

Mantenga sus pulmones a salvo durante la limpieza después de la inundación

Las inundaciones pueden ser sumamente peligrosas, y el agua de la inundación misma – aun una vez que ha desaparecido – puede poner en riesgo la salud de sus pulmones debido al desagüe y a las sustancias químicas que se encuentran en el agua y en el moho. Para proteger mejor la salud de sus pulmones después de una inundación y durante las labores de limpieza, a continuación le presentamos cuatro cosas que debe saber:

1. Proteja la salud de su familia desde el inicio.

Identifique a sus familiares vulnerables, incluidos los niños, los adultos mayores y las personas con enfermedades pulmonares crónicas, como el asma o EPOC (enfisema y bronquitis crónica), y haga lo mejor para minimizar su exposición al proceso de limpieza. Proteja a los trabajadores con máscaras N95 (disponibles en ferreterías), guantes desechables y anteojos protectores.

2. Empiece por detener las entradas de agua. Identifique las vías de acceso del agua para determinar hacia dónde se ha expandido el daño. Contenga los materiales y mobiliario dañados por el agua y proteja la exposición de su familia a estos objetos, ya que podrían contener toxinas derivadas de las aguas de la inundación o del moho.

3. Apague la llave central de la electricidad y del gas durante la limpieza. Además, no use generadores eléctricos portátiles a gasolina o diésel, lavadoras a presión, estufas, cocinillas para campamento u otro equipo a gasolina, gas propano o carbón y otros dispositivos en interiores. Estos producen monóxido de carbono que puede matar a los ocupantes si se acumula en el interior.



4. Limpie lo que pueda y deseche el resto. Los materiales que se pueden limpiar se deben lavar con agua y detergente y secarse a fondo. Evite usar lejía, ya que puede afectar la respiración si las áreas en el interior no están bien ventiladas. Saque todo lo que se haya mojado y esté tan dañado que ya no se pueda usar, ya que podría contener moho o toxinas nocivas provenientes del agua de la inundación.

Si le preocupa la salud pulmonar de su familia y tiene preguntas, llame al 1-800-LUNGUSA para hablar con los profesionales de salud de la American Lung Association.

Es común que las personas desarrollen problemas pulmonares después de una catástrofe como la Tormenta Tropical Harvey, aun si nunca los han tenido anteriormente. Esté atento a cualquier complicación respiratoria que pudiera surgir, entre otras:

- Tos, especialmente por la noche
- Sibilancia o dificultad para respirar
- Opresión o dolor en el pecho
- Busque ayuda médica de emergencia inmediatamente si observa que las uñas o los labios se tornan azules o si siente un fuerte dolor en el pecho. Ambos podrían ser potencialmente mortales.