Pasos que los Propietarios Pueden Tomar Para Reducir los *Causantes Comunes de Ataques de Asma*

Los ataques de asma pueden ser provocados por condiciones y sustancias que comúnmente tenemos en la casa. Pero usted puede tomar algunos pasos simples para ayudar a que sus inquilinos se mantengan felices y saludables y al mismo tiempo puede aumentar el valor de su propiedad.

Manténgalo seco

El moho y las esporas de moho son los causantes principales de ataques de asma. Ellos pueden crecer en superficies húmedas o mojadas. Estos se encuentran a menudo en los baños, las cocinas y los sótanos. La clave para controlar el moho es controlar la humedad.

- Instale ventiladores de extracción en los baños y las cocinas
- Instale el conducto de ventilación de las secadoras de ropa y de los ventiladores de extracción hacia afuera
- Repare todos los problemas en los techos y en la plomería y goteos o goteras lo más pronto posible
- Asegúrese de que los drenajes de las cocinas y de los baños estén impios y que funcionen adecuadamente
- Reemplace los paneles del cielo raso y las alfombras mohosas
- Lave y seque las superficies duras para remover y pre venir el moho
- Use un deshumidificador limpio en los sótanos de las viviendas multifamiliares
- Asegúrese que los drenajes de afuera estén instalados adecuadamente y que el agua salga libremente hacia afuera (no dentro de las paredes o el techo)

Manténgalo libre de plagas o pestes

Las plagas o pestes, como cucarachas y roedores (y sus desperdicios) pueden hacer que el asma de una persona empeore. Las cucarachas y los roedores se encuentran principalmente en las cocinas, los baños y los sótanos. En estos lugares ellos pueden encontrar comida y agua.

- Instale protectores para roedores o protectores contra tormentas en las ventanas del sótano que se puedan abrir
- Instale mosquiteros en todas las ventanas que se pu edan abrir
- Repare los agujeros en la casa por donde los insectos puedan entrar
- Provéale pesticidas en forma de gel o acido bórico a los inquilinos para las cucarachas (si ha encontrado evidencia de que hay cucarachas)
- Provéale a los inquilinos trampas pegajosas o veneno para los roedores (si ha encontrado evidencia de que hay roedores)

Manténgalo limpio

- Considere reemplazar las alfombras por pisos de su perficies duras
- Limpie los sótanos, áticos y garajes en las viviendas multifamiliares por lo menos una vez al año
- Limpie con regularidad las áreas comunes en las vivi endas
- Rastrille y Barra las hojas, la tierra y el polvo lejos de la casa y échelos en las bolsas especiales para ser recogidas por el carro de la basura
- Ponga los contenedores y zafacones de basura lejos de las casas

Para más información, visite www.health.ri.gov o llame a la Línea de Información al 401-222-5960 / RI Relay 711

RHODE ISLAND DEPARTMENT OF HEALTH

Mantenga el aire circulando

- Asegúrese que las ventanas abran y cierren adecuadamente
- Asegúrese que las estufas de gas, los calentadores de agua, calderas y chimeneas ventilen adecuadamente hacia afuera
- Recorte los árboles y las malezas (matorrales) para que no bloqueen las ventanas ni los ventiladores que dan hacia afuera

Manténgalo libre de tóxicos

- Convierta su propiedad en un lugar donde no se pueda fumar
- No use limpiadores o productos tóxicos para el hogar

Mantenga todo bien cuidado

- Repare las goteras en los techos, ventanas y plomerías
- Limpie los marcos de las ventanas, las canaletas de agua y los drenajes
- Revise si hay señales de daños por agua o moho, fuera y dentro de las casas
- Selle los agujeros con materiales de construcción y en los espacios alrededor de las tuberías
- Limpie los patios, terrazas (galerías), aceras y la entrada para vehículos
- Asegúrese de que los calentadores de agua y las calderas funcionen adecuadamente
- Asegúrese que los ventiladores de las secadoras de ropa, los calentadores de agua, las calderas y chimeneas funcionen adecuadamente
- Revise que no hayan señales de plagas o pestes

Para más información, visite www.health.ri.gov o llame a la Línea de Información al 401-222-5960 / RI Relay 711

RHODE ISLAND DEPARTMENT OF HEALTH