

# Reduzca su exposición a moho en su casa

Después de un huracán o una gran inundación podría tener que vivir en una casa en la que hay moho. Esta situación podría durar semanas si usted no tiene otro lugar donde ir o, incluso, meses si afectó a toda la comunidad. Si se tiene que quedar en una casa en la que hay moho, deberá tomar medidas para reducir su exposición.



Si usted tiene asma, epoc o el sistema inmunitario debilitado, no debería quedarse en una casa con moho, ni tampoco estar allí durante su limpieza.

- Pase menos tiempo en su casa. Quédese con amigos o familiares lo más que pueda hasta que su casa se haya secado y limpiado. Si puede, también dúchese y lávese el cabello en la casa de ellos. Si hace buen tiempo, pase más horas al aire libre. Durante el día, vaya a bibliotecas, centros comerciales u otros lugares públicos.
- Aísle el moho. Use cubiertas de plástico para aislar las habitaciones de su casa con moho hasta que se limpien.
- No disperse el moho. Cuando vaya a una habitación con moho, quítese los zapatos antes de andar por el resto de la casa. Si puede, cámbiese la ropa.
- Cree un área separada para dormir. Si debe quedarse a dormir en una casa con moho, aísle la habitación más limpia con cubiertas de plástico y deje siempre los zapatos afuera. Dúchese y lávese el cabello antes de ir a la cama. Cuando esté en esta habitación, evite tener puesta ropa que tenga moho, y no traiga cosas de otras partes de la casa. Si puede, abra una ventana para que entre aire fresco.
- Use los aparatos de aire acondicionado y los ventiladores con prudencia. Si tiene un sistema de HVAC (calefacción, aire acondicionado y ventilación) para toda la casa, no lo encienda hasta que lo hayan inspeccionado, ya que podría dispersar el moho.
  - Si su HVAC está bien, no mantenga la casa demasiado fría porque esto podría llevar a más humedad y crecimiento de moho.
  - Si su HVAC no funciona, o si no tiene uno, abra las ventanas para que entre aire fresco. Trate de abrir ventanas que no estén cerca de las pilas de escombros con moho de afuera. Use los extractores de aire de la cocina y el baño. Si usa un ventilador portátil, póngalo en una puerta o ventana soplando el aire hacia afuera. No apunte nunca la corriente del aire hacia superficies que tengan moho, ya que esto dispersará el moho.
- Limpie, bote o aísle los artículos que tengan moho. Lave y seque, o bote, la ropa de cama, las toallas, la ropa y las cortinas que tengan moho. Si hay moho en algún papel que no pueda botar, séquelo y guárdelo en una bolsa bien cerrada hasta que lo pueda secar y limpiar.



**U.S. Department of Health and Human Services**  
Centers for Disease Control and Prevention



CS 326686-C

MLS-327079