

## El Asma y los Factores Provocadores de la Calidad Del Aire al Interior del Hogar

### ¿Qué es el Asma?

El Asma es una enfermedad crónica de los pulmones. El Asma causa problemas para respirar. Estos problemas para respirar se llaman ataques o episodios de asma. Durante un ataque de asma, las vías respiratorias se estrechan y eso causa dificultad para respirar. Esta condición puede amenazar la vida.

Los síntomas de asma pueden ser distintos para cada persona y pueden incluir la destilación de la nariz, congestión de la nariz, ojos lagrimosos, respiración recortada, dificultad para respirar, mareos o dolores de cabeza, tos, fatiga, fiebre, salpullidos o picazones, y problemas digestivos.

### ¿Cuáles son los Factores que Provocan el Asma?

Los ataques de asma pueden ser provocados por una sustancia que irrita a los pulmones. Estas sustancias se llaman provocadores ambientales y se deben tanto a la calidad del aire al interior del hogar como el de afuera.

Algunos de los factores al interior del hogar que se sabe provocan el asma incluyen:

#### El moho y el mildéu

-pequeñas esporas que flotan en el aire y se reproducen en las superficies húmedas

#### Los ácaros de polvo y la caspa de los animales

-los ácaros de polvo, las cucarachas, las células de la piel, las escamas, las deyecciones, y la saliva de las mascotas

#### El humo secundario

-de los cigarrillos y el tabaco

#### Las químicas de productos caseros

-los aerosoles, las pesticidas, limpiadores y detergentes que producen vapores ásperos

#### Los residuos de la construcción

-el polvo, el formaldehído, la pintura y la quitapintura, etc.

#### Los contaminantes combustibles

-el humo de las chimeneas, el monóxido de carbón de los calentadores y de los tubos de escape de los automóviles y camiones

## ¿Con Quién Debe Comunicarse?



Fair Housing del Condado de Sonoma

**HOTLINE 707-579-5033**

1300 North Dutton Ave.

Santa Rosa, CA 95401

[www.FHOSC.org/mold](http://www.FHOSC.org/mold)

**Llame para conseguir los nombres de inspectores de edificación locales, de inspectores de la calidad de aire industrial certificados y de contratistas que especializan en remediar el moho y para referencias de profesionales legales.**

*Fair Housing del Condado de Sonoma se financia por fondos de la Ciudad de Santa Rosa y del Condado de Sonoma para proveer información y hacer referencias para cuestiones que tienen que ver con la vivienda residencial y las leyes y prácticas que se refieren a relaciones entre los Inquilinos y Arrendadores.*

SONOMA COUNTY  
**Asthma Coalition**

**707-527-5864**

115 Talbot Ave.

Santa Rosa, CA 95404

[www.sonomaasthma.org](http://www.sonomaasthma.org)

**Llame para información acerca del asma y la calidad del aire y para lograr acceso al American Lung Association of California-Redwood Empire Branch y los programas que esa organización ofrece.**

*El objetivo de la Sonoma County Asthma Coalition es trabajar en cooperación con los interesados claves para mejorar la calidad de vida de las personas que sufren del asma y apoyar los esfuerzos para establecer un plan comprensivo en todo el condado para reducir el impacto del asma en el Condado de Sonoma.*

# La Calidad del Aire al Interior del Hogar y el Asma



## Preguntas y Respuestas Para Los Inquilinos y Los Arrendadores

SONOMA COUNTY  
**Asthma Coalition**

**community Action**  
PARTNERSHIP  
Helping People. Changing Lives.

*Miembro de la Alianza Comunitaria en contra del Asma, una iniciativa financiada por The California Endowment*

# El Moho y la Calidad del Aire al Interior del Hogar

## ¿Puede Causar Problemas de Salud el Moho?

El moho tiene la potencial de causar problemas de salud. El moho produce alérgenos (*sustancias que pueden provocar reacciones alérgicas*), sustancias irritantes, y en algunos casos, sustancias que son potencialmente tóxicas (*microtoxinas*). El acto de inhalar o tocar el moho o las esporas del moho puede causar reacciones alérgicas, incluyendo síntomas asociadas con el fiebre del heno como estornudar, destilación de la nariz, ojos rojos, salpullido (*dermatitis*). Los mohos también pueden provocar ataques de asma en personas que sufren del asma y que tienen alergias al moho. Investigaciones científicas sobre el moho y como afecta la salud están en curso.

