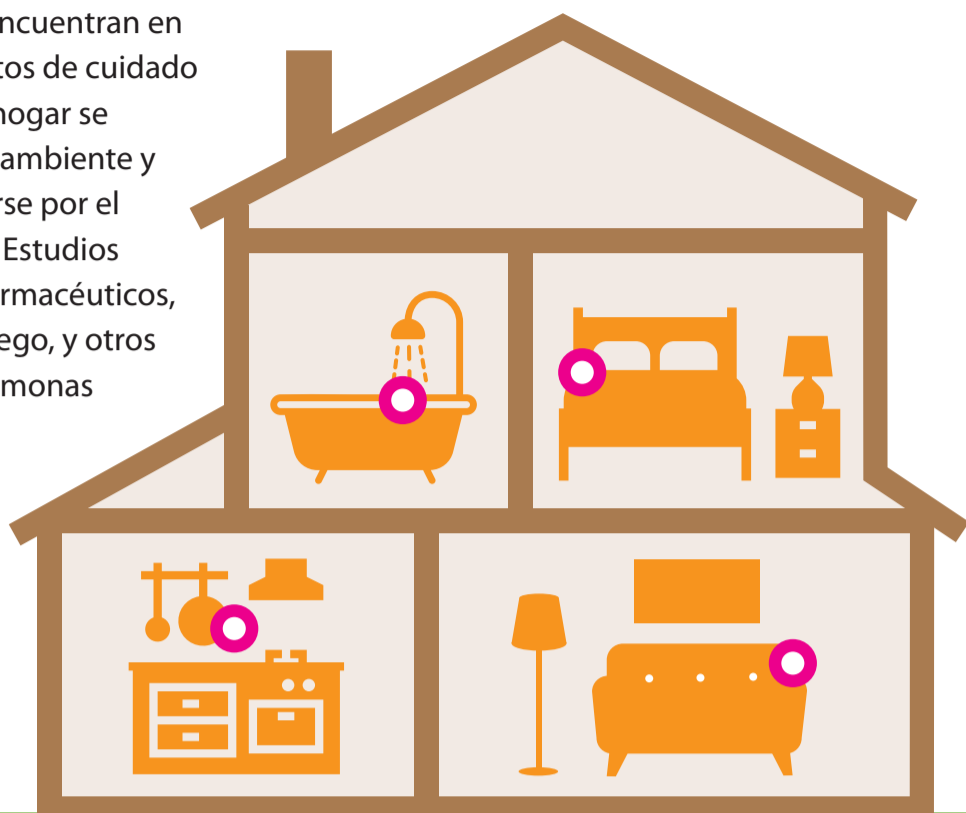


¡Ayuda a mantener limpio el Columbia sin siquiera salir del hogar!

Los químicos dañinos que se encuentran en muebles, electrónicos, productos de cuidado personal, y otros artículos del hogar se pueden acumular en el medio ambiente y en nuestros cuerpos. Pueden irse por el drenaje, pero no desaparecen. Estudios muestran que los productos farmacéuticos, detergentes, retardantes de fuego, y otros compuestos imitadores de hormonas pasan a través de las plantas de tratamiento de aguas residuales y contaminan el Río Columbia.¹

Sigue estos consejos para proteger tu salud y la del Columbia.



¡Salva el río desde tu sofá!

Retardantes de fuego de muebles, poliestireno, productos infantiles, electrónicos, e insulación migran hacia el polvo, comida y agua.²

- Aspira con un filtro HEPA y trapea con agua para reducir el polvo en interiores.
- Busca la etiqueta **TB 117-2013** que indica que un producto no contiene retardantes de fuego.



¡Evita los antimicrobianos!

Investigaciones indican que los productos antibacterianos no brindan ningún beneficio sobre simple agua y jabón.³

- Lava tus manos pero evita productos marcados como antimicrobianos, antibacterianos, o anti olores porque pueden contener químicos antimicrobianos dañinos.
- Observa los antimicrobianos en detergentes de trastes, jabones corporales, desodorantes, pastas dentales, e incluso tablas para cortar, cortinas de baño, y colchones.

¡Los antiadherentes se adhieren!

Muchos productos antiadherentes, a prueba de agua, y antimanchas contienen químicos con alto fluor. Aunque puedan parecer convenientes, estos productos pueden ser dañinos.⁴

- Evita el "perfluor-", "polyfluor-", y el "PTFE" en la etiqueta de ingredientes.
- Utiliza utensilios de cocina de hierro, vidrio, o cerámica en lugar de antiadherente o Teflon™.
- Evita químicos altamente fluorados en alfombras o muebles, ropa, empaques de comida, utensilios de cocina antiadherente, y cosméticos.

¹ <https://www.epa.gov/columbiariver/chemicals-emerging-concern-columbia-river>

² https://www.epa.gov/sites/production/files/2014-06/documents/flameretardant_consumerfactsheet.pdf

³ <https://www.fda.gov/consumers/consumer-updates/antibacterial-soap-you-can-skip-it-use-plain-soap-and-water>

⁴ <https://www.epa.gov/pfas/basic-information-pfas#health>

