

Humo de Segunda Mano del Tabaco

El humo de segunda mano es una mezcla de más de 4,000 químicos, incluyendo monóxido de carbono, nicotina, alquitran, formaldehído, y cianuro de hidrógeno. Niños/niñas que viven con fumadores involuntariamente inhalan muchos contaminantes en el humo y varios de estos químicos causan cáncer y daño al pulmón. Los niños/niñas expuestos al humo de segunda mano tienden a tener más bronquitis, pulmonía, infecciones respiratorias, infecciones del oído, y síntomas del asma. La frecuencia de infección está directamente relacionada con la cantidad de humo en la casa. Recomendación: Por favor no fume o deje a otros que fumen cerca de sus niños/niñas, especialmente en su casa o carro. Si usted fuma, vaya afuera.

Para más información llame a la línea de información de la Calidad del Aire Interior al (800) 438-4318.

Rayos Ultravioletas (UV)

Sobre exposición a la dañina luz ultravioleta puede dañar la piel de los niños/niñas, causar daño al ojo, y reprimir el sistema inmune. La luz ultravioleta es la radiación del sol la cual aumentado en la superficie de la tierra debido al daño de la capa de ozono en la atmósfera alta. Los niños/niñas de 10-15 años de edad que han experimentado quemaduras del sol excesivas son tres veces más probables de desarrollar melanoma maligna, la forma más mortal de cáncer en la piel después en su vida. Recomendación: Mantenga a los niños/niñas fuera del sol del medio día; siempre use bronceador (con un factor de protección solar (SPF) de por lo menos 15); y use ropa clara, sombreros, y lentes del sol.

Para más información llame a la línea de Ozono Estratosférica al: (800) 296-1996.

Limpie Su Casa De Las Irritaciones Que Alteran El Asma

El asma es una enfermedad respiratoria crónica, un encogimiento de las vías respiratorias en el pulmón. Los síntomas incluyen toser, respiración fatigada, tensión en el pecho, falta de respiración, y aumenta el riesgo de infecciones respiratorias. Los ataques de asma son comúnmente "alterados" por cosas irritantes y alergias tales como el humo del cigarrillo, humo de madera, smog, polen, polvo en la casa, desechos de mascotas, cucarachas y moho. Cerca de 75 a 80 por ciento de los niños/niñas con asma tiene alergias significantes a estas irritaciones. El asma es la causa principal de enfermedades a largo plazo en los niños/niñas.

Recomendación: No permita que fumen en su casa. Mantenga su casa libre de estas irritaciones lo más posible. Para más información llame a la línea de Información de la Calidad del Aire Interior al (800) 438-4318



Contactos de Salud/Medio Ambiente:

EPA Region 8: PH (800) 227-8917, US EPA Children's Health Hotline: (877) 590-KIDS
Colorado: Dept. of Public Health and Environment Information Center at (303) 692-2035 for Metro residents and (800) 886-7689, ext. 2035 for Colorado residents outside the metro area. For pesticides, call the Dept. of Agriculture (303) 239-4139.

Montana: For indoor air quality (asbestos, radon, secondhand smoke), lead and water, call the Dept. of Environmental Quality at (406) 444-2544. For pesticides, lead and water, call the Dept. of Public Health and Human Services, Environmental Lab Bureau at (406) 444-2642. For pesticides, call the Dept. of Agriculture at (406) 444-3144.

North Dakota: Call the Dept. of Health at (701) 328-5150.

South Dakota: For asbestos, radon, pesticides, water and disposal of products containing lead, call the Dept. of Environment and Natural Resources at (605) 773-5559. For secondhand smoke, lead, ultraviolet light and water, call the Dept. of Health, Children's Special Health Services at (605) 773-3737.

Utah: For asbestos, radon, lead and water, call the Dept. of Environmental Quality at (801) 536-4400. For secondhand smoke, ultraviolet light, and lead, call the Dept. of Health at (801) 538-6101. For pesticides, call the Dept. of Agriculture at (801) 538-7105.

Wyoming: For lead, asbestos and water, call the Dept. of Environmental Quality at (307) 777-7938. For radon, second-hand smoke and lead, call the Dept. of Health at (307) 777-7656. For pesticides, call Dept. of Agriculture at (307) 777-7321.



Region 8 Programa de Salud Infantil

Los Niños/Niñas Crecen Mejor en Ambientes Saludables

Porque los cuerpos y mentes jóvenes todavía se están desarrollando, los niños/niñas son más sensibles a la contaminación que los adultos. Los contaminantes en la casa, escuela, y áreas de juego pueden dañar a los niños/niñas. Este folleto muestra puntos de algunas amenazas de salud comunes en el medio ambiente y le provee a los padres/madres, a los proveedores de guardería y salud y al personal de las escuelas con un informe oportuno para proteger a los niños/niñas.



Pesticidas/Químicos Tóxicos

Los pesticidas son sustancias que intentan destruir cosas, controlar o deshacerse de plagas, tales como insectos, hierbas, hongos, roedores, y bacteria. Dependiendo en la dosis, los pesticidas pueden causar una gran variedad de daños como el cáncer, daños agudos o crónicos a los pulmones, al sistema nervioso, reproductivo, endocrino y al sistema inmune y pueden acumularse en el medio ambiente. Los niños/niñas tienen un mayor riesgo de exposición que los adultos porque libra por libra los niños/niñas no solamente comen más y respiran más, pero ellos/ellas también tienen un metabolismo más rápido que los adultos y ellos juegan en el suelo y el césped donde los pesticidas son comunmente aplicados. Recomendación: Nunca use productos agrícolas poderosos en su casa o alrededor. No use pesticidas si no es necesario. Si tiene que usar pesticidas, siempre siga las instrucciones. Quite la basura y restos de comida que atraigan pesticidas. Lave las frutas y vegetales muy bien en agua antes de comerselos, y mantenga a los niños/niñas, juguetes, y mascotas lejos de áreas donde se han usado pesticidas. Para más información comuníquese con la Red de Telecomunicaciones de Pesticidas Nacionales al (800) 858-7378.



