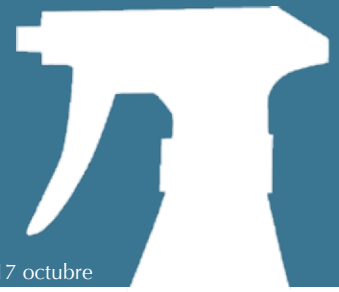


# Productos de Limpieza y Su Salud

2017 octubre



Le guste o no, la limpieza es una parte regular y una parte necesaria de nuestras vidas. Y, por cierto, hay algunos gran beneficios psicológicos y físicos para mantener sus entornos limpios. Sin embargo, los productos de limpieza también pueden poner en riesgo la salud. Hay numerosos productos químicos que se encuentran en los productos de limpieza que son peligrosos, y los cuales pueden afectar su salud cuando usted los usan.<sup>i</sup>

Cuando usted usa los productos de limpieza, los productos químicos entran en su cuerpo en estas dos maneras principales:

**La Inhalación:** Respirando los gases en sus pulmones.

**La Absorción:** Absorbiendo los productos químicos por su piel, especialmente sus manos. Cuando sus manos están mojadas frecuentemente, como sucede con la limpieza rutinaria, la barrera protectora de la piel se puede dañar, haciendo la piel más vulnerable de absorber los productos químicos de los productos de limpieza.<sup>ii</sup> Usted también puede absorber algunos productos químicos volátiles directamente por la piel del aire.<sup>iii</sup>



## Los efectos de la exposición a los productos de limpieza

**Los efectos graves de la exposición a los productos de limpieza:** *(Los efectos graves son los síntomas a corto plazo y las condiciones que ocurren a menudo inmediatamente o muy pronto después del uso del producto).*

**Herida en el ojo:** Las heridas en el ojo se reportan comúnmente a los centros de veneno, especialmente de los accidentes usando los productos de limpieza en atomizadores que contienen ingredientes corrosivos como el cloro.<sup>iv</sup>

**Irritación de la piel y sarpullidos:** Los productos de limpieza son causas comunes de los sarpullidos y otros problemas de la piel.<sup>v</sup>

**Los efectos crónicos de la exposición a los productos de limpieza:** *(Los efectos crónicos son condiciones a largo plazo y enfermedades desarrolladas durante un periodo más largo de tiempo. Por lo general, los efectos crónicos se han estudiado en los trabajadores de limpieza, pero casi nunca, o nunca, investigadas con respeto a la limpieza de hogar.)*

**Cáncer pulmonar:** Se ha mostrado que las mujeres que se dedican a la limpieza tienen doble el riesgo de padecer del cáncer pulmonar, comparado con las mujeres en otras profesiones.<sup>viii</sup>

**Asma:** Los estudios de los trabajadores de limpieza han encontrado tasas aumentadas del inicio del asma de los adultos y el asma agravado por el trabajo comparado con las personas en otras profesiones.<sup>ix</sup>

**Envenenamientos de los niños:** El tragar o derramar accidental de los productos de limpieza causa que miles de niños pequeños vayan al hospital cada año, y ha resultado en varias muertes.<sup>vi</sup>

**Problemas de respiración:** El uso de algunos de los productos de limpieza ha sido una causa de la falta de respiración, y la exacerbación del asma y otras enfermedades de los pulmones.<sup>vii</sup>

**Dermatitis de contacto alérgico:** Los trabajadores de limpieza tienen tasas aumentadas de las condiciones de la piel como la dermatitis de contacto alérgico relacionada con los productos de limpieza que usan.

**Los efectos de reproducción:** Los estudios han encontrado tasas aumentadas de las malformaciones congénitas como paladares hendidos y el síndrome de Down en los niños de los trabajadores de limpieza.<sup>xi, xii</sup>

# Los Productos Químicos de Limpieza de Preocupación Más Grande: Con qué tener cuidado y evitar



**Los productos químicos antimicrobianos:** Triclosán, Triclocarbán, compuestos cuaternarios de amonio como cloruro benzalconio (ADBAC, por sus siglas en inglés), cloruro Didecildimetilamonio (DDAC, por sus siglas en inglés) y otros.

