

## Produtos perigosos que estão dentro das nossas casas

---

Quão tóxico é o nosso lar? Para um lar mais sadio e seguro precisamos reduzir nossa exposição a muitos produtos perigosos. Parece mentira, mas, o maior contato das pessoas com poluentes potencialmente tóxicos, são os seus lares. As principais fontes de poluição do ar nas casas são os gases de produtos comuns, como materiais de limpeza, repelentes de traças, materiais de construção, combustível, desodorantes, desinfetantes, bem como de substâncias químicas da lavagem de roupas a seco e de estofamentos sintéticos novos.

Assim, quando uma casa é hermeticamente fechada por causa do frio, a exalação de várias substâncias químicas pode contribuir para um nível de poluição interna muito maior do que a externa.

Infelizmente as crianças, principalmente as bem pequenas, são as mais vulneráveis a poluentes internos. Elas ficam mais perto do chão, respiram mais rápido do que os adultos, passam mais tempo dentro de casa e, visto que seus órgãos ainda não amadureceram, seus corpos são mais suscetíveis a toxinas.

Reduzir a sua exposição e da sua família a toxinas potenciais não raro requer apenas algumas alterações simples no seu estilo de vida. A seguir, daremos algumas sugestões que poderá achar úteis.

**Área de Serviço:** Tente guardar a maioria dos produtos químicos que exalam vapores em lugares em que não contaminem o ar na sua casa. Por exemplo, esses produtos incluem os que contêm aldeído fórmico ou solventes voláteis, como tintas, vernizes, adesivos, inseticidas, alvejantes, álcool, gás de cozinha, fertilizantes e materiais de limpeza.

**Banheiro:** Mantenha todos os recintos bem ventilados, incluindo o banheiro. O chuveiro volatiliza certos aditivos como o cloro que talvez estejam presentes na água. Isso pode causar uma acumulação de cloro e até mesmo de clorofórmio. Cuidado com produtos armazenados no banheiro tais como remédios, perfumes, cosméticos e desodorizantes de ambiente. Privadas também são muitas vezes negligenciados e se tornam automaticamente um abrigo para baratas e moscas.

**Sala:** Limpe os pés antes de entrar em casa. É um gesto simples, mas que pode ser muito útil e pode reduzir em até seis vezes a quantidade de chumbo e a concentração de inseticidas num tapete típico. Uma opção, é tirar os sapatos ao entrar na casa ou um bom aspirador de pó, pode ser a solução para reduzir a poluição em tapetes. Cuidado com as bebidas

alcoólicas e com as plantas ornamentais, não deixe que crianças fiquem perto desses produtos.

**Quarto:** Se você aplicar inseticida num quarto, mantenha os brinquedos fora do quarto por pelo menos duas semanas, mesmo que na embalagem do produto informe que o quarto estará seguro algumas horas depois da aplicação. Mantenha mínimo o uso de inseticidas, naftalinas e perfumes.

**Cozinha:** A água é essencial para a vida, mas a água contaminada pode ser uma fonte de doenças e morte. Na dúvida, ferva a água para beber. Se você quiser usar alvejantes ou outros produtos químicos misturado com água, cuidado, eles podem ser perigosos se não forem usados corretamente. Cuidado com os desentupidores, desengorduradores de fogões, desinfetantes, sabões e detergentes, deixe longe do alcance de crianças e em local que elas não tenham acesso.

**Ambiente Geral:** Remova todas as pinturas lascadas, se forem de tinta que contém chumbo, repinte-as com tinta sem chumbo. Não permita que as crianças brinquem em entulhos contaminados com tinta que contém chumbo. Não permita que crianças mexam em materiais eletro energizados, eles ocasionam risco de intoxicação e envenenamento.

Alerta contra os pesticidas - Inseticidas para matar baratas, papel pega-moscas, aerossol para matar pulgas, bolinhas de naftalina e produtos semelhantes contêm produtos químicos tóxicos. Além de provocar milhares de envenenamentos por ano, muitos podem, com o tempo, estragar a saúde.

Portanto, muita atenção aos produtos perigosos presentes dentro das nossas casas, pois, a utilização destes produtos pode trazer perigos sérios se não houver cuidados na sua utilização. Esses cuidados devem ser observados por todos os membros de sua família.