

Casas Sanas

*Pasos para un hogar de cuidado infantil
limpio y seguro*



Recursos:

Healthy Homes for Family Child Care Educators Boston Healthy Homes and Schools
Caring for Our Children—National Health and Performance Standards

UMass Lowell Toxics Use Reduction Institute—www.turi.org.

Green Cleaning, Sanitizing, and Disinfection Toolkit for Early Care and Education University of California and Berkeley Center for Environmental Research.

Preocupaciones comunes acerca la salud en el medio ambiente en el hogar

Todos nosotros todos queremos proveer un medio ambiente más seguro para los niños jóvenes. Sin embargo, los niños pequeños destornudan, tocan, babeen, usan pañales, y están aprendiendo a usar el baño. Ellos abrazan, besan, tocan todo, ponen cosas en sus bocas, y fácilmente propagan gérmenes. Para educadores en hogares de cuidado infantil, nuestros ambientes de cuidado infantil presenta desafíos comprensibles en mantener un hogar limpio y sano.



Nosotros pensamos que limpiar es sencillo, pero hay muchas preocupaciones acerca de la limpieza que puede envolver todo desde reacciones alérgicas hasta el control seguro de infección. Nosotros estamos sobrecargados con muchas selecciones de productos de limpieza, ¿pero son todos seguros? El siguiente entrenamiento le darán estrategias para limpiar. Sanear y desinfectar, que mantendrá un hogar seguro y sano.

¿Qué es la diferencia entre limpiar, sanear, y desinfectar?

A veces estos términos son intercambiados, pero no tienen la misma definición. Cada proceso tiene un resultado diferente. Estos son términos legales definidos por la Agencia de Protección del Medio Ambiente (EPA).

Limpiar: El proceso de que físicamente remueve el sucio de la superficie al fregar, lavar y enjuagar. Puede ser logrado con jabón/detergente y agua.

Sanear: Usar un producto que mata 99.9% de los gérmenes identificado en su etiqueta. Sanear también puede ser logrado al usar un aparato, tal como un lavaplatos, que reduce los gérmenes en la superficie a un nivel considerado seguro según los normas de salud publico. Sanear es un método apropiado para usar en las áreas de servicio de comidas.

Desinfectar: Usar un producto que mata 99.999% de los gérmenes sobre superficies o objetos duros, no porosos. Algunos gérmenes son muy difíciles para matar, pero los desinfectantes tienen que ser usados apropiadamente para evitar preocupaciones de salud y el ambiente. Por ejemplo, la superficie tiene que estar limpio en orden para que los productos de desinfectar trabajen.

¿Qué son las responsabilidades según EEC del programa de cuidado infantil en el hogar?

El Departamento de Educación Temprana y Cuidado de Massachusetts (EEC) ha desarrollado una póliza que provee información adicional acerca la maneras, métodos, y frecuencia de limpiar, sanear, y desinfectar. Usando estas recomendación del Departamento de Salud Publico de Massachusetts (MDPH), hay un numero de pasos para seguir:

Según EEC—pasos para seguir:

