

Desencadenantes ambientales del asma: plagas y pesticidas

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.¹



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.¹



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>.