



777 Tenth Avenue, New York, NY 10019
T: 212-541-5996 F: 212-541-5966
www.hcc-nyc.org

¿El aire de su hogar lo tiene enfermo?



Sabemos que la contaminación ambiental es causada, entre otros factores, por las fábricas y el humo emitido por los carburadores de los vehículos. Pero, ¿es usted consciente de que la pobre calidad de aire en su hogar puede perjudicar su salud? Si no lo detecta a tiempo, la contaminación del aire al interior de su apartamento puede causar problemas de salud a corto y largo plazo, incluyendo:

- Irritación en los ojos, nariz y garganta
- Incremento en la incidencia de asma, bronquitis y neumonía
- Enfermedad del corazón
- Daños al cerebro, nervios e hígado
- Empeoramiento de condiciones médicas en los ancianos

La edad, las enfermedades pre-existentes y la sensibilidad individual de las personas son factores que pueden acelerar una reacción del cuerpo a la contaminación.

Identificar el riesgo

Hay varias formas potenciales de contaminación del aire al interior del hogar que pueden crear vapores químicos, monóxido de carbono y gases tóxicos. Estas fuentes pueden incluir:

- Estufas sin ventilación o con mal funcionamiento
- Altos niveles de humedad
- Inadecuada ventilación
- Muebles deteriorados
- Alfombras mojadas o húmedas
- Uso de solventes en productos de limpieza
- Pesticidas o tabaco

Síntomas por la exposición incluyen:

- Dolor de cabeza
- Náusea
- Reacciones alérgicas
- Dificultad para respirar
- Silbido al respirar
- Presión en el pecho
- Dolor en el pecho
- Fatiga



Tomar acción

- ✓ Identificar las señales de una ventilación inadecuada, incluyendo la condensación de humedad acumulada en las paredes y ventanas, hongos o aire viciado.
- ✓ Inspeccione cuidadosamente las áreas donde se encuentran los hongos para identificar las fuentes de origen. El Departamento de Salud de NYC ha emitido procedimientos adecuados para que los dueños de edificios acaben con los hongos.
- ✓ Las plantas ubicadas en el interior del hogar no deben ser regadas en exceso, ya que demasiada humedad puede promover el crecimiento de microorganismos y afectar a las personas alérgicas.
- ✓ Instale y use ventiladores de extracción en la cocina y baños. Limpie regularmente los filtros de los aires acondicionados y los purificadores de aire.
- ✓ Mantenga su casa limpia. Los ácaros del polvo, el polen, la caspa de los animales y otros agentes causante de alergias pueden reducirse a través de la limpieza regular. Mejore la calidad del aire en su hogar, a pesar de que no perciba los síntomas.

Housing Conservation Coordinators, una organización comunitaria fundada en 1972 para preservar las viviendas económicas en el vecindario de Hell's Kitchen, puede ayudarlo con su queja para obtener reparaciones necesarias. Llame al 212.541.5996 o visítenos al 777 Tenth Avenue, NY.