1. Solo limpiar es suficiente para algunas superficies. Limpiar es remover físicamente el sucio, escombros, y capa pegajosa del superficie al pasar un trapo, fregar, lavar, y enjuagar. Limpiar se hace con jabón regular (no antibacteriano) o detergente y agua. Los artículos que se deben limpiar y no sanear/desinfectar son:
 - ◇ Toallas, toallitas, sábanas, frazadas y otras coberturas, fundas de almohadas, y juguetes de tela tiene que lavarse en maquina y secarse antes de ser usados por otro niño, por lo menos una vez en semana.
 - ◇ Toallitas de múltiple propósitos tienen que ser lavados y secado después de cada uso.
2. Sanear y desinfectar debe ser después de limpiar cuando es requerido. Limpiar primero permite que los productos de sanear o desinfectar hagan contacto con la superficie.
3. Sanear (después de limpiar) es el tratamiento apropiado para la mayoría de equipo y superficies en programas de educación temprana y cuidado. Sanear las superficies destruye suficiente gérmenes para reducir el riesgo de contraer una enfermedad por medio de contacto con estas superficies.
4. Desinfectar (después de limpiar) es el tratamiento apropiado para superficies o equipo donde contacto seguro requiere una respuesta más fuerte a los gérmenes. Desinfectar es el procedimiento apropiado para equipo y superficies que son usados en el uso de cambio de pañales, inodoro y precauciones especiales.
5. Precauciones especiales requieren que las superficies expuestas a sangre o vomito sean desinfectados *usando guantes*.
6. La esponjas no se deben usara para sanear o desinfectar.
7. Las superficies y equipo tienen que ser secados al aire después de sanear o desinfectar. No lo seque con una toalla a menos que las instrucciones del producto lo requiera.
8. Artículos pequeños que se deben sanear (como chupetes) pueden ser remojados en un recipiente para ese propósito lleno con una solución de sanear y permitido a secar al aire, o puede ser lavado y secado en un lavaplatos.
9. Todos las soluciones de sanear y desinfectar deben ser rotulado apropiadamente para identificar los contenidos; mantenga fuera del alcance de los niños; y almacene separados de artículos de alimentos. No guarde soluciones de sanear y desinfectar en recipientes de bebidas.

Frecuencia para Sanear y Desinfectar:

Limpiar y sanear los siguientes artículos diariamente, antes y después de cada uso:

- Todas las superficies usados para comer.

Limpiar y sanear después de cada uso:

- Baberos (cuando es usado solo para un niño, use buen juicio para determinar si el babero puede ser usado de nuevo antes de lavar)
- Termómetros
- Botellas, utensilios para comer & beber, platos, y utensilios para preparación
- Mapos, toallas, o otros equipo de limpiar cuando *no es usado para limpiar fluidos corporales*

Las siguientes artículos, equipo, y superficies tienen que ser limpiados y saneados o desinfectados por lo *menos diariamente*:

Limpiar y Sanear:

- Fregaderos, lavamanos y grifos de agua (con la excepción después de usar el inodoro, bacinillas, o cambiar pañales)
- Fuentes de beber agua
- Mesas de juego
- Chupetes, rotulado, y reservado para uso individual
- Pisos no porosos, de superficies lisas. (Programas que operan cuatro o menos horas cada día pueden lavar los pisos cada semana / semanal después que no tengan infantes en cuidado. Todos los derrames o accidentes tienen que ser limpiados inmediatamente).

Limpiar y Desinfectar:

- Inodoros, asientos de inodoros, bacinillas y sillas de bacinillas
- Contenedores, incluyendo las tapas, usados para poner pañales sucios
- Lavamanos y grifos de agua usados después de usar el inodoro o bacinilla
- Mesas de agua y equipo para juegos de agua

Limpiar y sanear los siguientes artículos, equipo, y superficies por lo menos semanalmente y antes que sea usado por otro niño:

- Cunas, catres, colchoneta, y otros equipos aprobados para dormir

Soluciones para Sanear y Desinfectar

Los estudios recientes acerca la incidencia creciente de asma entre los niños y adultos indica que el blanqueador usado como una solución para sanear o desinfectar puede provocar asma. Ambas agencias del estado, MDPH y EEC, recomiendan que mientras el blanqueador y soluciones de agua todavía son permitidos, los programas deben empezar a usar productos registrados por el EPA para sanear y desinfectar sin blanqueador tan pronto que los productos sean disponibles para comprar. Desde este entrenamiento, estas nuevas soluciones no están disponibles. Los productos registrados por EPA sean rotulados como productos para sanear o desinfectar y es probable que los productos diferentes serán requeridos para cada propósito.

