

NUESTRO HOSPITAL SE ENORGULLECE DE PROTEGERLOS A SU RECIÉN
NACIDO Y A USTED DE LOS COMPUESTOS QUÍMICOS TÓXICOS



Nuestro hospital protege a nuestros pacientes y a nuestro personal al garantizar que usted y su bebé no estén expuestos a los insectos o roedores ni a los peligrosos plaguicidas que se utilizan a menudo para eliminar estas plagas. Aquí practicamos un manejo seguro de las plagas sin el uso de plaguicidas. Nuestro objetivo es que las plagas no entren al hospital. Con ese fin nos aseguramos de que en nuestras instalaciones no haya cosas que a los insectos y a los roedores les guste comer o beber.

Nos cercioramos de que las llaves de agua no presenten fugas. Si encontramos un agujero o una abertura en algu-

na pared, los sellamos. Si vemos que hay una rendija bajo la puerta, colocamos una barrera. De esa forma, las hormigas, los ratones, las cucarachas y las moscas no pueden entrar, encontrar alimento o lugares donde reproducirse. Nos mantenemos siempre vigilantes ante la presencia de las plagas. Si hay un problema de plagas que persiste aún después de haber tomado todas estas medidas para prevenirlas o eliminarlas, recurrimos al uso de los plaguicidas menos tóxicos.

Consúltenos sobre cómo puede hacer de su hogar un lugar seguro para su familia, especialmente su recién nacido.

Si desea obtener más ideas e información útil sobre cómo proteger a su bebé y a su familia, comuníquese con:

- Maryland Pesticide Network en el sitio web www.mdpestnet.org o llame al **410.849.3909**. Consiga la guía informativa gratuita: "Los plaguicidas: Los riesgos, la prevención y las opciones saludables". Esta guía puede descargarse del sitio web www.mdpestnet.org/resource y también está disponible en español.
- Beyond Pesticides en el sitio web www.beyondpesticides.org o llame al **1-800-NoPoison**. Consiga aquí información sobre el manejo seguro de plagas, hojas informativas sobre los plaguicidas y sobre las compañías exterminadoras de plagas que operan en la zona donde usted vive y que utilizan el Manejo Integrado de Plagas (MIP). El MIP se basa en prevenir y manejar las plagas sin el uso de plaguicidas o en usar los menos tóxicos solo como último recurso.

Este folleto ha sido preparado por el Proyecto de MIP en Instalaciones Sanitarias (un proyecto conjunto de Maryland Pesticide Network y Beyond Pesticides), en colaboración con Maryland Hospitals for a Healthy Environment y la cooperación de UMMC. El folleto puede descargarse de los sitios web www.mdpestnet.org y www.beyondpesticides.org/hospitals, y se encuentra disponible en español.

Dele un hogar seguro a su bebé

PROTÉJALO DE LOS PLAGUICIDAS DAÑINOS



Existen formas sencillas de mantener a las plagas lejos de su hogar sin tener que usar plaguicidas que puedan provocar problemas de salud a su recién nacido y al resto de su familia.

Los plaguicidas son productos químicos que se utilizan para envenenar y matar insectos, roedores y malezas. Debido a que estos productos están diseñados para matar seres vivos, también pueden causarle daño a la salud de su bebé.

La buena noticia es que existen maneras seguras de mantener a las plagas lejos de su hogar sin tener que recurrir a estos productos químicos.



EL PROBLEMA CON LOS PLAGUICIDAS

Los bebés y los niños pequeños corren mayor riesgo de sufrir problemas de salud debido al contacto con los plaguicidas caseros. En relación con su peso, los niños beben dos veces y media más agua, comen de tres a cuatro veces más alimentos y respiran dos veces más aire que los adultos. Debido a esto, también ingieren cantidades mayores de productos químicos y plaguicidas que los adultos.

Hay tres maneras en que los plaguicidas que se usan en los hogares y los patios traseros pueden ingresar en el cuerpo de los bebés y de los niños y causarles daño: por la boca, por contacto con la piel y al respirarlos. Los bebés y los niños gatean sobre el suelo y luego introducen cosas en su boca (incluyendo sus manos), las que pueden haber estado en contacto con un área contaminada con plaguicidas. Por ejemplo, el césped de las zonas públicas, incluyendo los campos deportivos y los campos de juego, pudo haber sido fumigado con plaguicidas.

Los niños de hogares en los que se utilizan plaguicidas tienen más problemas de salud y de comportamiento. Los pesticidas pueden causar o empeorar las siguientes afecciones:

- Problemas respiratorios, como el asma
- Náuseas
- Vómitos
- Diarrea
- Entumecimiento
- Dolores musculares y de las articulaciones
- Mareos
- Sarpullidos
- Irritación de los oídos, la nariz y la garganta
- Visión borrosa
- Confusión mental

Los plaguicidas también pueden causar:

- Cáncer
- Defectos de nacimiento
- Abortos espontáneos
- Asma
- Trastornos del sistema nervioso
- Conteos bajos de espermatozoides e infertilidad
- Problemas del aprendizaje y de comportamiento
- Trastornos del espectro autista (ASD, por sus siglas en inglés)
- Trastorno de déficit atencional con hiperactividad (AD/HD, por sus siglas en inglés)
- Retraso en el desarrollo infantil

4 PASOS QUE USTED PUEDE TOMAR PARA TENER UN HOGAR LIBRE DE PLAGAS SIN USAR PLAGUICIDAS

PRIMERO:

No alimente a las plagas (cucarachas, hormigas, ratones, ratas, moscas y otras plagas).