## ¿Cómo Crece el Moho?

Todo tipo de moho necesita agua para crecer. El moho puede crecer en casi cualquier sitio donde haya deterioro causado por una intrusión de agua, una excesiva humedad, o una superficie mojado. Eliminar la fuente de la humedad – por ejemplo con reparaciones o por deshumedecer el sitio – es crítico para lograr prevenir el moho.

## ¿Cuál es la Mejor Manera de Limpiar el Moho?

Las personas que se ponen a limpiar un área de moho, no deben tener ninguna síntoma ni alergia.

Pequeñas áreas de moho se deben limpiar con los limpiadores caseros apropiados y se deben usar guantes mientras hacen la limpieza. Una vez limpiado el área, se debe secar muy bien. Bote a la basura todos los trapos y esponjas que se usen para la limpieza.

Si el moho vuelve en seguida o si se esparce más, puede que haya un problema más grave como un agujero.

Si la contaminación del moho sea extensiva, la manera más efectiva de tratarla es a través de remediar las condiciones de deterioro de agua implícito.



# Lo Que Usted Puede Hacer

- Si Ud. o un familiar esté afectado por uno o más de los factores provocadores de asma que se mencionan en este folleto, le recomendamos que visite su médico o un centro local de cuidado de salud para hacerse un examen de salud.
- Los factores provocadores que se encuentran en el ambiente pueden provocar el asma y causar mala salud; es la responsabilidad de todos los que tiene que ver con un arrendamiento prevenir y/o eliminar los problemas que puedan contribuir a condiciones de vivienda no saludables.

## Los Derechos Legales de los Inquilinos

Si las condiciones insalubres en una vivienda no se remedian después de que se haya notificado al Arrendador, los Inquilinos pueden retener el pago de la renta; pueden usar la renta para cubrir el costo de reparar los problemas (C.C.C.1941-1942), entablar una acción judicial en contra el Arrendador, o mudarse inmediatamente.

Comuníquese con una agencia que provee consejería legal sobre vivienda o con un consejero legal para que le informe de cuales son las opciones que tiene para remediar la situación o para reembolsarse.

*Avísele al departamento de edificación local de cualquier violación de Código.*

## Las Responsabilidades del Inquilino

- Los Inquilinos tienen la responsabilidad de mantener el local en condiciones limpias y sanitarias
- Apague el agua y avísele al Arrendador inmediatamente por escrito en caso de un agujero de agua o una violación del Código
- Mantenga el área limpio y seco para prevenir que crezca el moho
- Evite el uso de estufas de leña, chimeneas, y químicas para limpieza casera ásperas
- Hable con su proveedor de cuidado de salud acerca de la manera apropiada de usar los filtros y limpiadores del aire en los cuartos donde se duerme
- Si existe una alergia a los mascotas, hable con su proveedor de cuidado de salud para averiguar como mejor se puede controlar esta alergia

## Los Derechos Legales del Arrendador

Los Arrendadores deben avisar a los inquilinos de que tienen la responsabilidad de mantener su vivienda en condiciones seguras y sanitarias. Si sugieran preguntas en cuanto a responsabilidad legal específica, comuníquese con una agencia de vivienda local que provee consejería acerca de vivienda o con una organización de la industria de vivienda; contrate a un higienista industrial certificado o un contratista que especializa en remediar problemas de moho; o busque consejería de un abogado enterado de tales asuntos.

## Las Responsabilidades de los Arrendadores

- Los Propietarios tienen la responsabilidad legal de responder inmediatamente a las quejas de los Inquilinos y buscar remedio para cualquier violación de Código que haya, en particular las que puedan resultar en la mala calidad del aire al interior del hogar
- Eliminar los agujeros de agua y las condiciones de acumulación de agua
- Asegurar que el impacto del polvo y el formaldehído producidos por la construcción sea mínimo
- Verificar que funcionen bien los abanicos extractores en los baños y las cocinas estén funcionando bien, que tengan salida y que se limpien con regularidad
- Reemplazar los filtros del calorífero y del aire acondicionado habitualmente
- Dar salida hacia el exterior a las secadoras de ropa automáticas