



Los vapores fuertes y las sustancias tóxicas en el polvo - durante y después de una remodelación y reforma energética de una casa - pueden poner en riesgo la salud de los que allí residen.

Las mujeres embarazadas, las parejas planeando tener hijos, y las familias con hijos pequeños necesitan tomar precauciones extra. La exposición aunque sea a bajos niveles de algunas sustancias químicas puede perturbar la manera en que un feto, bebé o niño crece y se desarrolla.

Los contratistas y los que emprenden ellos mismos una remodelación también sufren riesgo de exposición durante el trabajo, y pueden llevar sustancias químicas perjudiciales a su casa y familias.

Hay mucho que podemos hacer para prevenir un daño.

www.healthyenvironmentforkids.ca



Remodele su Hogar Correctamente



La remodelación de casas y las reformas energéticas pueden lograr que su casa sea más cómoda, reducen las cuentas de energía, y ayudan a proteger el medio ambiente. Sin embargo, también pueden poner en riesgo la salud de los niños, exponiéndolos a sustancias tóxicas.

Afortunadamente, las familias, los contratistas, y los que hacen ellos mismos las mejoras de su hogar pueden tomar algunas medidas sencillas para asegurarse de que sus proyectos de remodelación sean saludables para los niños.



PARA MÁS INFORMACIÓN:

www.renovate-right.ca

La Sociedad Canadiense para la Salud de los Niños y el Medio Ambiente (CPCHE, por sus siglas en inglés) es una colaboración de organizaciones del medio ambiente, salud pública, cuidados infantiles, y de médicos que trabajan en conjunto desde 2001 para impulsar la protección de la salud de los niños en torno a las sustancias químicas tóxicas y la contaminación. The Ontario Trillium Foundation, la Fundación Trillium de Ontario, proporcionó los fondos para esta publicación por medio de la Asociación de la Ley Ambiental de Canadá, Canadian Environmental Law Association, el socio principal del CPCHE en este proyecto.

Impreso en Canadá en papel 100% reciclado post-consumidor. Noviembre de 2011.



Como asegurarse de que su remodelación o reforma energética sea segura para sus hijos



www.healthyenvironmentforkids.ca

4 Pasos a tomar para una reparación o reforma energética

saludable para los niños

¿Está remodelando una casa vieja?

Tome precauciones adicionales si su hogar fue construido antes de 1990. La pintura en las casas más viejas a menudo contiene altos niveles de plomo. El plomo es tóxico, en especial para el cerebro en desarrollo de los niños, inclusive dentro de la madre. El enmasillado viejo puede contener PCBs o bifenilos policlorados (sustancias químicas altamente tóxicas). El asbesto puede estar presente en baldosas y azulejos viejos, tejas de compuestos asfálticos, material de aislamiento térmico, y cinta adhesiva impermeable para calefacción, comúnmente conocida como 'duct tape'. Busque la ayuda de un profesional para deshacerse de materiales que contengan asbesto de manera segura.

1 Aísle la zona de trabajo

- A ser posible, las mujeres embarazadas no deberían participar en labores de remodelación de casas y deben mantenerse alejadas de las zonas bajo restauración. Los niños también deben mantenerse alejados.
- Saque sus pertenencias de la zona de trabajo. Cubra completamente lo que quede con plástico protector. Para las alfombras de pared a pared, cubra la zona completamente con un lienzo plástico para pisos.
- Asegúrese de que el trabajo se haga cuando la calefacción o al aire acondicionado estén apagados para evitar soplar polvo o vapores al resto de la casa.
- Cubra los conductos de aire con cinta adhesiva y barreras perdurables como madera o cartón grueso.
- Cubra las puertas y otras aberturas con cinta adhesiva y plástico. Revise a menudo para detectar la presencia de fugas.

2 Deshágase del polvo

- Limpie la zona de trabajo a diario para controlar el polvo. En la zona de trabajo, use una aspiradora industrial con filtro y bolsa para capturar las partículas finas. También puede utilizar trapos húmedos, un trapeador húmedo, o un compuesto para barrer con escoba. Más allá de la zona de trabajo, use una aspiradora con un filtro HEPA.

El polvo casero contiene bajos niveles de sustancias químicas tóxicas. El polvo de una remodelación contiene niveles mucho más altos. Es de especial importancia que proteja a los bebés y niños de la exposición a las sustancias químicas dañinas del polvo.

- Deseche los trapos que hayan sido usados para limpiar el polvo. Guarde las escobas, trapeadores, y aspiradoras lejos de los demás artículos domésticos.
- Al sacar la basura, use bolsas selladas o cajas cerradas para contener el polvo.
- No quite la pintura vieja de los marcos de las ventanas, paredes u otras superficies. (A menudo contiene plomo). En su lugar, cúbrala con pintura base, o 'primer' de buena calidad antes de pintar nuevamente, o deshágase de los materiales con pintura vieja.
- Tenga cuidado de no esparcir el polvo. Quítese la ropa de trabajo y dúchese antes de sentarse en los muebles, cocinar, o jugar con los niños. Use un cesto diferente para la ropa de trabajo y lávela por separado.

3 Elija y utilice los productos con cuidado

- A ser posible, escoja productos de remodelación que no emitan vapores fuertes. Busque pintura de secado rápido y libre de compuestos orgánicos volátiles, VOC por sus siglas en inglés. Asimismo, busque enmasillado, pinturas, y adhesivos con bajo contenido en compuestos orgánicos volátiles, VOC.
- Escoja pisos y otros materiales con tintes y recubrimientos de fábrica.
- Escoja pisos de superficie lisa en vez de alfombras para una limpieza más fácil del polvo.
- Cuando sea posible, escoja productos con menos cantidad de símbolos de precaución. Para los productos que tengan símbolos de precaución, asegúrese de seguir las instrucciones de la etiqueta de manera cuidadosa.
- Selle firmemente todos los envases de productos abiertos, guardándolos fuera del alcance cuando no se estén usando, y desechando todo producto que sobre como deshecho peligroso.

Los compuestos orgánicos volátiles (VOC) se encuentran en muchos productos, incluyendo el enmasillado, los adhesivos, y la madera comprimida. Los productos con estos compuestos a menudo tienen un olor químico. Muchos VOC son perjudiciales para la salud del ser humano.

¿Es usted un inquilino?

Si el administrador de su edificio o su casero planean remodelar su hogar, participe en el proceso. Comience dándoles una copia de este folleto. Hágalos saber que hay cosas sencillas que pueden hacer para proteger la salud de su familia. Mantenga notas de toda conversación que tengan. ¿Tiene más preguntas? Haga clic en la sección para inquilinos, "tenants" en renovate-right.ca, el sitio del CPCHE.

Las actualizaciones energéticas ayudan a reducir las corrientes de aire. Sin embargo, las casas selladas en exceso pueden tener mayor contaminación del aire interno o moho por exceso de humedad. Algunas maneras de prevenir esto son añadir ventilación y eliminar las fuentes de humedad. Para más información, visite renovate-right.ca.

4 Cuide el aire

- Aparte de un control cuidadoso del polvo, utilice un ventilador de ventana que apunte hacia afuera para sacar el polvo y los vapores al exterior.
- Mantenga las ventanas abiertas después de acabar el trabajo hasta que los vapores desaparezcan. Abra las ventanas de manera regular para que entre el aire fresco.
- Añada ventilación al actualizar las cocinas y baños para evitar problemas de moho.
- Instale detectores de monóxido de carbono y lleve a cabo pruebas de radón.
- Reduzca el uso de productos con vapores y fragancias fuertes.