Sanear y Desinfectar con Blanqueador y Agua

Los programas usando una solución casero de blanqueador tienen que usar las instrucciones designadas en la póliza de EEC para la concentración apropiada para cada uso. Las siguientes recomendaciones son solo para productos comerciales de blanqueador con una concentración de blanqueador de 8.25%.

Sanear y Desinfectar con Blanqueador y Agua (continuacion)

Usted tendrá que leer las etiquetas mientras continuamos este entrenamiento. Busque por la concentración 8.25% en la etiqueta del blanqueador con las palabras *Sanitizing* y *Disinfecting*. Usted descubrirá que los blanqueadores con olores nunca es rotulado para sanear o como un desinfectante. Así que, compre solo blanqueadores regulares sin olores para estos propósitos.

Todos los blanqueadores y soluciones de blanqueadores tienen que ser mezclados cada 24 horas:

Solución recomendada para SANEAR:

- 1/4 cucharadita de blanqueador a una pinta de agua fresca
- 1/2 cucharadita de blanqueador a un cuarto de agua fresca
- 1 cucharadita de blanqueador a 1/2 galón de agua fresca
- 2 cucharaditas de blanqueador a 1 galón de agua fresca

Solución recomendada para DESINFECTAR:

- 1 cucharada de blanqueador a una pinta de agua fresca
- 2 cucharadas de blanqueador a 1 cuarto de agua fresca
- 1/4 taza de blanqueador a 1/2 galón de agua fresca
- 1/2 taza de blanqueador a 1 galón de agua fresca

Añadir la cantidad correcta de blanqueador al contenedor de agua le ayudará a evitar salpicar la solución. Siempre use blanqueador en una solución apropiada.

Aplicación de Soluciones para Sanear/Desinfectar

- Aplicar la solución de blanqueador después de limpiar la superficie.
- Es recomendado que las soluciones de blanqueador sean aplicadas con un toalla desechable enjuagado en la solución y descartado después de cada uso, o con una toalla no porosa lavable en la máquina con agua caliente y secado después de cada uso. Toallas de papel también pueden ser usadas. Para todos los métodos de aplicar soluciones de blanqueador, las superficies deben quedar visiblemente mojadas. Permita que las superficies se sequen al aire.
- Si usa una botella de aerosol, ajuste la configuración para producir un chorro fuerte o en vez de una niebla fina. La niebla fina puede contener partículas de químicos fuertes que son más fáciles de inhalar los cuales pueden causar asma o síntomas semejantes a alergias.
- Permita tiempo para contacto sobre la superficie como es especificado en la etiqueta del producto de blanqueador.
- **Aplica cuando los niños no estén presente en el área y permita ventilación de aire fresco como posible hasta que la solución de blanqueador se seque.**



¿Qué son los riesgos a la salud de limpiadores, productos para sanear, y desinfectantes?

Como fue demostrado en las previas paginas, limpiar, sanear, y desinfectar son procedimientos críticos para mantener un ambiente sano para los niños. Tal vez, algunos productos que logran estas tarea también pueden causar problemas de salud para niños y educadores. Ellos también pueden resultar en problemas en el medio ambiente a nuestras vías fluvial y fauna. Entender los riesgos de salud referente productos de limpiar, sanear, o desinfectar puede ayudarle a:

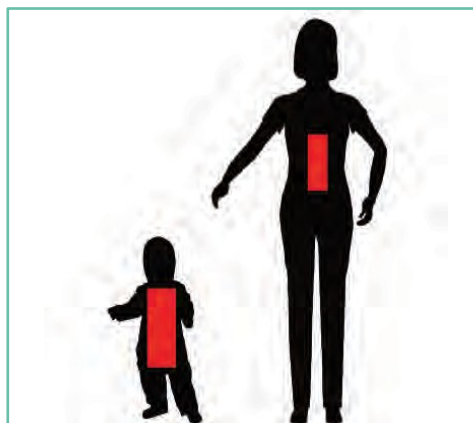
- ✓ Seleccionar con cuidado
- ✓ Usar con cuidado y solo cuando y donde sea necesario

