Un hogar saludable está libre de plagas

Un hogar libre de plagas previene enfermedades y reduce el número de desencadenantes de asma.

La idea principal

Todo animal que está donde no lo quieren es una plaga. La reacción de mucha gente a la primera señal de que hay un problema de plagas es aplicar pesticidas fuertes. Pero usar pesticidas puede ocasionar problemas peores que los daños causados por las plagas mismas. Hay que controlar las plagas con seguridad.

Repercusiones en su salud

Las plagas (tales como ratas, ratones, cucarachas, mosquitos, garrapatas y chinches):

- Pueden provocar ataques de asma a algunas personas
- Algunas plagas —tales como la garrapata de ciervo, las pulgas, cucarachas y ratas— transmiten enfermedades
- Aunque las chinches no transmiten enfermedades, sus picaduras producen comezón e irritaciones en la piel

Los pesticidas (sustancias químicas diseñadas para exterminar plagas):

- Pueden provocar ataques de asma, otros problemas respiratorios, náusea y dolores de cabeza a algunas personas
- Pueden tener efectos a largo plazo tales como: defectos de nacimiento, dificultades de aprendizaje y cáncer

Señales del problema

- Ver u oír a la plaga misma —viva o muerta— a menudo en áreas húmedas (tales como baños y sótanos), dondequiera que se almacene comida o por la noche
- Excrementos, pelo o nidos
- Daños por roeduras en paredes, alambres, comida, paquetes de comida o periódicos
- Huellas (áreas por las que a menudo corren las plagas, normalmente por las paredes, donde no hay ni polvo ni suciedad)
- Hileras de marcas rojas en la piel por picaduras de chinches

Resolución del problema

Use métodos de manejo integral de plagas (IPM por sus siglas en inglés) para controlar las plagas con seguridad

- Retire comida, agua y otras posibilidades donde puedan vivir las plagas
  - Repare problemas de humedad tales como fugas
  - Almacene los alimentos en contenedores fuertes, bien cubiertos, y mantenga limpias y secas las áreas donde come y la cocina
  - Saque la basura todos los días
  - Despeje las áreas que puedan albergar plagas
  - Pase la aspiradora bien y con frecuencia
  - Selle las grietas y agujeros en pisos y paredes con malla de cobre, lana de bronce o sellador de silicona
- Use las soluciones menos dañinas para resolver problemas de plagas, tales como trampas adhesivas o ácido bórico
- Use pesticidas solo si fallan otros métodos: siga las instrucciones cuidadosamente y guarde los pesticidas fuera del alcance de los niños

Dónde obtener más información

- Stop Pests in Housing, www.stoppests.org
- National Center for Healthy Housing, www.healthyhomestraining.org/ipm
- New Hampshire Bed Bug Action Committee, www.nhbedbugs.com/bed-bug-resources.php

Para más información, llame al Connecticut Department of Public Health's Healthy Homes Initiative al 860-509-7299, visite www.ct.gov/dph/healthyhomes, o llame a Infoline al 2-1-1

Connecticut Department of Public Health
Healthy Homes Initiative
Good Health Begins at Home
www.ct.gov/dph/healthyhomes