

# Información sobre ftalatos de **Healthy Kids**

Los ftalatos son una familia de sustancias químicas que se utilizan para hacer que los plásticos sean más flexibles y duraderos. También tienen usos en productos de cuidado personal y una amplia variedad de otros tipos de productos. Se ha prohibido el uso de algunos ftalatos en ciertos productos para niños y se han sustituido por otros productos químicos.

Muchos ftalatos se consideran sustancias químicas que alteran el sistema endocrino. Esto significa que pueden afectar las hormonas naturales del cuerpo. Los cambios hormonales pueden afectar el desarrollo de los bebés y los niños.

Encontrar ftalatos en la orina de un niño es común y no significa que la salud de su hijo resultará afectada. Los científicos aún están aprendiendo qué niveles pueden ser perjudiciales.

Para obtener información  
y recursos, visite nuestro  
sitio web:



**Healthy Kids MN**

[health.mn.gov/  
HealthyKidsChemicals](http://health.mn.gov/HealthyKidsChemicals)

## ¿Dónde se pueden encontrar los ftalatos?



### En productos de cuidado personal y fragancias

Se aplica a: **MMP** **MEP** **MnBP** **MiBP** **MHiBP**

#### Usos principales:

- Se añaden comúnmente a productos de cuidado personal, cosméticos y productos de consumo como disolventes o estabilizadores de aromas

#### Formas comunes en que los niños están expuestos:

Al usar champú, jabón, loción, esmalte de uñas y otros productos de cuidado personal



Al inhalar ambientadores, productos de limpieza perfumados, velas e incienso



# ¿Dónde se pueden encontrar los ftalatos? (continuación)



## En plásticos y materiales de construcción

Se aplica a: Ftalatos **MBzP** **MECPP** **MEOHP** **MCP** **MONP** **MINP** **MCOP** **MCiOP** **MCNP**

Reemplazos de ftalatos **MECPTP** **MEHHTP** **MCOCH** **MHNCH**

1

**Los ftalatos** se encuentran en productos de consumo hechos de plásticos flexibles y productos para el hogar y la construcción como:



Ropa como zapatos y chaquetas para protegerse de la lluvia

Juguetes de vinilo

Cortinas de ducha

Pisos de vinilo

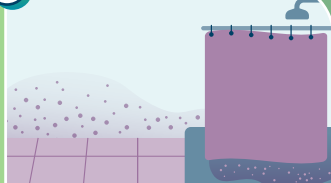
Interiores de automóviles

Pinturas, papel pintado, adhesivos y selladores

Inflables

Alimentos procesados y previamente envasados

2



**Los ftalatos** se filtran gradualmente de los productos y pasan a los alimentos, al aire y al polvo dentro de los hogares y los vehículos.

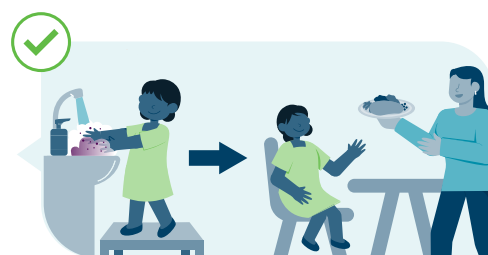
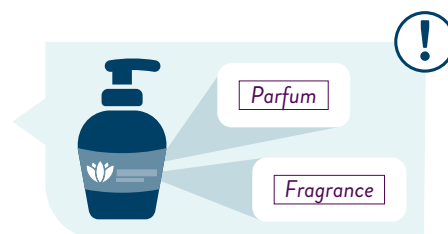
3

**Los niños pueden estar expuestos de las siguientes formas:**

- Al consumir alimentos procesados y previamente envasados
- Al morder o chupar juguetes de plástico blando que no están hechos para la dentición
- Al respirar aire y polvo
- Al tragar polvo al llevarse las manos u objetos a la boca
- Al gatear y jugar en el piso, lo que aumenta el contacto con el polvo

## Cómo reducir la exposición a los ftalatos

- Compre productos de cuidado personal sin perfume, como lociones y champús, siempre que sea posible. Los productos con “fragancia” o “perfume” en la lista de ingredientes pueden contener ftalatos.
- Algunos productos pueden estar etiquetados como “libre de ftalatos”. También puede ponerse en contacto con la empresa para preguntar si un producto contiene ftalatos.
- Tenga en cuenta que los ambientadores, los ambientadores que se enchufan, los aerosoles y otros productos perfumados para el hogar pueden contener ftalatos. Considere limitar su uso.
- Limite el uso de incienso, velas aromáticas y productos de limpieza perfumados. Si los utiliza en espacios internos, asegúrese de que haya una buena ventilación con ventiladores o ventanas abiertas.
- No permita que los niños muerdan objetos de plástico que no estén fabricados para ese fin.
- Limpie los pisos y las superficies de su casa para evitar que se acumule el polvo.
- Pida a su hijo que se lave las manos antes de comer.
- Elija alimentos mínimamente procesados siempre que sea posible. Los alimentos envasados, incluida la comida rápida, pueden contener ftalatos.



## Ftalatos y sus reemplazos encontrados en el análisis de orina de su hijo

MMP	MEP	MnBP	MiBP	MHiBP	MBzP	MCHP	MECPP	MEHHP	MEHP	MEOHP
MCPP	MONP	MINP	MCOP	MCiOP	MCNP	MECPTP	MEHHTP	MCOCH	MHNCH	

Los ftalatos y sus reemplazos se transforman en sustancias químicas relacionadas una vez dentro del cuerpo. A estos los llamamos “productos de degradación”. Healthy Kids Minnesota analizó 21 productos de degradación en la orina de su hijo. Los ftalatos y sus reemplazos tienen nombres químicos largos, por lo que utilizamos abreviaturas comunes en esta hoja y en la tabla de resultados de su hijo.

Para obtener más información sobre los nombres químicos completos, visite:



health.mn.gov/  
HealthyKidsResults

[www.health.mn.gov](http://www.health.mn.gov)

Para obtener esta información en otro formato, envíe un correo electrónico a: [health.biomonitring@state.mn.us](mailto:health.biomonitring@state.mn.us)

(Departamento de Salud de Minnesota)  
Minnesota Department of Health  
Biomonitoring Program  
625 Robert St N, PO BOX 64975  
St. Paul, MN 55155-2538



Para obtener información y recursos, visite nuestro sitio web: [health.mn.gov/healthykidsmn](http://health.mn.gov/healthykidsmn)