Muchas personas piensan que cualquier producto que es vendido tiene que ser seguro. Esto no es cierto:

- ◆ Los Centros Americanos para el Control de Envenenamiento reportan que los productos de limpieza para el hogar y desinfectantes son causas comunes de envenenamiento en los niños y adultos.
- ◆ Nosotros no sabemos mucho acerca de los efectos de largo termino de salud de muchos de los productos en el mercado. Los efecto a la salud pueden que no se vean por años. Tiene sentido limitar la exposición a los niños.

Cuidado del medio ambiente es especialmente importante para niños pequeños. Ellos son expuestos a más gérmenes y químicos tóxicos que los adultos:

- ◆ Los niños respiran 4 a 6 veces más aire que los adultos, y el aire ellos respiran es más cerca al suelo donde los contaminantes en aire tienden a concentrarse.
- ◆ Los niños tienen más piel cubriendo sus cuerpos en relación a su peso que los adultos.
- ◆ Los niños tienen más contacto con el suelo lo cual puede resultar en absorber más contaminantes por su piel.
- ◆ Poner objetos en la boca es más común entre niños pequeños.
- ◆ Los niños frecuentemente ponen sus manos a la boca aumentando la ingestión de más polvo que los adultos. Polvo contiene muchos químicos tóxicos de productos de limpieza, pesticidas, muebles y otras fuentes.



Los niños pequeños están en desarrollo y tiene cuerpos inmaduros. Sus cuerpos son menos aptos a eliminar sustancias toxicas que los adultos. Los órganos de los niños en desarrollo, especialmente sus cerebros pueden ser afectados por la exposición a sustancias toxicas. Esto puede afectar su crecimiento y la habilidad para aprender y funcionar.

Las regulaciones del gobierno solo requieren etiquetas limitadas de productos de limpieza. Solo los químicos activos de los ingredientes en los sanitizantes y desinfectantes que matan bacteria y virus tienen que ser incluidos en la etiqueta. Los fabricantes no son requeridos a incluir todos los ingredientes en la etiqueta del producto de limpieza. Las palabras tales como “natural”, “no-toxico”, y “verde” que aparecen en las etiquetas de los productos de limpieza son pobremente regulados y la directrices raramente ejecutados. Los investigadores han encontrados que los productos de limpieza con estos términos frecuentemente contienen los mismo químicos peligrosos que los productos convencionales de limpieza. Esto lo hace muy difícil para que el consumidor pueda hacer una selección más sensata cuando compran productos de limpieza.

Más de 85,000 químicos comerciales ha sido desarrollado en los ultimo 60 años. Al hacer las investigaciones de salud, normalmente es hecho en un solo un químico. Por lo tanto, nosotros usualmente somos expuestos a una mezcla de químicos y los científicos no entienden los efectos de ser expuestos a estas mezclas de químicos.

Algunos químicos comunes encontrados en los productos de limpieza y sus efectos:

- ☒ **Amónica y blanqueadores** causan asma en personas que respiran demasiado de el en sus trabajos. Estos productos son conocidos a provocar ataques de asma en los niños o educadores que ya sufren de asma. Estos productos también pueden irritar la piel, ojos, y la vía respiratorio cuando no son usados apropiadamente.
- ☒ **Triclosan** es sospechado ser un alterador de endocrinos y pueden resultar en el desarrollo de bacterias resistentes a antibióticos. Más acerca los alteradores endocrinos sigue.
- ☒ **Phthalates** son usados en las fragancias que se encuentran en las climatizadores y productos de limpieza/desinfectantes. Los investigadores indican que los *phthalates* aumentan el riesgo de alergias y asma y pueden afectan el desarrollo neurológico y la función de las tiroides.
- ☒ **Químicos orgánicos volátiles** “*volatile organic compounds (VOCs)*” son químicos que se vaporizan a temperatura ambiental. Muchos VOCs que son emitidos por productos de limpieza han sido conectados a problemas respiratorios crónicos, reacciones alérgicas, y dolores de cabeza.
- ☒ **Fragancias** son mixturas de muchos químicos, incluso de VOCs. Ellos pueden contener hasta 3,000 ingredientes separados y no hay un requerimiento que los ingredientes en las fragancias sean listados en las etiquetas de los productos. Las fragancias pueden provocar asma y alergias.
- ☒ **Terpenes** son químicos encontrados en aceites de pino, limón, y naranja que son usados en muchos productos de limpieza/desinfectantes igual a fragancias. Los *terpenes* reaccionan con partículas pequeñas que forman ozono que puede irritar los pulmones y formar formaldehído. La exposición a formaldehído es asociado con numerosos riesgos de salud.



