



Plan de acción para hospitales y centros de salud

Pequeños cuidados, por un mundo saludable es una iniciativa de Salud sin Daño (<https://saludsindanio.org/>) que impulsa acciones que protejan el ambiente en los servicios de atención de la salud relacionados con las embarazadas, los bebés y los niños.

Cuenta con la adhesión de la Sociedad Argentina de Pediatría y es promovida por el Hospital General de Agudos Juan A. Fernández (Ciudad Autónoma de Buenos Aires), el Hospital Italiano de Buenos Aires, el Hospital Universitario Austral (Pilar, provincia de Buenos Aires) y el Hospital Dr. Roque Sáenz Peña (Rosario, provincia de Santa Fe), quienes se suman a esta iniciativa desde su lanzamiento en mayo de 2016.

Los hospitales y centros de salud que forman participan de **Pequeños cuidados, por un mundo saludable** se comprometen a, paulatinamente:

- Eliminar gradualmente el uso de sustancias químicas peligrosas en insumos médicos y otros materiales para proteger la salud de pacientes, trabajadores y de la comunidad en general.
- Reducir la generación de residuos para aprovechar los recursos, reciclar y no contaminar.
- Adoptar medidas de ahorro y eficiencia energética para reducir la contaminación y el cambio climático.
- Poner en práctica medidas de conservación del agua potable para su uso racional y eficiente, eliminando pérdidas y eventuales derroches.
- Ofrecer alimentos nutritivos y saludables y restringir la disponibilidad de bebidas azucaradas y alimentos industrializados.
- Difundir información y recomendaciones sobre salud ambiental a las familias que les confían el cuidado de su salud durante el embarazo, el nacimiento o los primeros años de vida de sus hijos.

Invitamos a hospitales y centros de salud a sumarse y comenzar a llevar adelante acciones que reflejen su compromiso de cuidar el ambiente y la salud ambiental desde la gestación, a través de la promoción de la salud y la adopción de acciones que prevengan enfermedades desde el comienzo de la vida.

Pasos para implementar Pequeños cuidados, por un mundo saludable en hospitales y centros de salud

Los invitamos a comenzar a trabajar primero en los servicios de **Neonatología, Obstetricia y Pediatría**, para luego sumar a las demás áreas del hospital, en el marco de los objetivos que propone la Agenda Global para Hospitales Verdes y Saludables.

Para que la implementación de esta iniciativa se sostenga en el tiempo y se lleven adelante acciones concretas de reducción de riesgos ambientales y prácticas de prevención y cuidado ambiental, Salud sin Daño propone los siguientes pasos:

Paso 1: firmar la carta de adhesión a la iniciativa Pequeños cuidados, por un mundo saludable

Si su institución ya es miembro de la Red Global de Hospitales Verdes y Saludables (<http://hospitalesporlasaludambiental.net/>):

- Si usted es la persona de contacto de su institución y ya activó su cuenta en Conectad@s, la plataforma de comunicación para miembros de la Red Global, complete aquí el formulario de adhesión: <http://pequenioscuidados.org/sumar-a-mi-hospital/>
- Si usted es la persona de contacto pero olvidó su contraseña para ingresar a Conectad@s, por favor escribanos: redglobal@saludsindano.org
- Si no sabe quién es la persona de contacto de su institución con la Red Global, por favor contáctenos: redglobal@saludsindano.org

Si su hospital o centro de salud aún no es miembro de la Red Global de Hospitales Verdes y Saludables y decide sumarse a **Pequeños cuidados**, recibirá de manera automática una membresía de la Red Global, que le permitirá acceder a herramientas y recursos importantes, entre ellos, Conectad@s, nuestra plataforma de colaboración y comunicación para miembros. Para enviar su carta de compromiso y participar de Pequeños cuidados, haga clic aquí: <http://pequenioscuidados.org/red-hospital-consultorio/>

Paso 2: crear un grupo de trabajo multidisciplinario para liderar el cambio

Es importante que el grupo esté compuesto por personal de diversos servicios del establecimiento de salud y, además, por quienes participan en las decisiones de compras (áreas de compras, enfermería, administración, responsable del área de residuos, entre otros).

Paso 3: realizar un diagnóstico de situación

Evaluar el uso de las sustancias químicas peligrosas, del consumo de la energía y del agua, de cómo se gestionan los residuos y de dónde provienen, qué tipo de alimentos se ofrecen en el hospital y qué actividades y medios de difusión de información e interacción con la comunidad posee el hospital además de la atención médica.

