# AIRE INTERIOR



KIDE

✓ > i • N i I

HEAL

WOH YH

HEALTHY

El aire interior es el aire que todos respiramos dentro de la casa. El humo del tabaco, los agentes que provocan asma, el monóxido de carbono y el radón pueden hacer que el aire sea nocivo.

#### **HUMO DE TABACO**

- ► ¿Qué es el humo del tabaco?
- Mezcla de productos químicos que se desprenden al fumar un cigarrillo, pipa o cigarro
- ► ¿En qué forma es perjudicial el humo de tabaco?
- El humo de tabaco contiene más de 4.000 sustancias químicas, 40 de las cuales se sabe que causan cáncer. Una persona que esté parada o sentada junto a un fumador inhala estos productos químicos en sus pulmones.
- ▶ ¿Qué pasa si un niño está en un ambiente de humo de tabaco?
- pueden aumentar las infecciones del oído puede provocar ataques de asma puede disminuir la función de los pulmones
- ▶ ¿Dónde se encuentra el humo del tabaco en su casa?
- el humo del tabaco de cigarrillos, cigarros o pipas puede encontrarse junto a los fumadores o sus alrededores
- ▶ ¿Qué debe hacer si hay humo de tabaco en la casa?
- No fume en presencia de niños Pida a las visitas que fumen fuera
- ► ¿Sabía esto?
- El humo de sólo 10 cigarrillos por día puede aumentar las probabilidades de que un niño tenga asma

#### AGENTES PROVOCADORES DE ASMA

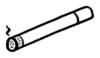
- ► ¿Qué son los agentes provocadores de asma?
- Normalmente son pequeñas partículas de piel de animales, moho, ácaros y cucarachas en el aire que causan alergias. Algunos vapores de productos caseros también pueden provocar asma
- ► ¿Cuáles son los efectos de los agentes provocadores de asma?
- Pueden provocar ataques de asma
- ► ¿En qué consiste un ataque de asma?
- Dificultad para respirar Sensación de presión en el pecho Jadeos al respirar
- ► ¿Qué puede causar alergias en su casa?
- polvo moho en lugares húmedos humo de tabaco de cigarrillos, cigarros y pipas
- vapores de productos caseros perfumes y aerosoles para el cabello piel de animales
- ▶ ¿Qué debe hacer si hay agentes provocadores de asma en su casa?
- Lave toda la ropa de cama semanalmente en agua que esté al menos a 130°F, para matar a los ácaros
- Abra las ventanas y use ventiladores cuando utilice productos de limpieza o calentadores que desprendan humos
- Lave las áreas mohosas con una solución de blanqueador (1 taza de blanqueador en 1 galón de agua)
- Elimine las cucarachas si las encuentra
- ► ¿Sabía esto?
- 4,8 millones de niños padecen asma.
- El asma es la causa principal de las ausencias en las escuelas y de las visitas a las salas de urgencias El asma se puede controlar o cuidar, pero no curar







# AIRE INTERIOR



## MONÓXIDO DE CARBONO

#### ► ¿Qué es el monóxido de carbono?

• Es un gas inodoro e incoloro procedente de la combustión de queroseno, carbón, aceite o madera

### ► ¿En qué consiste el envenenamiento con monóxido de carbono?

- El envenenamiento se produce cuando el monóxido de carbono reemplaza el oxígeno de la sangre
- El porcentaje de monóxido de carbono se mide en la sangre para ver si hay indicios de envenenamiento
- 30%= dolores de cabeza, fatiga 40%= confusión 60%= pérdida del conocimiento 80%= muerte

#### ► ¿Qué ocurre si un niño respira monóxido de carbono?

- Síntomas parecidos a la gripe y resfriados Visión borrosa Dolores de estómago
- Dificultades para respirar Somnolencia Zumbido en lo oídos

#### ▶ ¿Dónde se encuentra el monóxido de carbono en su casa?

- Calentadores de agua y calderas de gas defectuosos Calentadores portátiles sin ventilar
- Secadoras de ropa Humo de tabaco Combustibles en las estufas de madera y gas

#### ▶ ¿Qué debe hacer para impedir el envenenamiento con monóxido de carbono en su casa?

- Use detectores de monóxido de carbono en su casa
- Use el combustible correcto en los calentadores portátiles, y si es una calefacción de queroseno abra un poco la ventana
- No use nunca hornos o cocinas de gas para calentar la casa
- Abra los conductos de humos donde se usen chimeneas
- No queme nunca carbón de leña dentro de su casa o garaje
- Mantenga los aparatos de gas en buenas condiciones de funcionamiento

#### ► ¿Sabía esto?

• Los niños en gestación, bebés, ancianos y personas con problemas del corazón y respiración corren un gran riesgo de resultar envenenados por monóxido de carbono.

#### RADÓN

### ▶ ¿Qué es el radón?

• Es un gas inodoro e insaboro que causa cáncer y que procede del suelo y las rocas de debajo de su casa

#### ► ¿En qué consiste el envenenamiento con radón?

- El envenenamiento se produce cuando se respira aire que contenga radón
- Los niveles de envenenamiento son niveles medidos a 2 y 4 pCi/L (picoCuries por litro de aire)

#### ► ¿Qué ocurre si alguien se envenena con radón?

• Daño en los pulmones y tejidos • Cáncer (no todos contraen cáncer, pero los fumadores corren mayor riesgo).

#### ▶ ¿Dónde se encuentra el radón dentro y en los alrededores de la casa?

• Fugas de radón por las grietas de paredes y pisos • Ciertos materiales de construcción

#### ► ¿Qué debe hacer si cree que hay radón en su casa?

- Compre un equipo de prueba de radón económico para armarlo uno mismo en cualquier ferretería
- Selle las grietas de los pisos y paredes del sótano

#### ► ¿Sabía esto?

- Se deben hacer pruebas de radón en todas las casas con sótanos
- Se estima que el radón causa unas 14.000 muertes al año

