



Mantener a los niños a salvo de la contaminación ambiental mientras juegan afuera

El tiempo para jugar afuera es una parte importante de la niñez. Sin embargo, algunos productos químicos en el medio ambiente pueden enfermar a los niños pequeños, los cuales aún están creciendo y desarrollándose. Esto se denomina como contaminación ambiental. Debido a como los pequeños aprenden, a menudo se ponen las manos y los dedos en la boca. Por lo tanto, pueden tragar accidentalmente contaminantes ambientales. **Pasos simples pueden ayudar a mantener a los niños a salvo de la contaminación ambiental mientras están afuera.** Utilice este documento para aprender más sobre cómo mantenerse seguro mientras esta afuera.

Jugar afuera tiene muchos beneficios para los niños. El tiempo dedicado a jugar al aire libre mejora:



Salud general



Salud mental



Dormir por la noche



Concentración y estado de ánimo



Habilidades sociales

El plomo y otros productos químicos peligrosos a veces se pueden encontrar en la tierra donde juegan los niños. La buena noticia es que hay maneras de mantener a los niños seguros.

Antes de jugar afuera de casa, asegúrese de que sea lo más seguro posible

- Evite el uso de fertilizantes químicos o pesticidas donde los niños juegan
- Haga examinar la tierra en las áreas de juego de los niños para detectar el plomo. El plomo es un metal tóxico que es especialmente peligroso para los niños pequeños. Incluso pequeñas cantidades pueden tener efectos en la salud de por vida.

Tome medidas sencillas para mantener a los niños seguros



Algunos lugares que parecen seguros en realidad pueden tener productos químicos peligrosos que no se pueden ver. Lleve a los niños a parques y áreas de juego establecidos solo como se describe en su plan de juego al aire libre.



Durante el verano, compruebe su pronóstico local para ver si hay días de altas temperaturas y mala calidad del aire antes de llevar niños al exterior. Los contaminantes extremos del calor y el aire, como el ozono, pueden dañar la salud de los niños. Trate de que el tiempo de juego al aire libre sea antes del mediodía. Si los niños salen durante las horas pico, asegúrese de que haya sombra y agua para que los niños beban. Anime a los niños a tomarse las cosas con calma y evitar correr.



Trate de evitar que los niños se lleven algo a la boca, a menos que sepa que lo que se lleve a la boca esté limpio.



Mantenga su hogar limpio. Aspire las alfombras y tapetes de forma rutinaria cuando los niños no estén presentes. Limpie en húmedo cualquier superficie dura que los niños puedan tocar. Evite el uso de lejía (Clorox) u otros químicos tóxicos, en su lugar use productos de limpieza no tóxicos como vinagre o jabón para platos.



Todos deben quitarse los zapatos antes de entrar a la casa para mantenerla limpia y libre de productos químicos peligrosos.



Los niños deben lavarse las manos después de volver a entrar para eliminar la suciedad y los productos químicos potencialmente peligrosos.

Visite health.ri.gov/ehrap para saber más.