- No deje comida afuera; guárdela y limpie las migajas.
- Lave los platos lo antes posible.
- Guarde los alimentos en recipientes con tapa o bolsas plásticas cerradas dentro de su refrigerador o en un armario. Los recipientes con comida que quedan abiertos atraen a los insectos.
- Limpie la grasa de su estufa.
- Guarde los alimentos para mascotas en recipientes herméticos.
- Coloque la basura en un basurero limpio con tapa.



SEGUNDO:

Mantenga las plagas fuera de su hogar.

Los insectos y arañas pueden meterse por rendijas de apenas $\frac{1}{16}$ de pulgada (2 milímetros). Los ratones pueden pasar por agujeros del tamaño de una moneda de 10 centavos y las ratas pueden escurrirse por agujeros tan pequeños como una moneda de 25 centavos. ¡Tape todos los agujeros y deje las plagas afuera! (También ahorrará en su cuenta de electricidad).

- Coloque barreras (door strips, en inglés) al pie de todas las puertas que den al exterior de su casa; esto puede reducir su problema de plagas en un 65%.
- Selle los rodapiés de su casa con masilla de modo que no queden espacios por donde los insectos puedan entrar. Coloque masilla alrededor de las ventanas y las puertas.
- Repare los agujeros y roturas en las telas metálicas de las ventanas y las puertas.
- Utilice ratoneras o trampas para capturar vivos a ratas y ratones.
- Para las hormigas, utilice agua jabonosa en sus senderos y deje allí una película de jabón.
- Unas pocas gotas de aceite de menta en motas de algodón ayudan a espantar las moscas y los ratones.

TERCERO:

Utilice productos sin plaguicidas para la limpieza y desinfección de su hogar, y para el aseo del bebé.

- Lea las etiquetas cuidadosamente y no utilice productos cuyas etiquetas indiquen que son "tóxicos." Entre más seria sea la advertencia de seguridad en un producto, es mayor la probabilidad de que este represente un riesgo para la salud de su bebé y de su familia. Mejor utilice productos seguros y naturales. Los compuestos químicos en los productos para el hogar tienen nombres extraños y a veces largos, como formaldehído, fenol, benceno, tolueno, 1,4-dioxano, cloruro de metileno, ácido fosfórico, etoxilato de nonilfenol y nitrobenzono.
- Utilice jabón y agua para desinfectar. Funciona tan bien como los productos a base de jabón que se comercializan como productos "antibacteriales" o "antimicrobianos" (lo que significa que pueden contener plaguicidas). Además, el jabón común con agua cuesta mucho menos.
- Evite utilizar productos antibacteriales o de otro tipo que contengan triclosán o triclocarbón.
- Busque pañales, toallitas, artículos para el aseo y otros productos para bebé que no contengan plaguicidas.



CUARTO:

Aléjese de las áreas que hayan sido fumigadas

Manténgase lejos de parques, edificios, campos deportivos, campos de golf u otros lugares que hayan sido fumigados recientemente.

No se siente, recueste o juegue en áreas que han sido fumigadas en días recientes. En Maryland, las compañías deben colocar señales amarillas para advertir que un área fue recientemente fumigada con plaguicidas.

Si contrata a una compañía exterminadora de plagas, asegúrese de que esta utiliza el Manejo Integrado de Plagas (MIP) y de que solo utiliza los pesticidas menos tóxicos como un último recurso. Pregúnteles cuáles son los productos que utilizan.





ADQUIERA PRODUCTOS SIN COMPUESTOS QUÍMICOS TÓXICOS

COMPAÑÍA/PRODUCTO	TIENDAS/ TELÉFONO	SITIO WEB
Masilla para sellar las rajaduras y las grietas Se puede comprar en algunos supermercados y ferreterías. Sin embargo, debido a que la mayoría de las masillas comerciales contienen productos químicos nocivos para su familia, le sugerimos que compre masilla no tóxica.		
Safecoat Caulking Compound	1-800-583-9523	www.healthyhome.com
Productos para cucarachas, chinches y hormigas		
Native Organics Ant and Roach Killer Use el cupón con el código MDPN0811 para un descuento de madres primerizas.	1-888- 653-5900	www.nativeorganicsllc.com haga clic en la pestaña con la palabra "Store"
Ecosmart Ant and Roach Killer	Disponible en Stop, Shop N Save, Shoppers y Super Fresh	www.ecosmart.com
St. Gabriel Organics Ant Eater, Bug Shooter and Stink Bug Shooter	Disponible en Whole Foods	www.stgl.us

COMPAÑÍA/PRODUCTO	TIENDAS/ TELÉFONO	SITIO WEB
Productos para el aseo del bebé		
Pañales y toallitas Seventh Generation	La mayoría de los supermercados, Babies R US	www.seventhgeneration.com/products
Productos para el aseo del bebé, pañales y toallitas Earth's Best	La mayoría de los supermercados, Babies R US	www.earthsbest.com
Productos de limpieza sin compuestos químicos tóxicos		
BioKleen, Earth Friendly, Ecover, EarthWorm, Method, Seventh Generation	La mayoría de los supermercados o por internet	www.naturallysafecleaning.com www.ecos.com, www.ecover.com/us/en, www.methodhome.com, www.seventhgeneration.com/products
Native Organics	Use el cupón con el código MDPN0811 para un descuento de madres primerizas.	www.nativeorganicsllc.com haga clic en la pestaña con la palabra "Store"