", el #7 incluye las resinas que no corresponden a las categorías de 1 a 6. Entre los materiales comunes se incluyen plásticos de base vegetal o de base biológica hechos de maíz, papa o azúcar. En este caso, la etiqueta indicará que "no contienen BPA" o alguna fórmula similar.

Importante: El BPA tiene compuestos emparentados (BPS y BPF) que se pueden emplear como sustitutos del BPA; por lo tanto, un plástico puede "no contener BPA" pero tener compuestos emparentados. Tenga cuidado con estas sustancias químicas y evite ciertos plásticos que lleven la etiqueta #7. Los productos de bisfenol tienden a ser muy duros y rígidos (no se pueden doblar con la mano) y en general, son transparentes (incluso cuando se les aplican colores o tintes).

Productos que probablemente contienen BPA: biberones duros y transparentes, botellas de agua, vasitos para bebé y vasos comunes; revestimientos de latas metálicas de alimentos y recibos.

Preocupaciones sobre la salud con respecto al BPA: cáncer de próstata, cáncer de seno, abortos naturales, defectos congénitos, pubertad prematura, bajos conteos de esperma, hiperactividad y agresividad.

Diez sugerencias para un uso más seguro de los plásticos:

1. **Evite los plásticos que tengan el código de reciclaje #3, #6 y #7** (a menos que el producto esté fabricado con plástico de base vegetal/de base biológica).

2. **Compre biberones de vidrio con una cubierta de silicona** o botellas o vasitos para bebé de plástico opacos similares a los de la leche con la etiqueta que indique que "no contiene BPA" (*BPA-free*).
3. **Nunca caliente alimentos o bebidas en envases plásticos, incluso en un microondas**, aún si el producto indica que es "seguro para microondas" o "apto para microondas". El desprendimiento de químicos tóxicos del plástico hacia alimentos o líquidos puede ocurrir. Use una toalla de papel en lugar de una envoltura de plástico para cubrir alimentos en el microondas.
4. **Nunca caliente biberones de plástico.** Al preparar fórmula para bebés, caliente el agua antes de mezclarla. Al calentar leche materna, use una botella de vidrio (quite la tapa de plástico).
5. **Use envolturas de plástico que no contengan PVC** (compre envolturas y bolsas de plástico hechos de polietileno).
6. **Consuma productos frescos o congelados:** minimice el uso de alimentos enlatados y bebidas enlatadas, ya que muchas latas tienen un revestimiento que contiene BPA.
7. **Únicamente compre juguetes de dentición de silicona "nuevos"** para bebés y niños pequeños que tengan la etiqueta que indique que "no contienen ftalatos" (*phthalate-free*) y que no "contienen PVC" (*PVC-free*).
8. **Compre productos de belleza sin ftalatos y sin fragancias.**
9. **Pídale a su dentista que use selladores y rellenos compuestos que no contengan BPA.**
10. **Deseche todos los recipientes para alimentos de plástico que estén gastados o rayados**, especialmente los biberones, vasitos para bebé y vasos y platos para alimentar bebés.

Recursos sobre el Plástico

- Información de la EPA para padres y proveedores acerca de los plásticos en ambientes de cuidado infantil www2.epa.gov/childcare/information-parents-and-providers-about-plastics-child-care-settings
- Estireno www.atsdr.cdc.gov/toxfaqs/tf.asp?id=420&tid=74
- Preguntas y respuestas acerca del Bisfenol A www.niehs.nih.gov/health/topics/agents/sya-bpa/index.cfm
- Guía inteligente sobre plásticos para padres y niños myplasticfreelife.com/plastics_guide.pdf
- Preguntas frecuentes de Eco-Healthy sobre los plásticos www.cehn.org/ehcc/toxFAQs

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.

Eco-Healthy Child Care®
c/o Children's Environmental Health Network
110 Maryland Ave. NE Suite 404 | Washington, DC 20002
202.543.4033, ext. 13