Paso 4: poner en marcha un plan de acción para implementar la iniciativa Pequeños cuidados, por un mundo saludable

Presentamos algunas acciones que pueden llevar adelante los hospitales y centros de salud que se sumen a **Pequeños cuidados, por un mundo saludable** en sustancias químicas, gestión de residuos, ahorro energético, conservación del agua, alimentación saludable y liderazgo.

Sustancias químicas

Reemplazar las sustancias químicas nocivas por alternativas más seguras.

Mejorar la salud y la seguridad de los pacientes, del personal, de las comunidades y del ambiente utilizando sustancias químicas, materiales, productos y procesos más seguros.

Según estimaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), en 2012 murieron 12,6 millones de personas por vivir o trabajar en ambientes poco saludables.

Los factores de riesgo ambientales como la contaminación del aire, el agua y el suelo, la exposición a los productos químicos, el cambio climático y la radiación ultravioleta contribuyen a más de 100 tipos de enfermedades o traumatismos¹.

Los establecimientos de salud utilizan habitualmente gran cantidad y variedad de compuestos químicos que pueden ser peligrosos tanto para el ambiente como para la salud de los trabajadores y de la comunidad. Algunos de estos compuestos se han relacionado con efectos tales como cáncer, malformaciones congénitas y asma, entre otros. Estas sustancias alteran la calidad del aire interior de los hospitales y en muchos casos, una vez utilizados, se convierten en residuos peligrosos que, de no manejarse adecuadamente, tienen un alto impacto ambiental.

En este contexto, surge la necesidad de minimizar al máximo la exposición a los diversos químicos peligrosos a través de su reemplazo por alternativas más seguras.

A continuación, presentamos una lista de algunas de las sustancias químicas que se utilizan en el cuidado de la salud y de acciones que se pueden implementar para eliminarlas o minimizar su uso.

¹ <http://saludsindanio.org/articulos/americalatina/oms-cada-a%C3%B1o-mueren-126-millones-de-personas-debido-factores>

Eliminación progresiva de PVC (policloruro de vinilo) y de ftalatos, particularmente DEHP (di(2-etilhexil) ftalato)

Acciones:

- Identificar los insumos médicos de PVC – ftalatos que se utilizan. Esto puede hacerse a través de las etiquetas o mediante la consulta a los proveedores de esos productos. Algunos de los productos médicos que contienen PVC y DEHP son:
 - Bolsas de alimentación enteral
 - Bolsas de sangre
 - Bolsas de drenaje
 - Bolsas colectoras de orina
 - Diálisis peritoneal: bolsas de drenaje
 - Tubuladuras
 - Sondas nasogástricas
 - Sistema de drenaje de heridas: tubos y bolsas
 - Tubuladuras de las bombas de extracción de leche materna
 - Cánulas nasales
 - Tubos endotraqueales y de traqueotomía
 - Tubuladuras del humidificador
 - Bolsas de agua estéril de humidificadores
 - Máscaras de oxígeno
 - Circuitos de oxigenación por membrana extracorpórea
 - Sondas de aspiración / Tubuladuras de ventiladores
 - Bolsas de suero
 - Guantes de examen
 - Brazaletes de identificación de pacientes
 - Clamps umbilicales
 - Catéteres
 - Bandejas para elementos de diagnóstico y equipos médicos
- Contactar a los proveedores para conocer la disponibilidad de alternativas.
- Armar la lista de las alternativas disponibles y comenzar el reemplazo en aquellas prácticas de menor complejidad, para luego continuar con el resto.
- Instalar una política de compras de insumos médicos libres de PVC- DEHP para el servicio de neonatología.
- Eliminar los productos de uso no médico que contengan PVC- DEHP: cortinas de ducha, sillas con "cuero ecológico", pisos de plástico, etc.
- Continuar estos procesos en el servicio de Pediatría y Obstetricia, para ir sumando de manera progresiva al resto de los servicios del establecimiento de salud.

- Informar a las familias sobre los químicos reemplazados y entregar la guía de Pequeños cuidados para familias.

