

La Contaminación del Aire y el Asma

Esta categoría cubre una gama amplia de químicos tóxicos y contaminantes, que pueden ser contaminantes industriales, contaminación de los automóviles fuera, el uso de estufas o chimeneas a leña, componentes orgánicos volátiles u otras sustancias de interiores. Los productos derivados de la combustión (e.g., dióxido de nitrógeno) y otros contaminantes pueden ser irritantes respiratorios. Los solventes y otros químicos pueden encontrarse en los materiales de construcción y pueden volatilizarse durante el período de 1-2 años después de la construcción nueva. Los escapes de diesel de los buses escolares y otras formas de contaminación del aire pueden también empeorar el asma. Los proveedores de salud pueden inscribirse en Environflash email o notificaciones en busca móvil (en lugares donde se ofrece este servicio) para pronósticos de calidad del aire. (Para mayor información vea: <http://www.enviroflash.info/>)

Preguntas Adicionales para Suplementar el Cuestionario de Historia Ambiental:

Preguntas para Contaminación del Aire en Interiores

- ¿Vive usted en una casa que fue construida en los últimos 1-2 años?
- ¿Si recientemente hizo cambios en su casa – instalación de alfombras nuevas, pintura otros cambios– hace cuanto tiempo lo hizo?
- ¿Ha notado algún cambio en los síntomas del asma del niño después de mudarse a una casa nueva o después de hacer las reparaciones mencionadas arriba?
- ¿Ha notado alguna vez el olor a químicos en su casa?
- Si tiene una estufa o chimenea a leña, ¿cuántas veces al mes la utiliza en el invierno?
- ¿Alguien en su casa utiliza perfumes, velas perfumadas, aspersores para el cabello u otros aerosoles que despiden un olor fuerte?

Preguntas para Contaminación del Aire de Fuera

- ¿Vive usted en un área a 300 yardas de un camino importante o una carretera? _____
¿En un área donde se detienen camiones u otros vehículos? _____
¿Un área cerca de una industria importante con chimeneas? _____
- ¿Es la quema agrícola o residencial un problema en el lugar donde vive?
- ¿Cómo se entera de las alertas de la calidad del aire?

Posibles Intervenciones:

Para la contaminación del aire en **el interior**, las dos mejores maneras de reducir la contaminación del aire son el control de las fuentes y la ventilación.

- **Eliminar el humo del cigarrillo**
- **Aplique buenas prácticas de mantenimiento para controlar las partículas**
- **Instale un extractor cerca de la fuente de contaminantes para su extracción fuera**
- Ventile adecuadamente el cuarto donde se usa un aparato a combustible
- Asegúrese que las puertas de las estufas a gas estén bien cerradas
- Siga las instrucciones de los fabricantes cuando utilice una chimenea a gas o a kerosén
- Asegúrese que las chimenea a leña estén adecuadamente ventiladas de modo que el humo escape por la chimenea
- Nunca utilice una cocina a gas para calentar el ambiente
- Abra las ventanas especialmente cuando se están usando fuentes de contaminantes (esta opción debe balancearse de acuerdo a los problemas de moho y otros alérgenos de plantas y contaminantes fuera de la casa)

- Los padres que trabajan cerca de cualquier sitio que despiden un fuerte olor a químicos o pinturas u otras sustancias tóxicas deben cambiarse de ropa antes de regresar del trabajo
- Evite los olores fuertes y evite el uso de productos y materiales que emitan irritantes tales como humo, perfumes fuertes, talco, atomizadores para el cabello, productos de limpieza, vapores de pintura, aserrín, tiza molida, ambientadores e insecticidas

Contaminación del aire **afuera**, especialmente el ozono y la materia particulada pueden aumentar los síntomas del asma.

- **Observe los niveles del índice de calidad del aire y reduzca las actividades del niño fuera de la casa cuando el Índice de Calidad del Aire (AQI) está en el rango peligroso**
- **Si los síntomas del niño empeoran o si necesitara de más albuterol (medicina para el control del asma) el día después de que los niveles de AQI marcaron peligro, póngase en contacto con un proveedor de salud**
- Utilice filtros HEPA en los ventiladores de la casa
- Reduzca el uso de velas, el uso de la cocina y estufa a leña
- Si los niveles de contaminación por partículas afuera es alto, no aspire los pisos ya que esto aumenta los niveles de partículas interiores
- Aconseje al niño a permanecer lejos del escape del bus escolar y de los camiones
- Considere mudarse a otro lugar, si fuera posible

Seguimiento/Notas: