



# ¿Que es un hogar saludable?

Un hogar saludable mantiene la salud y seguridad de los habitantes.

Para hacer su hogar saludable tiene que mantenerlo

## Limpio

para eliminar roedores (ratones), productos químicos peligrosos y causantes de asma

- Limpie el desorden, donde insectos y moho pueden vivir
- Utilice el trapeador (mapo) y un paño húmedo para limpiar y use la aspiradora
- Lave la ropa de cama semanalmente utilizando agua caliente para matar los ácaros del polvo
- Deje los zapatos en la entrada de la puerta para mantener la suciedad fuera de su hogar

## Seco

para reducir insectos y moho

- Manténgase atento a goteos de agua y repárelos inmediatamente
- Seque y limpie derrames de agua de inmediato

## Libre de peligros y riesgos

para reducir accidentes y lesiones

- Asegure las cosas que pueden hacer uno resbalar, tropezar o caer
- Guarde los productos domésticos y las medicinas fuera del alcance de niños pequeños
- Asegure que tenga una alarma de humo, una alarma de monóxido de carbono y un extinguidor de fuego disponibles y funcionando

## Ventilado

para recibir y proveer aire fresco

- Abra las ventanas cuando sea posible
- Utilice extractores de aire de la humedad en el baño y la cocina

## Libre de insectos

para reducir las enfermedades y los factores que causan el asma

- Eliminar alimentos, agua, y lugares donde insectos pueden vivir
- Almacene alimento en recipientes cubiertos que sean fuerte
- Saque la basura a diario

## Libre de sustancias toxicas

para reducir envenenamientos, heridas y otros accidentes

- No permita que fumen dentro de su hogar
- Lea las etiquetas de productos cuidadosamente y siga las instrucciones
- Si su hogar fue construida antes de 1978, edúquese acerca de los peligros de pinturas que contienen plomo.
- Investigue sobre la presencia del radón, un gas que puede causar cáncer

## En buen reparo

para que problemas pequeños no se conviertan a problemas grandes

- Inspeccione su hogar regularmente
- Selle grietas, agujeros y otras aperturas en su casa

Para más información, llame al Departamento de Salud Pública una Iniciativa de Hogares Saludables al 860-509-7299, visite [www.ct.gov/dph/healthyhomes](http://www.ct.gov/dph/healthyhomes), o llame a Infoline al 2-1-1