



Protéjase contra el moho

Spanish translation of "Protect Yourself from Mold" (<http://www.bt.cdc.gov/disasters/mold/protect.asp>)

Después de una catástrofe natural, como un huracán, un tornado o una inundación, el exceso de humedad y el agua estancada favorecen el crecimiento del moho en los hogares y otras edificaciones. Al regresar a una casa que estuvo inundada, tome en cuenta que es posible que haya moho y que éste puede amenazar la salud de su familia.

Personas que están en mayor riesgo por el moho

Las personas con asma, alergias u otras afecciones respiratorias pueden ser más sensibles al moho. Las personas con un sistema inmunológico debilitado (como quienes están infectadas con el VIH, los pacientes de cáncer que están en quimioterapia, o quienes recibieron un trasplante de órgano) son más vulnerables a las infecciones causadas por el moho.

Posibles efectos en la salud por la exposición al moho

Las personas sensibles al moho pueden sufrir congestión nasal, irritación de los ojos, resuello o irritación de la piel. Las personas que son alérgicas al moho pueden tener dificultad para respirar. Las personas con un sistema inmunológico debilitado y quienes padecen enfermedades crónicas de los pulmones, como enfermedad obstructiva de los pulmones, pueden sufrir infecciones graves en los pulmones causadas por el moho. Si usted o algún miembro de su familia experimentan problemas de salud después de haber estado expuestos al moho, comuníquese con su médico u otro proveedor de atención médica.

Cómo reconocer el moho

Puede reconocer el moho de las siguientes maneras:

- **Con la vista** (vea si las paredes y techos están decolorados o si hay indicaciones de daños causados por el agua o el crecimiento del moho)
- **Con el olfato** (¿huele mal, como a humedad o tierra mojada?)

Cómo puede evitar que crezca el moho

Limpie y seque rápidamente su hogar o edificación (en las 24 a 48 horas siguientes). Abra puertas y ventanas. Use ventiladores para secar su hogar o edificación. (Vea la hoja informativa sobre las formas de secar la casa (en inglés) , [Reentering Your Flooded Home](http://www.bt.cdc.gov/disasters/mold/reenter.asp) (<http://www.bt.cdc.gov/disasters/mold/reenter.asp>).

- **Si tiene alguna duda, tírelo a la basura!** Elimine todos los artículos porosos que han estado mojados por más de 48 horas y que no pueden ser secados y limpiados adecuadamente. Estos artículos pueden seguir siendo una fuente de moho y deben ser retirados del hogar. Algunos artículos porosos y que no pueden limpiarse son las alfombras y el fieltro de las alfombras, las telas de los muebles, los tapices para las paredes, las paredes de cartón yeso (*drywall*), las hojas por

6 de junio de 2006

Protéjase contra el moho

(continuación de la página anterior)

sección que se usan en techos y pisos, el material de aislamiento, la ropa, el cuero, el papel, la madera y los alimentos. Es importante quitar los artículos porosos y hacer limpieza en general porque el moho, aún el que está muerto, puede causar reacciones alérgicas en algunas personas.

- Para *evitar* que crezca el moho, limpie con agua y detergente los objetos y superficies mojadas.
- Los dueños de casa pueden almacenar los artículos afuera de su hogar hasta que se puedan presentar las solicitudes para el pago del seguro. Vea las recomendaciones (en inglés) de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA): (<http://www.fema.gov/hazards/floods/whatshoulddoafter.shtm>).
- Si desea consultar sobre la desinfección, visite el sitio de la Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos (EPA) y lea el documento (en inglés): *A Brief Guide to Mold and Moisture in Your Home* en <http://www.epa.gov/iaq/molds/images/moldguide.pdf>.

Si el moho está creciendo en su hogar, debe eliminarlo y reparar cualquier problema de agua como goteras en el techo, paredes o tuberías. Lo más importante que puede hacer para evitar que crezca el moho es controlar la humedad en su hogar.

Para quitar el moho de las superficies duras use productos comerciales, agua y jabón, o una solución de blanqueador (cloro) de uso casero diluido con un máximo de 1 taza de blanqueador en 1 galón (3.8 litros) de agua. Use un cepillo con dientes duros para limpiar superficies ásperas como concreto.

Si desea usar blanqueador (cloro) de uso casero para limpiar el moho:

- Nunca mezcle cloro con amoníaco. La mezcla de cloro con amoníaco puede generar gases peligrosos y tóxicos.
- Abra las puertas y ventanas para permitir la entrada de aire fresco.
- Use guantes no porosos y lentes para protegerse los ojos.
- Si el área que debe limpiar es mayor que 1 metro cuadrado (10 pies cuadrados), vea la guía de la EPA titulada "*Mold Remediation in Schools and Commercial Buildings*" (en inglés). Aunque se concentra en el tema de las escuelas y los edificios comerciales, este documento también puede ser usado para otro tipo de edificios. Puede obtenerlo en forma gratuita si llama a la *Indoor Air Quality Information Clearinghouse* de la EPA al (800) 438-4318, o desde su sitio Web en http://www.epa.gov/mold/mold_remediation.html.
- Siempre siga las instrucciones del fabricante al usar cloro (blanqueador) o cualquier otro tipo de producto de limpieza.
- Puede encontrar información adicional en inglés sobre seguridad personal durante las labores de limpieza luego de una catástrofe natural en <http://www.bt.cdc.gov/disasters/workers.asp>.

Si piensa quedarse dentro del inmueble por un buen tiempo o si piensa limpiar el moho, debe comprar una máscara N95 en una tienda local y usarla mientras esté dentro del inmueble. Asegúrese de seguir las instrucciones que aparecen en el paquete con respecto a como conseguir que la máscara se ajuste ceñidamente a su cara. Si vuelve al inmueble por poco tiempo y no está limpiando el moho, no necesita usar una máscara N95.

Para más información sobre el moho, visite la página principal de los CDC sobre este tema en <http://www.cdc.gov/mold/> (busque los enlaces a documentos en español).

Para más información, visite www.bt.cdc.gov/disasters/hurricanes/espanol, o llame a los CDC al 800-CDC-INFO (español e inglés) o 888-232-6348 (TTY).

6 de junio de 2006

Página 2 de 2