Eliminación progresiva del uso de productos que contengan Bisfenol A

Acciones:

- Identificar los productos médicos con Bisfenol A (BPA) que se utilizan en los servicios.
Algunos de los productos médicos con BPA:
 - Policarbonato: lentes de contacto, tubuladuras, oxigenador de sangre, dializadores, set de administración endovenosa, jeringas, catéteres, mamaderas.
 - Polisulfona: bandejas quirúrgicas, nebulizadores, humidificadores, membranas de hemodiálisis.
 - Poliacrílatos: resinas dentales (composites), selladores dentales, revestimientos para dispositivos médicos.
 - Polietereimida: bandejas de esterilización, insumos dentales, pipetas.
 - Aditivo para PVC (como estabilizador): máquina de autotransfusión, bolsas de líquido endovenoso, sondas nasogástricas y tubos de infusión enteral, máscaras para oxígeno, tubos endotraqueales, catéteres umbilicales.
- Contactar a los proveedores para conocer la disponibilidad de alternativas.
- Armar la lista de las alternativas disponibles y comenzar el reemplazo en aquellas prácticas de menor complejidad, para luego continuar con el resto.
- Eliminar el uso de mamaderas de policarbonato y reemplazarlas por las de vidrio o las rotuladas libres de BPA con tetina de silicona.
- Instalar una política de compras de productos libres de BPA para los servicios de Neonatología. Las alternativas disponibles al BPA incluyen muchas de las mismas que existen para los ftalatos: polietileno, polipropileno, poliuretano, silicona y acrilonitrilo butadienestireno. Otras alternativas disponibles son: acero inoxidable, cerámica, vidrio y acrílico.
- Informar a las familias sobre los químicos reemplazados y entregar la guía de Pequeños cuidados para familias.

Eliminación progresiva de los productos con mercurio

Acciones:

- Realizar un diagnóstico de situación e inventario de equipos e instrumentos médicos que contengan mercurio.
- Armar una lista para comenzar el reemplazo por las alternativas libres de mercurio, empezando por los termómetros (ya que los esfigmomanómetros están prohibidos en Argentina).

- Capacitar sobre la limpieza de pequeños derrames de mercurio y garantizar la disponibilidad de los kits de recolección.
- Verificar la segregación, el etiquetado y el almacenamiento temporal seguro de los residuos con mercurio. Comunicarse con las autoridades ambientales para recibir orientación sobre qué hacer con los residuos recolectados.
- Adoptar una política de compras libres de productos con mercurio para los servicios involucrados, y luego para todo el establecimiento.
- Informar a las familias sobre los químicos reemplazados y entregar la guía de Pequeños cuidados para familias.

Gestión de residuos

Reducir, tratar y disponer de manera segura los residuos de establecimientos de salud

La Organización Mundial de la Salud publicó una serie de principios básicos que señalan la gestión segura y sustentable de los residuos de la atención médica como un imperativo de la salud pública, e instan a todos los actores relacionados con esta actividad a sostenerla y financiarla adecuadamente.

Un análisis reciente de la bibliografía sobre este tema llegó a la conclusión de que más de la mitad de la población mundial está en situación de riesgo debido a los efectos de los residuos sanitarios sobre la salud².

En la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, se genera alrededor de 1 kg de residuos sólidos por persona por día, lo que implica aproximadamente 5000 toneladas diarias³. Los establecimientos de salud contribuyen con sus residuos comunes a las toneladas que se entierran diariamente en los rellenos sanitarios, con el derroche de recursos naturales y la contaminación que esto genera.

En lo que respecta a los residuos con riesgo biológico, en el año 1999 los hospitales de la ciudad de Buenos Aires generaban más de 3.600.000 kilos anuales de residuos infecciosos. A través de los programas de manejo apropiado de los residuos hospitalarios, en el año 2013 se logró disminuir a 1.384.500 kg anuales⁴.

Los residuos sanitarios debidamente gestionados no deberían causar ningún efecto adverso en la salud humana ni en el ambiente. La gestión de los residuos médicos es compleja y sus buenos resultados dependen, en gran medida, de cambiar los hábitos del personal del hospital.

Toda estrategia de mejorar la gestión de residuos deberá comenzar por la compra de productos ambientalmente preferibles y de menor volumen, acompañado de acciones para reducir, reutilizar, y reciclar.