Riesgo adicional es asociado al usar productos de limpieza despechados por botellas de aerosol y maquinas de limpiador carpetas los cuales crean una niebla fina (vaporizante) del producto. La niebla fina aumenta la cantidad de químico suspendido el aire puede causar problemas con respiración. Las partículas pequeñas creados por vaporizantes pueden entrar más profundo en los pulmones. No use cualquiera de estos productos alrededor de niños.

¿Qué son alteradores de endocrinos?

Las hormonas son sustancias que son producidos por nuestro sistema endocrino.

- ◆ Las hormonas en cantidades muy minúsculas controlan el crecimiento, reproducción, metabolismo, desarrollo, comportamiento, funciones de dormir, función inmunológico, e estrés. Estos todos son funciones críticos de la vida.
- ◆ Estas funciones son controladas por los mensajes de las hormonas enviados por el sistema endocrino.
- ◆ Las hormonas también juegan un rol en muchas enfermedades, incluso de diabetes y cáncer.

Los alteradores de endocrinos son químicos que interrumpen o imitan mensajes naturales de hormonas.

- ◆ Como las hormonas trabajan en cantidades minúsculas, químicos alteradores de endocrinos también pueden afectar la salud en cantidades pequeñas.
- ◆ De acuerdo al Instituto Nacional de las Ciencias de la Salud Ambiental, los alteradores de endocrinos pueden causar una reducción en la fertilidad en las mujeres y hombres, la pubertad temprana en niñas, y aumentos en ciertos cánceres.
- ◆ Sea especialmente cuidadoso con productos de limpiezas con fragancias. *Phthalates* son usados en químicos de limpieza y climatizadores son conocidos como alteradores de endocrinos. Por esta razón, evite el uso de climatizadores. La limpieza no tienen olor.
- ◆ *Triclosan* y *triclocarbon* son químicos anti microbios que reducen o paran el crecimiento de bacteria y el moho. Estos químicos se encuentran en jabones, productos para limpiar el hogar, y otros productos. ¡Son sospechados de ser alteradores endocrinos. ¡Sobre más de un millón de libras de *triclosan/triclocarbon* son desechados en el medio ambiente cada año! **De acuerdo al FDA, el *triclosan* no es más efectivo en matar gérmenes que un buen lavado con jabón regular y agua.**
- ◆ *Bisphenol A* (BPA) es un ejemplo de un químico alterador endocrino. Usted puede saber que BPA ha sido usado en plásticos y ha sido removido de muchos artículos incluso de botellas de infantes. BPA todavía es usado en papel termal usado en facturas emitidos de los ATM o bomba de gasolina. Cuando posible, no acepte recibos que sean despachados de maquinas.
- ◆ Un reporte publicado el 2013 del Organización Mundial de la Salud reporta que la evidencia conectando los químicos que imitan las hormonas a los problemas de salud de las personas ha crecido más fuerte sobre la ultima década, convirtiéndose en un “peligro global”.

¡Limpio no es olor!

