

Los síntomas del asma, como la tos y la sibilancia, pueden ser provocados tanto por las plagas como por los pesticidas.

Los desencadenantes pueden ser los desechos de las plagas, el pelaje y partes de animales en descomposición o las bombas y los aerosoles de pesticidas. Algunos de estos desencadenantes pueden incrementar la probabilidad de que una persona desarrolle asma.

**La manera más indicada para mejorar el asma es combatir los múltiples factores desencadenantes al mismo tiempo.**

*Los siguientes factores son peligrosos para la salud pulmonar.*



## RATAS Y RATONES

- ▶ Los roedores dejan un rastro de orina al caminar; las heces tienen el aspecto de granos de arroz oscuros.
- ▶ Los alérgenos de los ratones están presentes en 4 de cada 5 hogares estadounidenses.<sup>1</sup>



## CUCARACHAS

- ▶ Las heces de las cucarachas parecen café molido o pimienta negra.
- ▶ Está comprobado que el alérgeno de las cucarachas provoca asma en los niños en edad preescolar.
- ▶ Los alérgenos de las cucarachas están en 2 de cada 3 hogares estadounidenses.<sup>1</sup>



## PESTICIDAS

- ▶ Los alérgenos de las cucarachas están en 2 de cada 3 hogares estadounidenses.
- ▶ Los aerosoles y bombas de pesticidas no son necesarios para deshacerse de las plagas.

*Estos tres pasos pueden prevenir y eliminar las plagas de su hogar de forma segura.*



## LIMPIAR

- ▶ Almacene los alimentos en recipientes cerrados.
- ▶ Limpie las superficies.
- ▶ Use botes de basura con tapa.



## MANTENER LAS PLAGAS ALEJADAS

- ▶ Selle las grietas y agujeros con masilla, malla de cobre o lana de acero.
- ▶ Use cebos y trampas en lugar de bombas y espráis contra plagas.



## MONITOREAR

- ▶ Repare las fugas.
- ▶ Utilice laminas adhesivas para monitorear y controlar las plagas.
- ▶ Controle la humedad y manténgala en el rango del 30 al 50%.

Como último recurso, utilice únicamente plaguicidas registrados en la Agencia de Protección del Medio Ambiente (EPA). Evite las bolas de naftalina y los plaguicidas ilegales, como la tiza milagrosa, la tiza china o el veneno tres pasitos. Puede encontrar más información sobre los pesticidas ilegales en el Centro Nacional de Información sobre Plagas, <http://npic.orst.edu>.