

## SUMÉRGETE MÁS PROFUNDO

Aprende más acerca de cómo ser una “zona libre de tóxicos”

~ PROFUNDICE SU CONOCIMIENTO ~  
TÓXICOS, VIDA MARÍTIMA, BASURA  
ELECTRÓNICA, INDUSTRIA DE LA MODA,  
Y PROTECCIÓN DEL AGUA

[www.Greenpeace.org](http://www.Greenpeace.org) en español

## PROTEJEJA A SUS NIÑOS DE LOS TÓXICOS

[www.ecy.wa.gov](http://www.ecy.wa.gov) en español



HOGAR SIN TÓXICOS, YO CAMBIO  
AL MUNDO – RESPONSABILIDAD SOCIAL.

[www.vivosano.org](http://www.vivosano.org) en español



## INFORMACIÓN PARA CONSUMIDORES

[www.epa.gov](http://www.epa.gov) en español



## EXPLORE LAS GUÍAS DEL CONSUMIDOR SOBRE TÓXICOS (EN INGLÉS)

[www.ewg.org](http://www.ewg.org)



TÓXICOS PTMSC  
PRODUCTOS QUÍMICOS TÓXICOS EN  
AMBIENTES MARÍTIMOS (EN INGLÉS)

[www.ptmsc.org/toxics\\_mar\\_env.html](http://www.ptmsc.org/toxics_mar_env.html)



## LOS PRODUCTOS QUÍMICOS TÓXICOS ESTÁN A NUESTRO ALREDEDOR

¡Trabajemos juntos para reducir su impacto!

**VOTE CON SUS DÓLARES  
–LO QUE COMPRA  
ES LO QUE IMPORTA.**

## DEBAJO DE LA SUPERFICIE

Existen más de 7 millones de productos químicos y aproximadamente 80,000 de ellos se usan comúnmente por todo el mundo ...

## POR LEY

A los fabricantes NO se les requiere listar TODOS los ingredientes de un producto. El gobierno de los Estados Unidos NO les requiere estudios sobre los efectos a largo plazo.

## ¿QUÉ PUEDE HACER USTED?

Aprenda sobre los productos químicos tóxicos y comparta su conocimiento.

Únase a la iniciativa PTMSC's  
*Gone Green? Go Blue!*

– juntos podemos hacer la diferencia.



## Port Townsend Marine Science Center

Ubicado en Fort Worden beach  
532 Battery Way  
Port Townsend, WA 98368

[www.ptmsc.org](http://www.ptmsc.org) 360.385.5582

Rev. abril 2015

SEA  UNA

ZONA

LIBRE DE

TÓXICOS

“Si vamos a vivir tan íntimamente con esas sustancias químicas, al comerlas y tomarlas, llevándolas al cauce de nuestra médula ósea –será mejor que aprendamos algo de su naturaleza y poderío.”

~ Rachel Carson, *Primavera Silenciosa*













# UNA GUÍA SOBRE LOS PRODUCTOS TÓXICOS

## Tóxicos a EVITAR

### ¿Dónde?

### Efectos tóxicos

### Alternativas

<p><b>BPA</b> Bisphenol A</p>	<p>Envases de plástico duro, comida, bebida y el recubrimiento de las latas de fórmula para bebés, selladores dentales, papel de los recibos de pago</p>		<p><b>Use botellas y envases sin BPA.</b> En vez de eso, use envases de acero inoxidable o de vidrio. Opte por no tomar el papel de los recibos de pago o pregunte a la tienda local si pueden cambiarlos a productos sin BPA.</p>															
<p><b>Phthalates</b> PVC, di(2-ethylhexyl) phthalate (DEHP), diethyl phthalate (DEP), dimethyl phthalate (DMP), di-n-butyl phthalate (DBP)</p>	<p>Juguetes, cortinas de baño, piso de vinil, detergentes, empaques para comida, perfumes, barniz para uñas y champú</p>		<p><b>Reduzca el uso de plásticos.</b> Use envases de vidrio para la comida, compre ropa de fibra natural y use cosméticos hechos con ingredientes naturales.</p>															
<p><b>Conservantes</b> Formaldehyde, Parabens, Methanal, Methyl aldehyde, Methylene oxide, Mordic acid, y Oxymethylene</p>	<p>Productos para cuidado personal como: perfumes, maquillaje, cremas, jabón, pasta dental, protector solar. Artículos para la casa como: pegamentos, triplay y aislantes</p>		<p><b>Lea las etiquetas.</b> Productos con listas cortas usualmente contienen menos productos químicos tóxicos. Consulte en sitios como EWG's Skin Deep para leer las evaluaciones de productos cosméticos.</p>															
<p><b>PFCs</b> Ingredients including the words "fluoro" or "perfluoro", Perfluorooctanoic acid (PFOA) y Perfluorooctanesulfonic acid (PFOS)</p>	<p>Baterías de cocina con teflón, Gore-tex, Scotchguard, hilo dental, bolsas de palomitas para microondas, cajas para pizza, contenedores de comida para llevar y champú</p>		<p><b>Evite capas antiadherentes.</b> Cocine en hierro fundido o acero inoxidable, lleve sus propios envases de comida para llevar, haga sus propias palomitas, evite ropas resistentes al agua y los aerosoles. Evite materiales que tengan la etiqueta "non-stick" o que hayan sido tratados para resistir el agua.</p>															
<p><b>Retardantes de flamas</b> PBDEs y Tris Flame Retardants: PBDEsm BFRs, BCOs, TBBPA, HBCD, TDCPP, TCEP Etiquetas de muebles indicando conformidad con TB117</p>	<p>Computadoras, muebles, ropa de dormir, cortinas, alfombras, aislantes para casas y colchones</p>		<p><b>Contacte a los fabricantes.</b> Los retardantes de flamas son difíciles de evadir. No están listados en las etiquetas, así que contacte a los fabricantes para preguntarles. Compre ropa de casa para dormir</p>															
<p><b>Pesticidas/Herbicidas</b>  Aprenda mas sobre las frutas y verduras y esos productos químicos en <a href="http://www.ewg.org">www.ewg.org</a></p>	<p><b>Las 10 frutas y verduras más contaminadas</b></p> <table border="0"> <tr> <td>Pimientos morrón</td> <td></td> <td>Apio</td> </tr> <tr> <td>Espinacas</td> <td></td> <td>Uvas y duraznos</td> </tr> <tr> <td>Manzanas</td> <td></td> <td>Pepinos</td> </tr> <tr> <td>Nectarinas</td> <td></td> <td>Fresas</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>Papas</td> </tr> </table>	Pimientos morrón		Apio	Espinacas		Uvas y duraznos	Manzanas		Pepinos	Nectarinas		Fresas			Papas		<p><b>COMPRE ORGÁNICO</b> <b>Únase a un jardín comunitario</b> <b>¡COSECHE LO SUYO!</b></p>
Pimientos morrón		Apio																
Espinacas		Uvas y duraznos																
Manzanas		Pepinos																
Nectarinas		Fresas																
		Papas																

## Los efectos de los ingredientes en los humanos y la vida silvestre:



Inhibidor hormonal (Sistema endocrino)



Cancerígeno



Desórdenes en la fertilidad reproductiva



Inhibidor cardiovascular



Inhibidor del sistema nervioso



Transtornos de desarrollo / Defectos de nacimiento