² Asamblea General de las Naciones Unidas, Consejo de Derechos Humanos, 18.a Sesión, tema 3 del Orden del Día: "Promotion and protection of all human rights, civil, political, economic, social and cultural rights, including the right to development", A/HRC/18/31, 4 de julio de 2011

³ http://www.buenosaires.gob.ar/sites/gcaba/files/14_2.pdf

⁴ <http://www.buenosaires.gob.ar/salud/gestion-de-residuos>

La reducción de los residuos y su adecuada separación en origen resultan esenciales. Al clasificar apropiadamente, los hospitales no solo evitan los costos de disposición y los peligros ambientales, sino que además, a menudo, pueden reciclar gran parte de sus residuos comunes.

A continuación, se presenta una serie de acciones recomendadas para trabajar en este problema desde los servicios de salud que participan de la iniciativa **Pequeños cuidados, por un mundo saludable**.

- Realizar una encuesta para determinar si el personal del servicio conoce y comprende la clasificación de los residuos del establecimiento de salud.
- Proporcionar información y capacitación que incluyan la clasificación de los residuos, su manejo, su tratamiento y su disposición final, para poner en práctica un exitoso programa de reducción de residuos.
- Implementar prácticas de segregación para toda la corriente de residuos que se generan en los servicios.
- Colocar cartelería visible y contenedores en los que se detalle el tipo de residuos que deberá ser descartado en cada uno de ellos.
- Utilizar contenedores etiquetados y separados para los diferentes tipos de residuos, para asegurar que se pueda realizar su correcta segregación.
- Utilizar contenedores rígidos para descartar los residuos cortopunzantes.
- Eliminar los contenedores para residuos infecciosos o patogénicos de las zonas en donde no se genere este tipo de residuos (por ejemplo, baños).
- Despertar en todo el personal el interés por “Reducir, Reutilizar y Reciclar”.
- Enviar los reciclables a su correspondiente tratamiento para ser reincorporados en la cadena productiva. Un buen primer paso lo constituye la separación y reciclaje del papel y el cartón. A continuación, algunas recomendaciones para adoptar buenas prácticas para reducir el uso del papel:
 - Establecer como predeterminado en las impresoras y fotocopadoras la impresión doble faz.
 - Utilizar ambas caras de la hoja y reutilizar el papel usado de una sola cara.
 - Evitar copias e impresiones innecesarias.
 - No tirar el papel, sino reciclarlo después de utilizar ambas caras.
 - Comprar papel reciclado y no procesado con cloro para su blanqueo.
 - Facilitar el reciclaje colocando contenedores en salas y pasillos.
- Informar a las familias sobre los acciones para mejorar la gestión de residuos y entregar la guía de Pequeños cuidados para familias.
- Expandir la iniciativa hacia el resto de los servicios del hospital.

Ahorro energético

Implementar la eficiencia energética y promover la generación de energías limpias renovables

Las emisiones generadas por la quema de combustibles fósiles son uno de los principales factores del cambio climático global y de los problemas de salud que se experimentan a nivel local.

La reducción del uso de energía proveniente de combustibles fósiles, la promoción de la eficiencia energética y el uso de energías alternativas renovables (con el objetivo de cubrir a largo plazo el 100% de las necesidades energéticas mediante fuentes renovables de energía ubicadas in situ o en la comunidad) son una forma de mejorar y proteger la salud pública.

A continuación, presentamos una serie de acciones para llevar adelante de modo de reducir la huella energética de los servicios que participan de Pequeños cuidados, por un mundo saludable:

- Como primer paso, realizar una auditoría energética, que permite recolectar la información del consumo de energía, para luego implementar una política de ahorro y toma de decisiones.
- Analizar las mejoras energéticas necesarias en las instalaciones.
- Educar al personal sobre estrategias para ahorrar energía.
- Comprar productos y accesorios con una mayor eficiencia energética.
- Aprovechar la luz natural siempre que sea posible.
- Evitar encender lámparas durante el día y tratar de utilizar al máximo la luz natural.
- Utilizar colores claros en paredes, techos, puertas y muebles en general, para mejorar la iluminación natural.
- Mantener limpios los focos y las lámparas, ya que el polvo bloquea la luz que emiten.
- Colocar cartelería recordando apagar la luz.
- No dejar luces encendidas en habitaciones vacías.
- Utilizar lámparas de LED (diodos emisores de luz, LED por sus siglas en inglés) o fluorescentes compactas (LFC), que brindan un ahorro energético del 75% al 80% (4 a 5 veces) con la misma potencia lumínica.
- Nunca conectar varios aparatos a un mismo tomacorriente, ya que se produce sobrecarga en la instalación y peligro de sobrecalentamiento.
- Adoptar una política de apagado de luces, computadoras, monitores, máquinas de fax, impresoras, fotocopadoras y otros artefactos eléctricos durante la noche. Poner mensajes recordatorios.
- Reducir el consumo de electricidad en el modo de espera (standby) y emplearlo solo cuando sea necesario.

