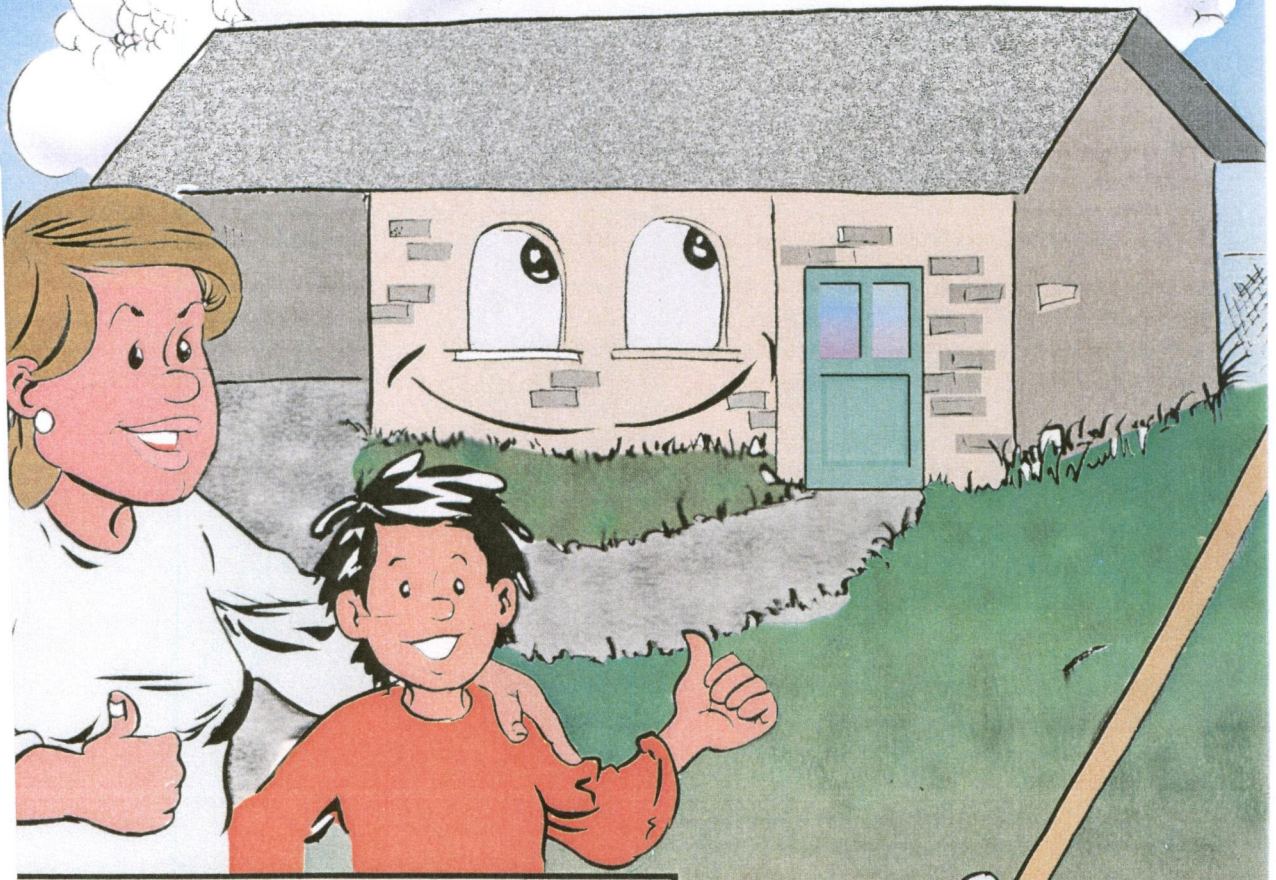


Una casa
¡libre! de

PROBLEMAS RESPIRATORIOS

Resource ID # 6398

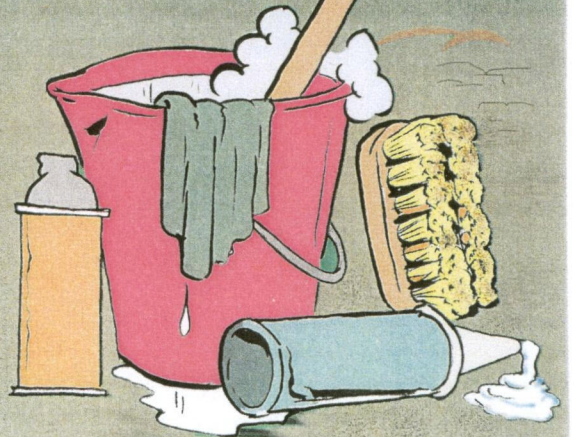
Una Casa ¡Libre! De Problemas
Respiratorios