Los consumidores han sido encaminados a pensar que un producto de limpieza no funciona si no deja un olor después de limpiar. Los productos con fragancias están en todas partes de nuestras vidas diarias. Las fragancias son añadidas a productos de cuidado personal y de limpieza que usamos diariamente. Climatizadores son usados en programas de temprana edad debido a que desean que el aire tenga un buen olor, especialmente después de cambiar un panel. Pero las fragancias no limpian el aire, los climatizadores lo que hacen es liberar químicos en el aire. Los productos que ponen en lista climatizadores “natural” no necesariamente son más seguros. Aun esos que contienen aceites esenciales contienen químicos tóxicos. Cuando le sea posible, use un sistema de ventilación general en la área en vez de usar climatizadores con fragancias.

Limpieza Segura

Un procedimiento bien pensado puede ayudar reducir gérmenes dañinos sin el sobre uso de productos químicos. Como los gérmenes viven en todas partes, identifique áreas donde se tocan con frecuencia en su guardería infantil para limpiar con frecuencia tales como las:

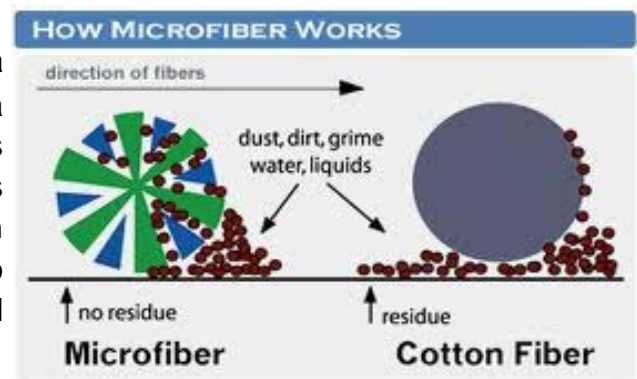
- Manillas, interruptores de luz, y pasa mano.
- Llaves de agua, asas de baño, y dispensadores de toallas.
- Mesas compartidas, juguetes, y las teclas de computadora.

Las herramientas para limpiar incluyen:

◆ **Los carpetas de puerta** colocados en todas las entradas. Estos felpudos ayudaran a capturar sucio y tierra de los zapatos y reducen el desgaste de los pisos y carpetas. Muchos programas piden que todos que entran se remuevan los zapatos en la entradas. Si esto funciona en su guardería infantil, tanto mejor. Si usted usa carpetas de entradas, busque por carpetas de buena calidad de niveles múltiples con un refuerzo de goma que sostiene agua. Pase la aspiradora diariamente.

◆ **La aspiradora** viene en muchos estilos y formas. Invertir en una aspiradora de buena calidad de HEPA o alta filtración es una buena idea. Las aspiradoras de HEPA filtran más sucio y gérmenes que las aspiradora tradicionales. ¡Las aspiradoras tradicionales actualmente pueden soplar partículas pequeñas de polvo en el aire! El polvo contiene todos los químicos tóxicos que pueden estar presente en las superficies que usted esta limpiando.

◆ **Use paños de microfibras y mapas para limpiar.** Los paños de microfibras para limpiar y mapas son más efectivos que los productos de algodón o papel. Microfibra es un producto sintético no tratado con químicos, permite limpiar sin usar jabones o detergentes para limpiar o usar una cantidad menor.



- Microfibra es hecho de fibras pequeñas de forma de cuña, hasta 100 veces más fino que el pelo humano.
- Las fibras pequeñas agarran y sujetan el sucio y gérmenes debido a que la microfibra tiene una carga positiva que lo permite atraer sucio lo cual tiene cargas negativas.
- Microfibra puede absorber siete veces su peso en agua.
- Microfibra puede ser lavado mil veces y se seca más rápido que algodón, haciéndolo menos probable a crecer bacteria.

