

# Usted puede controlar el moho (hongos)

El moho (hongos) puede afectar la salud de muchas maneras. A algunas personas, el moho les puede causar congestión nasal, dolor de garganta, tos o sibilancias, ardor en los ojos o sarpullidos. Las personas con asma o que son alérgicas al moho pueden tener reacciones graves. Las que tienen el sistema inmunitario deprimido, y aquellas personas con enfermedad pulmonar crónica, podrían presentar infecciones en los pulmones a causa del moho.

Siempre hay algo de moho en el entorno. El moho ha estado en la Tierra por millones de años. El moho puede entrar a la casa a través de puertas, ventanas y conductos de ventilación abiertos, y sistemas de calefacción y aire acondicionado. El moho del aire en el exterior puede llevarse a espacios interiores en la ropa, zapatos, bolsas, y hasta en las mascotas.

El moho crece en lugares con humedad, como alrededor de las filtraciones en techos, ventanas o tuberías, o en los lugares que estuvieron inundados. El moho crece en el papel, el cartón, las tejas y la madera. El moho también puede crecer en el polvo, las pinturas, el empapelado de las paredes, el aislamiento, las paredes de yeso, las alfombras, la tela y el tapizado.

## Si tiene moho en su casa:

El moho puede verse como puntitos. Puede tener muchos colores diferentes y un olor a humedad. Si puede ver u oler el moho, debería eliminarlo. No necesita saber qué tipo de moho es.

Si está saliendo moho en su casa, debe eliminarlo y solucionar el problema de humedad. El moho puede eliminarse de las superficies duras con productos de uso doméstico, agua y jabón, o una solución de no más de 1 taza de blanqueador en 1 galón de agua.



## Si utiliza cloro para limpiar el moho:

- No mezcle nunca cloro con amoníaco ni con ningún otro producto de limpieza doméstico. La mezcla de cloro con amoníaco u otros productos de limpieza produce un gas tóxico. Siga siempre las instrucciones del fabricante cuando use cloro o cualquier otro producto de limpieza.
- Abra las puertas y ventanas para que entre aire fresco.
- Póngase botas y guantes de goma, y gafas de seguridad durante la limpieza de las áreas afectadas.
- Si necesita limpiar un área de más de 10 pies cuadrados, consulte la guía de la Agencia de Protección Ambiental (EPA) de los Estados Unidos titulada Remediación del moho en escuelas y edificios comerciales, la cual da recomendaciones para todo tipo de edificaciones. Usted la puede obtener si visita el sitio web de la EPA en <https://www.epa.gov/mold/mold-remediation-schools-and-commercial-buildings-guide>.



## Para prevenir que se reproduzca el moho en su casa:

- Mantenga los niveles de humedad en su casa tan bajos como pueda, no más de 50 %, durante todo el día. El aire acondicionado o un deshumidificador ayudan a mantener el nivel de humedad bajo. En las tiendas de mejoras para el hogar puede comprar un medidor para revisar la humedad en su casa. Los niveles de humedad cambian durante el transcurso del día, o sea que deberá revisarlos más de una vez al día.
- Asegúrese de que el aire en su casa circule libremente. Use los extractores que ventilan hacia el exterior de la casa en la cocina y el baño. Asegúrese de que su secadora de ropa ventile hacia el exterior de su casa.
- Repare cualquier gotera en el techo, paredes o tuberías de su hogar para que el moho no tenga humedad que le permita crecer.
- Limpie y seque minuciosamente su hogar lo más rápido posible (entre 24 y 48 horas) después de una inundación.
- Añada inhibidores de moho a la pintura antes de pintar. Puede comprar los inhibidores en tiendas de pinturas o de mejoras para el hogar.
- Lave los baños con productos que maten el moho.
- Quite o reemplace las alfombras y el tapizado de los muebles que se mojaron y que no puedan secarse rápidamente. Considere no usar alfombras en cuartos o áreas como baños o sótanos que pueden tener mucha humedad.
- Para informarse más sobre cómo prevenir el moho en su casa, consulte la publicación de la Agencia de Protección Ambiental Guía breve sobre el moho, la humedad y su hogar en <https://www.epa.gov/sites/production/files/2016-10/documents/moldguide12.pdf>.



## ¿Debería hacer pruebas para detectar moho en mi casa?

Los CDC no recomiendan hacer pruebas de detección de moho. Los efectos del moho en la salud pueden ser diferentes para distintas personas, por lo que no puede depender de muestras y cultivos para saber si usted o un miembro de su familia podría enfermarse. Sin importar qué tipo de moho sea, necesita eliminarlo. Además, una buena toma de muestras de moho puede ser costosa y no hay normas establecidas para determinar cuál es una cantidad aceptable de los diferentes tipos de moho en una vivienda. Lo mejor que puede hacer es eliminar el moho de manera segura y hacer lo posible para prevenir el crecimiento futuro de moho.