



## El moho puede ser un desencadenante del asma

El moho es un organismo vivo que se encuentra en el ambiente y puede ser un desencadenante del asma. El moho crece en ambientes húmedos y mojados. Puede crecer en la madera, el papel, las alfombras y los alimentos. Puede ser de diferentes colores, como negro, blanco, verde, rosa o anaranjado.



Puede encontrarse en lugares húmedos y oscuros, como baños, cocinas o sótanos. Si su sótano se ha inundado, es probable que haya moho. El moho también puede crecer en vidrios de ventanas húmedos y mojados.

### Limpie el moho y evite que vuelva a crecer

#### Evite que el moho vuelva a crecer

- Mantenga la cocina y el baño limpios y secos.
- Mantenga los espacios donde vive bien ventilados.
- Use un deshumidificador para mantener un bajo nivel de humedad en la casa.
- Mantenga limpios los colectores de agua del aire acondicionado.
- No use vaporizadores o humidificadores para generar vapor en una habitación.
- Repare las cañerías que tengan pérdidas.



#### Elimine el moho

- El vinagre blanco es muy bueno para eliminar el moho (mezcle una parte de vinagre blanco con una parte de agua).
- No use limpiadores como la lejía. No son seguros para las personas con asma, y los vapores que emiten pueden dañar las vías respiratorias.

**Si tiene preguntas o desea obtener recursos,  
llame al 1 (833) 327-8462.**