



MANTENGA SU HOGAR Y SU FAMILIA **SANOS**

Reduzca su exposición a
**SUSTANCIAS QUÍMICAS
NOCIVAS EN PRODUCTOS
DE CUIDADO PERSONAL**



Publicación: 22-04-038ES
Marzo 2023



Para solicitar acomodación ADA, comuníquese con Ecología por teléfono al 360-407-6700 o por correo electrónico en hwtrpubs@ecy.wa.gov. Para el servicio de Retransmisión de Washington o TTY llame 711 ó 877-833-6341.

¿QUÉ CONTIENEN ESTOS PRODUCTOS Y **POR QUÉ?**

Los fabricantes usan sustancias químicas tóxicas en los productos de cuidado personal de varias maneras, como evitar el desarrollo de bacterias y hacer que los aromas duren más tiempo. Algunos ejemplos de productos de cuidado personal que pueden contener sustancias químicas nocivas incluyen:



Fragancias y perfumes



Esmalte de uñas



Lociones y cremas



Cosméticos y maquillajes



Productos para el cabello

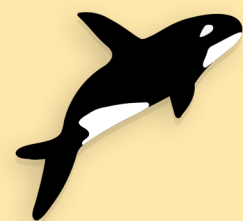
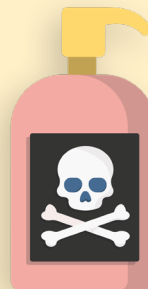
¿QUE SON **PRODUCTOS DE CUIDADO PERSONAL?**

Productos de cuidado personal y auto cuidado son cualquier cosa que se ponga en el cabello o el cuerpo – ya sea que se lo deje puesto o se lo lave – para embellecer, limpiar, o cuidar a sí mismo. Las sustancias químicas tóxicas en algunos de estos productos pueden:



Legalmente
ser fabricadas por empresas y vendidos a usted

Acumularse en nuestros cuerpos y causar **efectos negativos para la salud**



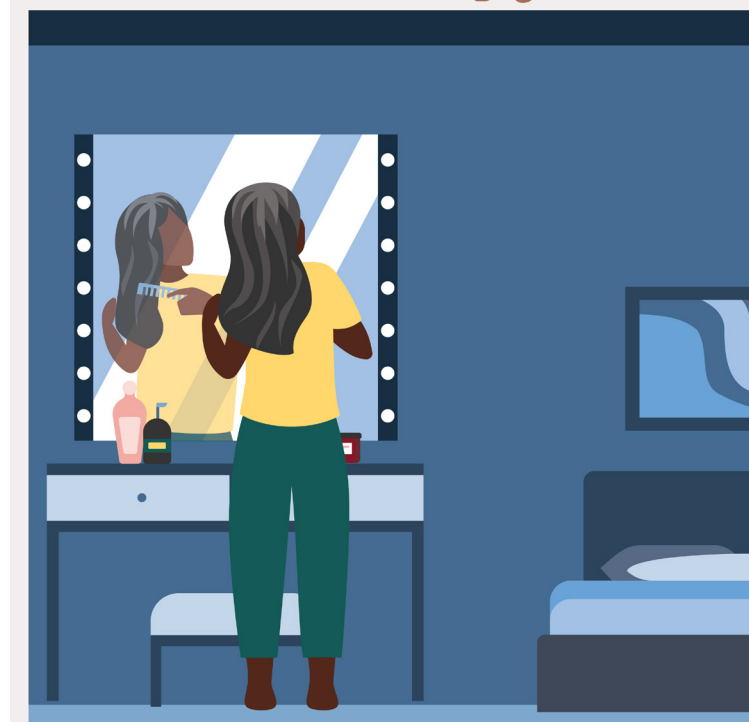
Escapar al medio ambiente y **dañar la vida silvestre**

Exponer a mujeres, especialmente mujeres de color, mas frecuentemente o a niveles mas altos



¿COMO PUEDO SER **EXPUESTO?**

Cuando usamos productos y a cómo se vayan degradando, se pueden liberar sustancias químicas tóxicas. Lo que ponemos sobre nuestra piel o cabello dentro de productos de cuidado personal puede terminar dentro de nuestros cuerpos. Después de ser liberadas, estas sustancias químicas se pueden acumular en nuestros hogares o escapar al medio ambiente.

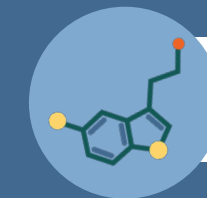


¿CÓMO PODRÍAN **AFECTARME** ALGUNAS DE ESTAS SUSTANCIAS QUÍMICAS?



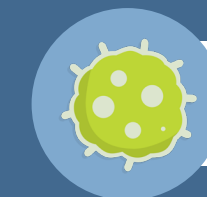
Dificultades de embarazo

Cambios en cómo se desarrollan los niños



Cambios en los sistemas hormonales

Daño al desarrollo cerebral



Mayor riesgo de cáncer

1 <https://www.c2ccertified.org/products/registry>
2 <https://www.epa.gov/saferchoice/products>
3 <https://www.ewg.org/skindeep/>

¿QUÉ PUEDO HACER **PARA PREVENIR LA EXPOSICIÓN?**

Aquí hay algunos pasos que puede tomar para reducir su exposición a sustancias químicas nocivas en productos de cuidado personal y otros productos de consumo:



Reduzca la exposición a sustancias químicas nocivas en el hogar con algunas prácticas.

- Use una aspiradora con un filtro HEPA y desempolve su hogar frecuentemente. Las sustancias químicas tóxicas pueden acumularse en el polvo y las alfombras. Esto es especialmente importante para proteger a los niños y mascotas quienes pasan más tiempo en el suelo.
- Deje sus zapatos en la puerta. Podemos traer sustancias químicas tóxicas dentro de nuestros hogares en nuestros zapatos.

Evite fragancias con ingredientes desconocidos.

- Busque la palabra “fragancia” o “parfum” en las listas de ingredientes – estos ingredientes pueden incluir miles de diferentes sustancias químicas desconocidas.
- Elija productos sin fragancia o productos con los ingredientes de fragancia claramente etiquetados.
- Compre productos de cuidado personal etiquetados como libres de ftalatos.



Busque productos sin sustancias químicas nocivas.

- Busque [productos certificados Cradle to Cradle](#).¹
- Compre [productos certificados EPA Safer Choice](#).²
- Utilice [la base de datos Skindeep del Grupo de Trabajo Ambiental](#)³ para saber qué ingredientes están en sus productos de cuidado.

@ Sahar@motherafrica.org

@ Kholoud@motherafrica.org

ecology.wa.gov/ToxicFreeTips

@ SaferProductsWA@ecy.wa.gov

