



## BPA

### Bisfenol A

#### ¿Sabía que...?

*El BPA puede encontrarse en envases plásticos rígidos, recibos de cajas, sellantes dentales y revestimientos en las latas de alimentos. El BPA puede afectar el sistema endocrino u hormonal.*

### Plan de acción

- ❑ Evite calentar recipientes de plástico. Para calentar y almacenar alimentos use recipientes de vidrio.
- ❑ Utilice botellas de agua hechas de vidrio o acero inoxidable.
- ❑ Elija alimentos congelados o frescos en lugar de enlatados.
- ❑ Opte por facturas en línea y no por recibos de papel.
- ❑ Compre sabiamente y revise las etiquetas de los productos.
  - Evite los envases con el símbolo de reciclaje # 7 o la etiqueta de policarbonato "PC".
  - Cuando sea posible, elija productos que digan "BPA free" ["sin BPA"].
  - Esté atento: El BPA está eliminándose gradualmente por razones de salud, y está siendo reemplazado por el bisfenol S (BPS) y el bisfenol F (BPF). Estas sustancias químicas también pueden afectar el sistema hormonal.

*más* →

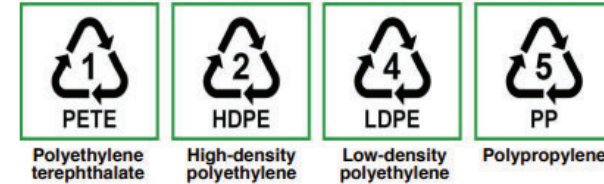
Signature \_\_\_\_\_

Date \_\_\_\_\_

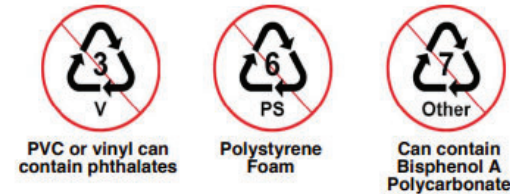
## Recursos

Reduzca el uso de plásticos desechables. Si elige plásticos esté atento a estos símbolos:

### Choose safer plastics:



### Plastics to avoid:



Fuente: Centro de Salud Ambiental Infantil de Mount Sinai

Para obtener más información de los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC) acerca del BPA, visite [cdc.gov/biomonitoring](https://www.cdc.gov/biomonitoring) y haga clic en "Chemical Factsheet". En la nueva página haga clic en "Bisphenol A". Para traducir al español haga clic derecho y seleccione "Translate" en el menú desplegable. Elija "Spanish".

Para obtener más información, visite [icahn.mssm.edu/research/pehsu/information](https://icahn.mssm.edu/research/pehsu/information)