Más acerca microfibra

Como limpiar usando microfibra

- ✓ Superficie: Use un paño de microfibra para limpiar cualquier superficie no poroso tales como mesas, mostradores, y estufas. Estas fibras pequeñas recogen más sucio y residuos de alimentos que otros paños y toallas de papel. Paños de microfibra pueden ser usados con cualquier limpiador y/o desinfectante.
- ✓ Los pisos pueden ser lavados con mapas de microfibra. Los mapas de microfibra son livianos y fácil de exprimir. Como la microfibra es absorbente, habrá menos agua en el piso para secar.
- ✓ Ventanas: Usted puede limpiar con solo agua y microfibra. No más limpiadores tóxicos de ventanas. Use un paño para limpiar y otro para secar.
- ✓ Limpiar polvo: Microfibra como fue demostrado en la página previa, atrapa más polvo que paños de algodón o papel.



Como mantener microfibra

- ✓ Lave y seque microfibra separados de otra lavandería. Debido a la carga positiva de microfibra, atrae sucio, pelo, y pelusa de otra lavandería. Esto reduce la eficacia de la microfibra.
- ✓ Lave paños o mapas de microfibra muy sucios en agua tibia o caliente con detergente. Levemente sucios pueden ser lavados en agua fría.
- ✓ **¡No use suavizantes de telas cuando lave microfibra!** Los suavizantes de tela contienen aceites que atascan la microfibra, haciéndolos menos efectivos durante su próximo uso.
- ✓ **¡No use blanqueadores cuando lave microfibra!** Blanqueadores acortan la vida de uso de microfibra.
- ✓ Microfibra se seca muy rápido reduciendo el tiempo en la secadora. Usted también puede colgar los artículos para secar.
- ✓ Asegúrese de limpiar paños de microfibra para limpiar después de cada uso. Asigne un paño de un color para cada área diferente en su guardería infantil para asegurar que usted no transfiera los gérmenes de un área a otra.

Los paños de microfibra son mucho más conocidos y usados en Europa que en los Estados Unidos. ¿Por qué? El mercado de químicos para el hogar vale diez billones de dólares a los grandes fabricantes de químicos y las tiendas que los venden; ellos tienen poco o no incentivo a respaldar una simple tecnología que debilita sus productos costosos. Los fabricantes como estos han gastado una fortuna en mercadotecnia por varias décadas, convenciéndonos que necesitamos embestir nuestros hogares con limpiadores de fuerza industrial.

Limpiadores verdes y caseros

Comprar limpiadores que son rotulados como “verde” es una manera de exponerse usted y su guardería infantil familiar a menos químicos tóxicos de limpieza. Al comprar productos, busque por etiquetas que tiene uno de estos símbolos: **Green Seal** y **EcoLogo** son organizaciones que proveen investigaciones independientes de productos de limpieza. Actualmente, estos sellos de aprobación se encuentran frecuentemente en productos para uso comercial que los productos para el hogar y son más costosos.



Cuando compre limpiadores para uso en el hogar, revise las etiquetas y evite estas palabras cuando posible:

- * *Danger or Poison*—peligro o veneno
- * *Warning Corrosive*—advertencia de corrosivo
- * *Flammable*—inflamable
- * *Toxicó*—tóxico

Usted puede hacer limpiadores para todo propósitos de lo que usted ya tiene en su hogar; bicarbonato de soda, vinagre blanco, bórax, soda para lavar, jabón de castilla liquido. Algunos artículos, como el bórax, son tóxicos en cantidades grandes, así que deben ser guardados fuera del alcance de los niños y manejados con cuidado. Las recetas en lista no incluyen cantidades tóxicos.

