

# Consejos para una casa saludable

## Moho en su casa

El moho es un hongo que crece en zonas donde hay agua, humedad o mucha humedad. Puede provocar un olor rancio y agrio.

El moho puede encontrarse en cuartos de baño y en zonas con agua procedente de fugas de un tejado o tuberías. Las inundaciones también pueden producir moho.

### ¿Dónde crece el moho?



El moho crece en **espacios oscuros** con **temperaturas cálidas, alta humedad y poca circulación de aire**.

El moho puede crecer en muchas superficies, incluyendo:

- Papel
- Tejido
- Tapizados de muebles
- Madera
- cartón de yeso
- Aislamiento de celulosa para paredes
- Residuos de jabón
- Cuero
- Pegamentos para papel tapiz

**Verifique** las paredes, los azulejos, la lechada y las zonas húmedas, como los cuartos de baño y el sótano.



### ¿Cómo afecta el moho a la salud?



El moho puede irritar los **ojos, la nariz, la garganta y la piel de su hijo**. Puede desencadenar asma, síntomas parecidos al asma y alergias.

Los síntomas pueden incluir:

- Nariz mucosa o goteo nasal
- Ojos llorosos o con picazón
- Garganta seca
- Escalofríos
- Dificultad para respirar
- Tos seca
- Erupción cutánea
- Dolores de cabeza
- Fatiga o debilidad

**Consulte** a un profesional de la salud si cree que los síntomas de su hijo se deben a la presencia de moho.

#### PARA SU INFORMACIÓN

No recomendamos hacer un examen de sangre u orina (pis) para detectar toxinas del moho.



## ¿Cómo se limpia el moho en el hogar?

- Limpie **las superficies duras**, incluyendo las duchas, con detergente y agua.
- **Otras opciones de soluciones** de limpieza incluyen:
  - » **Cloro doméstico diluido** (use 1 taza de cloro o menos en 1 galón de agua)
  - » Alternativas “ecológicas” como **el vinagre**
  - » Nunca mezcle cloro con otros limpiadores domésticos, sobre todo los que contengan amoníaco.
- **Seque** bien la superficie limpiada.
- **Consejos de seguridad:**
  - » Use guantes.
  - » Use gafas protectoras.
  - » No use cloro en espacios pequeños
  - » Asegúrese de que haya una buena circulación de aire durante la limpieza.

### NOTA

Es posible que haya que tirar los materiales absorbentes o porosos.



## ¿Cómo se puede prevenir el crecimiento de moho?

Las esporas de moho son difíciles de matar. La clave para limitar el moho es la **detección precoz** y **una limpieza adecuada**.

- Arregle tan pronto como sea posible las tuberías con fugas y otras fuentes de humedad. Limpie y seque las manchas de humedad en un plazo de 48 horas.
- Mantenga la humedad interior entre el **30% y 50%**.
- Permita **un buen flujo de aire** entre los muebles, el techo, las paredes y el suelo.
- Mantenga limpias y funcionando correctamente las bandejas de goteo de la calefacción, la ventilación y el aire acondicionado.

## Ejemplos de moho



## Recursos

Para obtener más información sobre el **moho** y **su limpieza**, visite:

[www.cdc.gov/mold/](http://www.cdc.gov/mold/)

[www.epa.gov/mold](http://www.epa.gov/mold)

[www.childrenshospital.org/pehsu](http://www.childrenshospital.org/pehsu)

Este documento tiene el apoyo de la Academia Americana de Pediatría (AAP), así como de la Fundación Americana del Asma y la Alergia, Sección de Nueva Inglaterra. Fue financiado (en parte) por un acuerdo de cooperación con los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades/Agencia para Sustancias Tóxicas y el Registro de Enfermedades (CDC/ATSDR). La Agencia de Protección del Medio Ambiente de EE. UU. (EPA) apoya las PEHSU dando financiación parcial a los CDC/ATSDR a través de un Acuerdo Interinstitucional. El desarrollo de este recurso también fue financiado (en parte) por la Asignación NIH/NIEHS K23 E5031663. Los resultados y conclusiones que se presentan no los difundieron formalmente los CDC/ATSDR o la EPA y no deben interpretarse como una determinación ni política de estos. El uso de nombres comerciales que puedan mencionarse es solo para identificación y no implica aprobación de los CDC/ATSDR o la EPA. Esta hoja informativa es únicamente para fines educativos e informativos y no se debe usar con fines comerciales. El material no pretende sustituir el juicio médico independiente o el consejo de un médico o profesional de atención médica calificado. Los usuarios que decidan usar la información o las recomendaciones disponibles en esta hoja informativa lo hacen por su cuenta y riesgo y no deben confiar en esa información como una recomendación médica profesional ni usarla para sustituir cualquier relación con sus médicos u otros profesionales de atención médica calificados.