- Hablar con el personal de limpieza para que no deje las luces encendidas durante toda la noche al finalizar sus tareas.
- Instalar detectores de movimientos programables (encienden la luz cuando detectan movimiento en la zona) en áreas de estacionamiento, pasillos, escaleras y zonas de acceso. De esta forma, la luz solo se enciende cuando es necesario.
- Elevar la temperatura de los termostatos unos pocos grados en el invierno y disminuirla unos pocos grados en el verano.
- Mejorar los cierres de las ventanas para reducir pérdidas y mejorar la eficiencia energética.
- Instalar paneles solares para calentamiento del agua.
- Informar a las familias sobre las acciones vinculadas a la eficiencia energética y entregar la guía de Pequeños cuidados para familias.

Conservación del agua

Poner en práctica medidas de conservación del agua potable para su uso racional y eficiente, eliminando pérdidas y eventuales derroches

En muchas partes del mundo, el agua potable es un recurso escaso que representa un significativo desafío para la salud ambiental a escala mundial.

El agua contaminada puede transmitir enfermedades como la diarrea, el cólera, la disentería, la fiebre tifoidea y la poliomielitis. Se calcula que la contaminación del agua potable provoca más de 502.000 muertes por diarrea al año⁵.

En los países de ingresos bajos y medios, el 38% de los centros sanitarios carece de fuentes de agua; el 19%, de saneamiento mejorado, y el 35%, de agua y jabón para lavarse las manos⁶.

Cada año, se producen 4 mil millones de casos de diarrea, de los cuales el 88% es atribuible a la ingesta de agua no apta para su consumo y a malas condiciones sanitarias y de higiene.

Los establecimientos de salud pueden conservar los recursos hídricos midiendo cuidadosamente el uso del agua, instalando artefactos y tecnologías que la utilicen de manera eficiente y procurando la pronta reparación de las pérdidas.

A continuación, presentamos una serie de acciones para llevar adelante de modo de cuidar el agua en los servicios que participen de Pequeños cuidados, por un mundo saludable:

- Si se cuenta con agua potable de buena calidad, eliminar la provisión de agua embotellada en todo el establecimiento. Instalar bebederos o purificadores de agua de pared en las salas de espera, pasillos, etc.
- Controlar periódicamente grifería e inodoros para evitar pérdidas.

⁵ <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs391/es/>

⁶ <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs391/es/>

- Reparar las griferías defectuosas o rotas (una canilla que gotea desperdicia 320 litros de agua por semana y un inodoro con deficiencia en el flotante desperdicia 1.200 litros de agua por día⁷).
- Utilizar griferías temporizadas, que se accionan pulsando un botón y dejan salir el agua durante un tiempo determinado, luego del cual se cierran automáticamente.
- Cambiar los inodoros de palanca por inodoros con sistema dual, que cuenta con dos botones: un primer botón activa el empleo de un tanque de 3 litros, mientras que el segundo activa uno de 6 litros.
- Evaluar la posibilidad de instalar mingitorios secos, ya que no utilizan agua y llegan a ofrecer un ahorro de más de 100.000 litros de agua por año por cada unidad instalada.
- Instalar un sistema de captación de agua de lluvia para utilizar en distintos procesos (por ejemplo, riego o descargas de inodoros).
- Optar por plantas resistentes a las sequías en los jardines para minimizar el consumo de agua.
- Reemplazar los equipos de radiología analógicos, que consumen grandes cantidades de agua, por digitales, que no utilizan agua ni sustancias químicas para el revelado.
- Instalar un lavamanos quirúrgico amurado con accionamiento mecánico mediante pulsador de rodilla. Este tipo de accionamiento ayuda a ahorrar 5,7 litros de agua caliente y aproximadamente 80 gr de CO₂ de carbono por cepillado versus el de codo⁸. Para más detalles: estudio de caso de reducción de carbono del Sistema Nacional de Salud del Reino Unido (NHS, por sus siglas en inglés)⁹.
- Informar a las familias sobre las acciones vinculadas al cuidado del agua y entregar la guía de Pequeños cuidados para familias.

