



FRAGANCIAS



¿DÓNDE SE ENCUENTRAN LAS FRAGANCIAS Y CUÁLES SON LOS PELIGROS?

La palabra "fragancia" cubre docenas, a veces incluso cientos, de productos químicos en las etiquetas de los productos. Muchos productos comunes para el hogar y artículos de cuidado personal contienen fragancias. Los ejemplos incluyen limpiadores, ambientadores, detergentes perfumados, lociones para manos, velas, incienso y marcadores artísticos con punta de fieltro.

Los niños están expuestos a las fragancias químicas principalmente a través de la inhalación de volatile organic compounds VOCs (compuestos orgánicos volátiles) que se evaporan fácilmente del producto perfumado en el aire o por contacto directo con la piel.

Los productos químicos sintéticos en las fragancias tienen una base de petróleo y pueden ser dañinos para la salud humana. Los productos químicos que se encuentran en las fragancias incluyen phthalates (ftalatos), que son disruptores endocrinos, y carcinógenos benzophenone y styrene (benzofenona y estireno). Además, algunos niños y adultos tienen reacciones alérgicas a las fragancias químicas. Los niños asmáticos tienen un riesgo especialmente alto.



¿ES LO MISMO "SIN PERFUME" QUE "SIN FRAGANCIA"?

Una etiqueta "fragrance-free" (sin fragancia) indica que el producto no contiene productos químicos de fragancia añadidos. Una etiqueta "unscented" (sin perfume) significa que es posible que se hayan agregado productos químicos de fragancia para enmascarar los olores. Asegúrese de seleccionar productos etiquetados como "fragrance-free" (sin fragancia).

¿ESTÁN BIEN USAR VELAS PERFUMADAS Y ACEITES ESENCIALES?

Las velas perfumadas son obsequios populares, pero los productos químicos nocivos de las fragancias que se les agregan pueden liberarse en el aire y ser inhalados por los niños. Además, los aceites de fragancia pueden ablandar la cera para que la vela no se queme limpiamente y emita más hollín negro. El hollín negro daña las casas y los muebles y es dañino para la salud humana.

Los aceites esenciales se utilizan en muchos productos de limpieza y cuidado personal. A menudo se anuncian como "verdes" o "totalmente naturales". Sin embargo, aunque se derivan de plantas, no son necesariamente más seguros. Los compuestos químicos que se encuentran en los aceites esenciales están altamente concentrados y pueden ser dañinos para la salud humana, causando irritaciones en la piel, dificultad respiratoria e incluso cáncer.



¿CÓMO PUEDO MINIMIZAR MI USO DE FRAGANCIAS?

- Conozca sus etiquetas: "scented" (perfumado) vs. "unscented" (sin perfume). Los productos sin perfume aún pueden contener productos químicos de fragancia. Elija productos "fragrance-free" (sin fragancia).
- Evite los productos que contengan "fragrance" (fragancia) o "parfum" en la etiqueta.
- Use el equipo de protección personal adecuado cuando trabaje con productos perfumados, como productos para el cuidado personal, productos de limpieza, perfumes y productos para el cuidado del hogar.
- Lo limpio no tiene olor. Elija productos de limpieza ecológicos para reducir la exposición a sustancias químicas dañinas: la etiqueta "Safer Choice" de la Environmental Protection Agency (Agencia de protección ambiental), Green Seal, o ECOLOGO.
- Es posible desodorizar una habitación simplemente abriendo una ventana o colocando una caja abierta de bicarbonato de sodio o un tazón pequeño de vinagre en algún lugar de la habitación, fuera del alcance de los niños.
- Mantenga la basura sellada en todo momento y llévela afuera con frecuencia.



ECO-HEALTHY CHILD CARE®

www.cehn.org/ehcc

(202) 543-4033 x 10 | Facebook: @ehcc1

Instagram: [ecohealthychildcare](https://www.instagram.com/ecohealthychildcare)

