





# IL-FTALATI | X'GĦANDEK TKUN TAF


## 1 Sorsi possibbli ta' esponiment


 Pożati tal-plastik li fihom il-ftalati

 Ġugarelli

 Prodotti tal-kura personali


 Drappijiet

 Apparat mediku

 Arja u trab ikkontaminati rilaxxati minn prodotti għall-konsumatur


## 2 Il-ftalati kif jistgħu jidhlu f'ġismek?

 Permezz ta' ingestjoni

 Permezz ta' assorbiment mill-ġilda


 Permezz tat-teħid bin-nifs


## Fejn hemm possibbiltà li jinstabu?

 Il-ftalati jistgħu jkunu preżenti fil-plastiks bil-pittogrammi li ġejjin:





## 3 Il-ftalati kif jistgħu jaffettwaw lil saħħek?

 Disturb ta' deficit tal-attenzjoni, disturb ta' iperattività

 Bidliet ormonali li jistgħu jwasslu għal effetti fuq is-saħħa

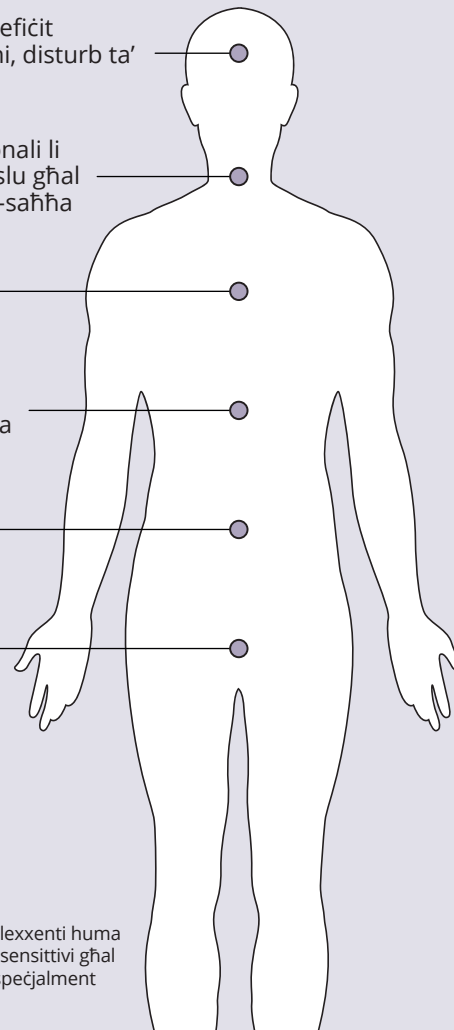
 Ażma

 Reżistenza għall-insulina



 Obeżità



 Infertilità



**Nota:** Il-fetu, it-tfal u l-adolesxenti huma hafna aktar vulnerabbli u sensitivi għal esponiment għall-ftalati, speċjalment matul liżvilupp bikri.







## 4 Kif tista' tnaqqas l-esponiment tiegħek għall-ftalati?

  Tużax għodod tal-kċina tal-plastik li fihom il-ftalati fil-microwave

  Aghżel li tuża għodod tal-kċina tal-ħġieġ biex taħzen l-ikel u x-xorb

  Aqra t-tikketti tal-prodott u aghżel li tuża prodotti mingħajr ftalati

  Naddaf u perreċ id-dar biex tneħhi t-trab b'mod regolari

  Aghżel prodotti friski minflok ikel u xorb ippakkjat minn qabel u pproċessat

//

L-Unjoni Ewropea hadet azzjoni biex tnaqqas l-esponiment taċ-ċittadini għall-ftalati magħrufa li jikkawżaw riskji għas-saħħa bħall-projbizzjoni ta' diversi ftalati fil-ġugarelli u fl-oġġetti kollha għall-kura tat-tfal, il-projbizzjoni tal-użu fl-UE għal użi speċifiċi u l-istabbiliment ta' limiti legali għall-koncentrazzjoni ta' ċerti ftalati f'materjali maħsuba biex ikunu f'kontatt mal-ikel.

 For further information on phthalates, please visit the **'HBM4EU Factsheet'** section.