

# 16 Pasos para una Casa Saludable

Mantenga las plagas fuera de casa—No les proporcione alimento, agua o refugio

1 Limpie la grasa, las migajas y el polvo de su casa todos los días



2 Guarde los alimentos en recipientes de vidrio o acero inoxidable con una tapadera apretada



3 Ponga la basura en un contenedor con una tapadera apretada; selle y retire la basura de su unidad diariamente



4 En lugar de usar aerosoles tóxicos, pídale al propietario sellar las entradas de plagas y usar cebos o geles



5 Mantenga solo lo esencial y almacene artículos en recipientes de plástico, 6 pulgadas sobre el suelo. De lo contrario, le estará dando un albergue a las plagas



6 Mantenga las chinches fuera de casa al no traer muebles encontrados en la calle a casa



7 Para matar las chinches, seque la ropa de segunda mano a temperatura alta por 30 minutos antes de llevar a casa



Para más información llame al 311

Desarrollado por: El Programa de Promoción de Salud Ambiental de los Niños

Departamento de Salud Pública de San Francisco 2014

# Mantenga su casa libre de moho y su aire libre de contaminantes

8

Encender los extractores de aire o abra las ventanas al cocinar y bañarse



9

Usar un limpiavidrios o un trapo para secar las paredes del baño después de bañarse



10

Abrir todas las ventanas que sea posible una vez al día durante al menos 5 minutos para eliminar la humedad



11

Colocar los muebles y el almacenamiento por lo menos 6 pulgadas de las paredes



12

Utilizar productos de limpieza menos tóxicos, como bicarbonato de soda y vinagre en lugar de cloro



13

Requiera que los fumadores fumen afuera al menos 15 pies de distancia de cualquier ventana o puerta



14

Mantenga los detectores de humo y monóxido de carbono conectados y que el dueño los revise cada año



15

Trabaje con sus compañeros de casa para tomar estos pasos fáciles para tener un hogar saludable. Asignar tareas



16

Informe al dueño de inmediato si hay plagas, pintura dañada, tierra suelta, fugas o peligro de seguridad. Llame al 311 si algún asunto sigue sin resolver