Los productos químicos antimicrobianos son tóxicos intrínsecamente porque son diseñados para matar a los microbios vivos. Mientras que matan a los microbios en las superficies eficazmente, no hay evidencia que matar a los microbios (particularmente en un ambiente de hogar) es en realidad eficaz de mantener la salud de la familia más sana.<sup>xiii</sup> El uso excesivo (y el uso innecesario) de los productos químicos antimicrobianos también puede resultar en el desarrollo de microbios más resistentes a las drogas en nuestro ambiente.<sup>xiv</sup>

## Los solventes relacionados con los efectos

**reproductivos:** Éteres de glicol (2-butoxietanol, éter de glicol etileno y monometil (EGME, por sus siglas en inglés), y otros).

Las mujeres que se dedican a la limpieza tienen exposiciones más altas a los éteres de glicol de los productos de limpieza. Los estudios han encontrado tasas aumentadas de las malformaciones congénitas en los niños de los trabajadores de limpieza con exposiciones del empleo a los éteres de glicol.<sup>xv, xvi, xvii</sup>

## Los productos químicos sumamente corrosivos/

**irritantes:** Los productos químicos de limpiador de horno y de limpiador de desagüe (hidróxido de sodio), amoníaco (hidróxido de amonio) y lejía de cloro (hipoclorito de sodio).

Los productos que tienen estos productos químicos a menudo contienen palabras en la etiqueta que dicen "Peligro" o "Aviso" debido a su potencial de causar quemaduras serias a la piel y daño permanente en el ojo. La inhalación de los gases de los productos que tienen estos productos químicos puede causar la irritación de la respiración y los problemas de respiración. Comúnmente, las etiquetas de productos incluyen recomendaciones de usar guantes, la protección de los ojos, y ocasionalmente, las máscaras de respiración para usar estos productos en su casa.

## Los productos químicos de fragancia:

Miles de productos químicos sintéticos se usan para crear fragancias contemporáneas para nuestros productos, y algunas de estos productos químicos han sido relacionados a los impactos a la salud desde la irritación de los ojos y la piel, el dolor de la cabeza, los problemas de respiración<sup>xix</sup> a el desbalance de hormonas<sup>xx</sup> y el riesgo aumentado del cáncer mamario.<sup>xxi</sup> Es extremadamente difícil identificar los productos químicos de fragancia más problemática, ya que los fabricantes casi nunca revelan los ingredientes de fragancia.

## Las Recomendaciones para el Uso Más Seguro de los Productos de Limpieza:

- Busquen los productos de limpieza que no tienen fragancia – o los productos que revelen los ingredientes en sus fragancias.
- Usen los productos de limpieza antibacterianos con moderación – utilícenlos solamente para las situaciones particulares con una probabilidad alta de extender las infecciones.
- Lávense las manos cuidadosamente durante el día y antes de comer para prevenir la difusión de enfermedad en vez de desinfectar las superficies.
- Lean las etiquetas – presten atención especial a los productos que usan la palabra "Peligro" o "Precaución" – lean las instrucciones cuidadosamente en estos productos. Usen las gafas protectoras y los guantes si se recomiendan. Lávense las manos cuidadosamente después del uso.
- No usen ni guarden los productos de limpieza peligrosos en hogares donde hay niños o mascotas presentes. Estos productos incluyen los espráis de lejía, los productos de limpieza para el horno, los productos de limpieza para el desagüe, o cápsulas para ropa sucia de carga singular.
- Hagan sus propios productos de limpieza de ingredientes más seguros: Obtengan nuestras recetas simples en: [www.womensvoices.org](http://www.womensvoices.org).

## References:

References are available online at: [womensvoices.org/cleaningproducts](http://womensvoices.org/cleaningproducts)