Alimentación saludable

Proporcionar alimentos saludables cultivados de manera sustentable para reducir la huella ambiental de los hospitales y promover hábitos alimentarios saludables en los servicios de Neonatología, Obstetricia y Pediatría

La globalización de los hábitos alimentarios occidentales, que incluyen un consumo excesivo de grasas saturadas, carbohidratos refinados y alimentos procesados, y el aumento progresivo del sedentarismo están contribuyendo al desarrollo de epidemias de obesidad, diabetes y enfermedades cardiovasculares en muchos países. En forma paralela a esta tendencia, dichas afecciones se están tratando mediante la progresiva globalización de la medicina industrial.

⁷ http://www.aysa.com.ar/index.php?id_seccion=481

⁸ <http://www.forumforthefuture.org/greenfutures/articles/putting-green-green-wing>

⁹ http://www.sdu.nhs.uk/documents/case_study/10_April_Barts_Water.pdf

En 2014, más de 1900 millones de personas mayores de 18 años tenían sobrepeso; de ellos, más de 600 millones eran obesos.

Cada año, mueren en el mundo alrededor de 2,8 millones de personas a causa de la obesidad o sobrepeso, según estimaciones de la OMS¹⁰.

Por lo menos 42 millones de niños menores de 5 años son obesos o tienen sobrepeso, según un informe de la Comisión para el Fin de la Obesidad Infantil de la OMS (CFOI)¹¹. La cifra equivale a un 6,1 % del total de los menores de ese grupo de edad, frente a los 31 millones (4,8%) que se registraban en 1990. La cantidad de niños con obesidad o sobrepeso se incrementa notablemente en regiones en vías de desarrollo.

Según datos de 2010 de la Base de Datos Global sobre Crecimiento Infantil y Malnutrición de la OMS, Argentina presenta el mayor porcentaje de obesidad infantil en niños y niñas menores de 5 años en América Latina, con un 7,3% de prevalencia.

Según la Encuesta Mundial de Salud Escolar realizada en Argentina en 2012, en los últimos cinco años, en el grupo de adolescentes de 13 a 15 años, el sobrepeso aumentó del 24,5% al 28,6% y la obesidad pasó del 4,4% al 5,9%¹².

Los establecimientos de salud son grandes consumidores de alimentos, por lo que pueden promover prácticas saludables y sustentables a través de sus elecciones alimentarias y ofrecer conocimiento nutricional a padres y pacientes.

A continuación, presentamos una serie de acciones para llevar adelante de modo de ofrecer una alimentación saludable y promover el desarrollo y el crecimiento de los sistemas de producción de alimentos saludables:

- Modificar menús y prácticas para fomentar la adquisición de alimentos más saludables mediante la compra de productos orgánicos locales. Reducir el contenido de grasa, azúcar y sal en los alimentos procesados.
- Ofrecer alimentos nutritivos y saludables y restringir la disponibilidad de bebidas azucaradas y alimentos industrializados de las cafeterías y de las máquinas expendedoras de los hospitales.
- Trabajar con agricultores locales, organizaciones comunitarias y proveedores de alimentos para lograr una mayor disponibilidad de alimentos producidos localmente de manera sustentable.
- Alentar a los distribuidores o las compañías administradoras de alimentos a que provean alimentos producidos sin plaguicidas sintéticos, hormonas o antibióticos (cuando no se haya diagnosticado una enfermedad en los animales).
- Minimizar los residuos alimentarios y obtener un beneficio a partir de su reutilización. Por ejemplo, las sobras pueden transformarse en abono o darse a los animales como alimento.
- Aprovechar el aceite de cocina usado y convertirlo en biocombustible.

¹⁰ <http://www.who.int/features/factfiles/obesity/es/>

¹¹ <http://www.who.int/end-childhood-obesity/final-report/en/>

¹² http://www.ficargentina.org/index.php?option=com_content&view=category&id=106&Itemid=75&lang=es

- Hacer del hospital un centro que promueva la nutrición y el consumo de alimentos saludables, utilizando el predio del hospital para el desarrollo de huertas comunitarias y como sede de un mercado de productores locales para la comunidad.
- Informar a las familias sobre las acciones vinculadas con la alimentación saludable y entregar la guía de Pequeños cuidados para familias.