Los Niños/Niñas Corren Mejor Sin Plomo

El plomo es un peligro de salud ambiental para los pequeños. Alrededor del 75% de las casas en los E.U. construidas antes del 1978 contienen alguna pintura de plomo, el recurso principal de exposición de plomo hoy en día. Los niños/niñas viviendo en casas antiguas corren la amenaza de la pintura picada o desconchada y del polvo contaminado de plomo del sacamiento de pintura durante una remodelación. Los niños/niñas pueden ser expuestos al plomo a través de la plomería del agua de beber. Exposición al plomo puede causar una gran variedad de problemas de salud incluyendo desordenes de la sangre y del riñón. En el feto y en los niños/niñas pequeños(as), cantidades elevadas de plomo pueden causar daño al cerebro. Recomendación: Haga un examen en su casa para ver la cantidad de plomo que tiene. Lave las paredes y el umbral de las ventanas para proteger a los niños/niñas del polvo y la desconchada de pintura contaminada con plomo (especialmente en las casas antiguas). Averigüe si tiene plomo en las pipas de agua para saber si su agua es corrosiva (la cual hace el problema de plomo más grande). Si el plomo es un problema en su área, deje el agua fría chorrear por 30 segundos para limpiar las pipas de plomo. Coma Bien - los niños/niñas que obtienen apropiados niveles de hierro y calcio en sus dietas absorberán menos plomo. Si usted tiene alguna razón para creer que tiene plomo en su casa, vea a su doctor para obtener un examen para identificar el plomo. Para más información comuníquese con el Centro de Información de Plomo Nacional al (800) 424-LEAD.



Gas de Radón en el Aire Interior

El gas de radón ocurre naturalmente en el suelo a través del mundo. No tiene olor, sabor, ni color. Respirar aire que contiene radón tiene el riesgo de desarrollar cáncer en el pulmón. La cantidad de riesgo depende en la concentración de radón en el aire y el tiempo total de exposición (años). Al lado de fumar, el radón es la causa principal de las muertes de cáncer del pulmón cada año. El EPA recomienda una concentración del aire interior de radón de menos de 4 pCi/L de aire. El EPA también estima alrededor del 10% de casas en los EU tiene concentraciones de radón en el aire interior de más de 4 pCi/L. Recomendación: Examine el aire en su casa para ver el nivel del gas de radón. Si el examen muestra una concentración mayor de 4 pCi/L, tome acción para instalar un sistema de reducción de radón. Para recursos del equipo de exámenes de radón, llame a su contacto de radón de su estado. Para más información comuníquese con la línea de Información del Aire Interior/Radón al (800) 55-RADON.

El Asbesto Causa Cáncer

El Asbesto es un mineral fibroso que era usado para reforzar una variedad de productos, y para proveer insulación al calor y resistencia al fuego. Era muy usado en materiales de construcción, tales como la teja del techo y el apartadero, la insulación de las pipas y el boiler, la losa, el panel del cielo del techo, la capa de pintura, y el aro de empaquetadura. Esta presente en las escuelas y otros edificios públicos como también en algunas casas. Fibras de asbesto pequeños pueden fácilmente penetrar tejidos si es inhalado o tragado y puede permanecer en el cuerpo por muchos años. Recomendación: Deje cualquier material sospechoso sin tocarlo - si el material parece dañado, deje que un profesional certificado le haga un examen. Para más información llame al (800) 462-6706 o al (800) 368-5888.

Agua Agua Por Dondequiera

La exposición de los niños/niñas a los contaminantes de agua puede ocurrir al tomar agua, al comer pescado contaminado, o al tragar agua mientras nadan en lagos contaminados, el océano y los ríos. Agua de beber: Los nitratos son resultado del uso de fertilizantes químicos los cuales se pueden filtrar en el agua. El consumir cantidades pequeñas de nitrato no es dañino, pero grandes cantidades son tóxicas para los infantes y causan disminución de oxígeno en el cuerpo. Consumo de pescado: Contaminantes, tales como el mercurio que se acumula en los tejidos del pez, son una gran preocupación porque pueden causar defectos de nacimiento, daño al hígado, cáncer y otros problemas serios de salud. Recreación: Organismos en el desagüe del agua contaminada que causan enfermedades pueden causar hepatitis, disentería, fiebre, enfermedades gastrointestinales, infecciones del oído, y otros problemas de salud. Recomendación: Agua para beber: Si usted sospecha que su agua para beber tiene concentraciones cuestionables de nitrato, comuníquese con su proveedor de agua local y pida los resultados del examen o pida que examinen su pozo. Consumo de pescado: Porque el feto en desarrollo puede ser el más sensible a los efectos del mercurio, las mujeres en la edad de embarazos deben limitar su consumo de pescado de aguas frescas que estén contaminadas. Recreación: No permita que su niño/niña nade cerca de áreas de agua de calidad cuestionable. Para más información llame a la línea de Agua de Beber Segura al (800) 426-4791.