



Calidad del Aire Interior

¿Sabía que?

Las personas pasan casi el 90% de su tiempo en recintos cerrados donde el aire es usualmente 2 a 5 veces más contaminado que el aire exterior.

Plan de Acción

- Reduzca las fuentes de contaminación en su hogar:
 - No permita que se fume dentro de su casa.
 - Si fuma, abandone el cigarrillo: nysmokefree.com
 - Evite los ambientadores, velas, y limpiadores abrasivos.
 - Elija productos "Low VOC".
 - Use la campana de extracción mientras cocine. Si usa estufas de gas, utilice un extractor de aire con escape hacia el exterior.
 - Repare las fugas de agua para prevenir el moho.
- ¡Permita la entrada de aire fresco! Abra las ventanas regularmente.
- Moje el polvo y trapee regularmente para ayudar al control del polvo.
- Instale alarmas de humo y detectores de monóxido de carbono.
- Verifique si hay radón en el sótano, el primer y segundo piso.

[mas](#) →

NYSHECK.ORG

Recursos

Para estrategias de cómo mejorar de la calidad del aire interior, visite espanol.epa.gov/cai

Verifique si califica para una visita gratuita a su hogar por visitando health.ny.gov y busque "State Healthy Neighborhoods Program". En la esquina derecha haga clic en "Translate" y elija "Spanish".

Aprenda más acerca del monóxido de carbono visitando cdc.gov/co. Use el enlace "Español (Spanish)" en la esquina superior izquierda.

Aprenda más acerca de las pruebas de radón visitando espanol.epa.gov (y busque "Acerca del Radón").

Para respuestas "en vivo" para sus preguntas sobre el radón o la compra de un kit de prueba, contacte:

La Línea Nacional de Radón (en español)
1 (866) 528-3187
sosradon.org

Para más información visite nyscheck.org/rxs