Liderazgo

Difundir entre las familias la importancia del cuidado de la salud ambiental dentro y fuera del hogar y ofrecer una guía con recomendaciones para protegerla desde los primeros años

- Promover acciones de promoción y cuidado de la salud ambiental para embarazadas, bebés y niños.
- Divulgar la particular vulnerabilidad a los contaminantes y otros riesgos ambientales del recién nacido y los niños pequeños.
- Ofrecer a los pacientes y sus familias la guía de Pequeños cuidados para familias, que contiene acciones para reducir los riesgos del ambiente y de los productos que consumimos, así como una selección de recomendaciones para embarazadas, madres lactantes, bebés y niños.
- Utilizar los medios de difusión del hospital (carteleras, televisores, jornadas con la comunidad, sitio web, etc.) para difundir la importancia del cuidado de la salud ambiental y las recomendaciones para reducir los riesgos desde las edades más tempranas.



EN ESPAÑOL

- **Agenda Global para Hospitales Verdes y Saludables.** Salud sin Daño. Disponible en: <https://saludsindanio.org/americalatina/temas/agenda-global>
- **Agua, saneamiento y salud.** Organización Mundial de la Salud. Disponible en: http://www.who.int/water_sanitation_health/es/

- **Cerrando el ciclo de los nutrientes: hospitales que reciclan sus residuos orgánicos.** Salud sin Daño. Disponible en: <https://saludsindanio.org/documentos/americalatina/cerrando-ciclo-nutrientes-hospitales-reciclan-residuos-organicos>
- **Comprar bienes y servicios ambientalmente amigables en el sector salud.** Salud sin Daño. Disponible en: <https://saludsindanio.org/documentos/americalatina/compras-verdes-bienes-y-servicios-ambientalmente-amigables-en-sector-salud>
- **Disruptores endocrinos en el sector de la salud ¿Hay razones para preocuparse?** Salud sin Daño Europa. Disponible en: <https://saludsindanio.org/documentos/americalatina/disruptores-endocrinos-en-el-sector-de-la-salud>
- **El inodoro como símbolo.** Centro Nacional De Educación Ambiental. Disponible en: <http://www.ambiente.gov.ar/archivos/web/MBP/File/H2o/agua01inodoro.pdf>
- **Estudios de caso de experiencias de miembros de la Red Global de Hospitales Verdes y Saludables.** Disponibles en: <http://hospitalesporlasaludambiental.net/estudios-de-caso/>
- **Exposición a DEHP durante la atención médica de niños | Causa de preocupación.** Salud sin Daño. Disponible en: <https://saludsindanio.org/documentos/americalatina/exposicion-dehp-durante-atencion-medica-infantil-causa-preocupacion>
- **Exposición a ftalatos por procedimientos médicos en varones recién nacidos.** Bustamante, Patricia y otros autores. Disponible en: <https://saludsindanio.org/documentos/americalatina/exposicion-ftalatos-procedimientos-medicos-varones-recien-nacidos>
- **Ftalatos en recién nacidos críticamente enfermos: exposición relacionada a los dispositivos médicos y riesgos tóxicos no endocrinos.** Journal of Perinatology. Disponible en: <https://saludsindanio.org/articulos/americalatina/exposicion-de-bebes-prematuros-niveles-no-seguros-de-sustancias-quimicas>
- **Guía de eficiencia energética para establecimientos de salud.** Agencia Chilena de Eficiencia Energética. Disponible en: <https://saludsindanio.org/documentos/americalatina/guia-eficiencia-energetica-establecimientos-salud>
- **Guía para la limpieza, almacenamiento temporal o intermedio y transporte de desechos de mercurio desde las instalaciones de salud.** Salud sin Daño. Disponible en: <https://saludsindanio.org/documentos/americalatina/guia-para-limpieza-almacenamiento-transporte-desechos-mercurio-salud>
- **Guía para la sustitución de químicos peligrosos en el sector salud.** Salud sin Daño. Disponible en: <https://saludsindanio.org/articulos/americalatina/guia-sustitucion-quimicos>
- **Hospitales saludables, planeta saludable, personas saludables.** Organización Mundial de la Salud y Salud sin Daño. Disponible en: <https://saludsindanio.org/articulos/americalatina/hospitales-saludables-planeta-saludable-personas-saludables>
- **Manual de gestor en eficiencia energética | Sector hospitalario.** Agencia Chilena de Eficiencia Energética. Disponible en: <https://saludsindanio.org/documentos/americalatina/manual-gestor-eficiencia-energetica>
- **Minimización, segregación y reciclaje de residuos hospitalarios.** Salud sin Daño. Disponible en: <https://saludsindanio.org/documentos/americalatina/minimizacion-segregacion-y-reciclaje-de-residuos-hospitalarios>