- Disuelva 4 cucharadas de soda bicarbonato en 1 cuarto de agua.
- Vinagre y sal, mezcle juntos hasta hacer una pasta para un limpiar/estregar las superficies.
- Mezcle sal y agua con un poco de vinagre.
- Jabón de castilla liquido (cantidad pequeña) y bicarbonato de soda/bórax con mucha agua para los pisos, paredes o mostradores.
- Jabón de castilla liquido (cantidad mediana) y bicarbonato de soda/bórax para los fregadores, cajas de gatos, o cualquier cosa que puede ser bien enjuagado.
- Haga una pasta de bicarbonato de soda y agua.
- Mezcle 3 cucharadas de vinagre, ½ cucharadita de bicarbonato de soda, ½ cucharadita de jabón liquido a base de aceite vegetal (Murphy's), 2 tazas de agua caliente y eche en un botella del aerosol o balde. Aplique y limpie.
- Combine 2 cucharadas de bórax, ¼ taza de jugo limón, 2 tazas de agua caliente en una botella del aerosol.
- Llene una botella del aerosol con ½ parte vinagre y ½ parte agua. Añada un poco de limón para fragancia.
- Mezcle jabón liquido con 1 cucharada de bicarbonato de soda. Añada jugo de limón y agua.

Para recetas adicionales: [http://www.cleanersolutions.org/downloads/msds/751/TURI%](http://www.cleanersolutions.org/downloads/msds/751/TURI%20.pdf)



Yours for Children, inc.

303 - 313 Washington Street
Auburn, MA 01501
1-800-222-2731
www.yoursforchildren.com

Non Profit Org.
U.S. Postage
PAID
Permit No. 37
Auburn, MA

Address Service Requested

One hundred percent of the funding for this program and publication is provided by USDA and, therefore, any publications may be freely copied by USDA, the Massachusetts Department of Elementary and Secondary Education, and by any other institutions under the Child and Adult Care Food Program. Please credit the listed source when given or **Yours for Children, Inc.** when not given.

Febrero del 2016

***Entrenamiento
requerido de la higiene
del AF 2016***

PARA:

Este es un entrenamiento requerido con 2 horas de crédito del Programa de Alimento para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP).

Completar este entrenamiento con éxito acerca de la Seguridad de Alimentos/Higiene reúne el requerimiento de entrenamiento para el año fiscal 2016.

Complete todos las preguntas del estudio en el hogar y someta a la oficina de YFCI entre dos (2) semanas de haberlo recibirlo.

El Departamento de Agricultura de los E.U. prohíbe discriminar contra sus clientes, empleados, y solicitantes para empleo por motivos de raza, color, nacionalidad de origen, edad, discapacidad, sexo, la identidad de género, religión, represarías y en cuando aplicable, creencias políticas, estado civil, estado de padres o familiar, orientación sexual, o todo o parte del ingreso del individuo es derivado de cualquier programa de asistencia pública, o información genética protegida en empleo o cualquier programa o actividad administrada u otorgada por el Departamento. (No todos los motivos prohibidos serán aplicados a todos los programas y/o actividades de empleo.) Para presentar una queja por discriminación, complete el formulario "USDA Program Discrimination Complaint", el cual se encuentra en línea al http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, o cualquier oficina del USDA, o llame al (866) 632-9992 para pedir el formulario. Usted también puede escribir una carta conteniendo toda la información requerida en el formulario. Envíe su formulario completado o carta por correo al U.S. Department of Agriculture, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, S.W., Washington, D.C. 20250-9410, por fax (202) 690-7442 o correo electrónico a program.intake@usda.gov. Personas con impedimentos de audición y desea hacer, ya sea título ejecutivo europeo o reclamación sobre el programa, por favor de comunicarse con el USDA a través del Federal Relay Service al (800) 877-8339 o (800) 845-6136 (en español). Las personas con discapacidad, que deseen presentar una queja por el programa, por favor de ver la información anterior sobre cómo ponerse en contacto con nosotros por correo o por correo electrónico directamente. Si usted requiere medios alternativos de comunicación para la información del programa (por ejemplo, Braille, letra grande, cinta de audio, etc.), por favor póngase en contacto con el Centro TARGET del USDA al (202) 720-2600 (voz y TDD). USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades para todos.