- **Prevenir es mejor que curar: hoja informativa sobre el manejo de residuos.** Salud sin Daño. Disponible en: <https://saludsindanio.org/documentos/americalatina/prevenir-es-mejor-que-curar>
- **PVC y el cuidado de la salud.** Salud sin Daño. Disponible en: http://www.bvsde.paho.org/cursoa_reas/e/fulltext/pvc.pdf
- **Recursos disponibles en el sitio web de la Red Global de Hospitales Verdes y Saludables:**
 - [Energía](#)
 - [Liderazgo](#)
 - [Agua](#)
 - [Alimentos](#)
 - [Residuos](#)
 - [Sustancias químicas](#)
 - [Compras verdes](#)
- **Reducir el uso del policloruro de vinilo(PVC) en los hospitales.** Salud sin Daño. Disponible en: <https://saludsindanio.org/documentos/americalatina/reducir-el-uso-del-policloruro-de-vinilo-pvc-en-los-hospitales>
- **Relación del agua, el saneamiento y la higiene con la salud.** Organización Mundial de la Salud. Disponible en: http://www.who.int/water_sanitation_health/facts2004/es/
- **Residuos hospitalarios: guía para reducir su impacto en la salud y el ambiente.** Salud sin Daño. Disponible en: <https://saludsindanio.org/documentos/americalatina/residuos-hospitalarios-guia-para-reducir-impacto-sobre-salud-y-ambiente>
- **Video para capacitar sobre la limpieza y el almacenamiento temporario de residuos de mercurio en establecimientos de salud.** Salud sin Daño. Disponible en: <https://saludsindanio.org/articulos/americalatina/nuevo-video-sobre-residuos-de-mercurio-en-establecimientos-de-salud>

EN INGLÉS

- **Bisfenol A** (en inglés). National Institute of Environmental Health Sciences. Disponible en: <http://www.niehs.nih.gov/health/topics/agents/sya-bpa/>
- **Hazardous Chemicals in Medical Devices: Phthalates | Factsheet** (en inglés). Salud sin Daño Europa. Disponible en: <https://noharm-europe.org/documents/hazardous-chemicals-medical-devices-phthalates>
- **Non-Toxic Healthcare: Alternatives to Phthalates and Bisphenol A in Medical Devices** (en inglés). Salud sin Daño Europa. Disponible en: <https://noharm-europe.org/edcs-report>
- **Safe management of wastes from health-care activities** (en inglés). Organización Mundial de la Salud. Disponible en: http://www.healthcare-waste.org/fileadmin/user_upload/resources/Safe-Management-of-Wastes-from-Health-Care-Activities-2.pdf
- **Why Health Care is Moving Away from the Hazardous Plastic Polyvinyl Chloride (PVC)** (en inglés). Salud sin Daño Europa. Disponible en: <https://noharm-europe.org/documents/why-health-care-moving-away-hazardous-plastic-polyvinyl-chloride-pvc>

Pequeños cuidados, por un mundo saludable es una iniciativa de **Salud sin Daño** que impulsa acciones que protejan el ambiente en los servicios de atención de la salud relacionados con las embarazadas, los bebés y los niños. Además, ofrece una serie de recomendaciones para las familias, con el objetivo de promover esos cuidados también en los hogares.

A través de este programa, los hospitales, centros de salud y consultorios se comprometen a implementar prácticas más saludables para proteger la salud de los más pequeños y promover ambientes saludables dentro y fuera de los servicios de salud.

Esta iniciativa cuenta con la adhesión de la Sociedad Argentina de Pediatría y es promovida por el Hospital General de Agudos Juan A. Fernández (Ciudad Autónoma de Buenos Aires), el Hospital Italiano de Buenos Aires, el Hospital Universitario Austral (Pilar, provincia de Buenos Aires) y el Hospital Dr. Roque Sáenz Peña (Rosario, provincia de Santa Fe), quienes se suman desde su lanzamiento en mayo de 2016.

Salud sin Daño

Rafael Hernández 2649
Ciudad Autónoma de Buenos Aires
C1428CFC
Argentina
Tel: (54-11) 4896-0018
info@saludsindano.org
www.saludsindano.org