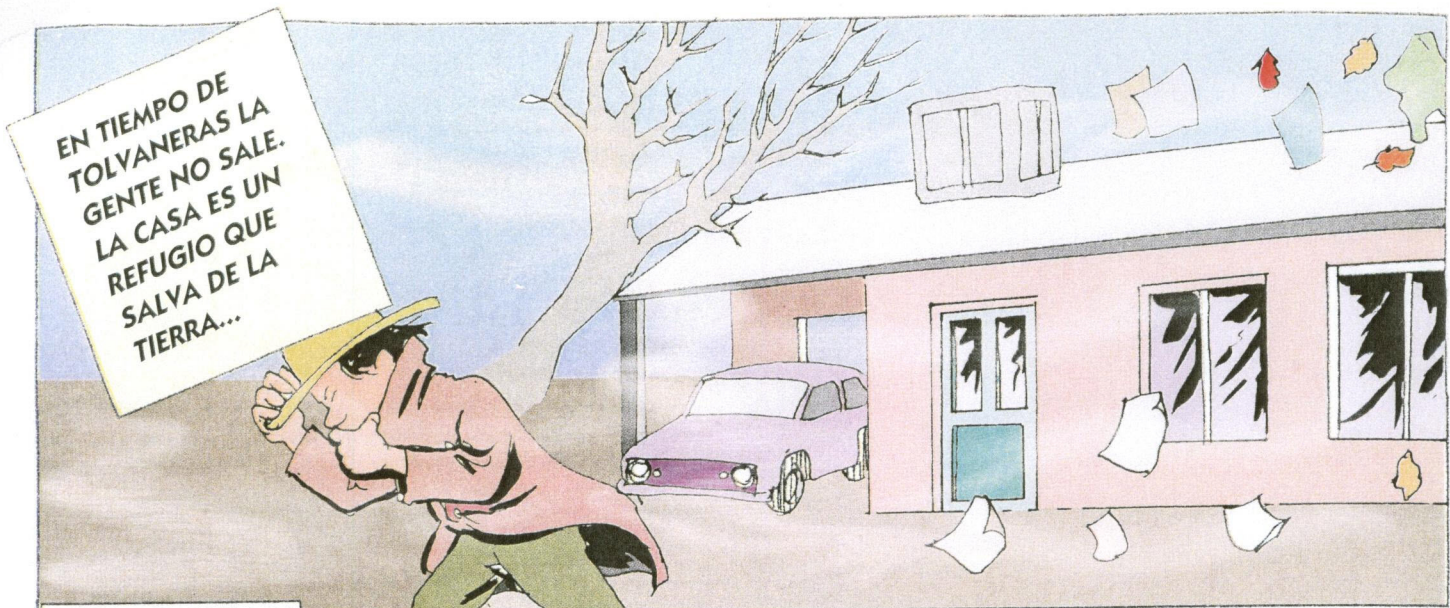


- Historia, diseño, arte: Salvador Sáenz
- Colaboración de: Patricia Juárez, Jay P. Graham UTEP CERM, Veronica Corella Barud.

El presente material educativo fué elaborado gracias al apoyo de:

- PDNHF-Paso del Norte Health Foundation
- CBHR- Center for Border Health Research
- BEHC- Border Environmental Health Coalition
- La Clínica de Familia Promotora Program
- Anthony Community
- NMSU Department of Nursing

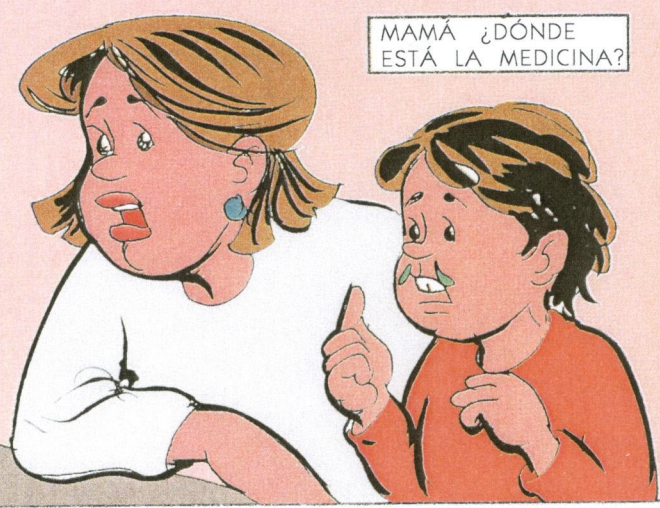
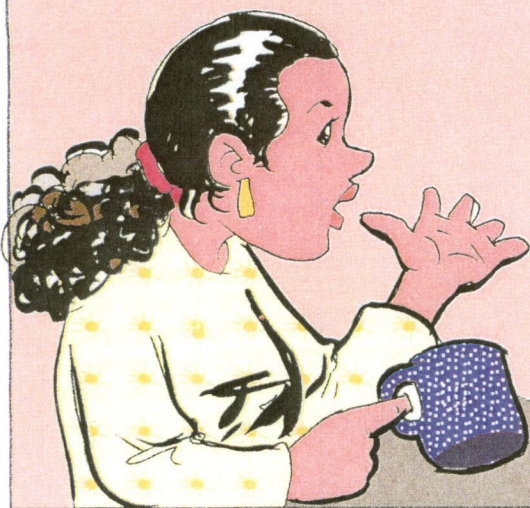




ADENTRO CHELA Y MARY PLATICAN...

¿PORQUÉ NO FUE JUANITO A LA ESCUELA?

¡HAY MARY! PUES MIRE COMO ESTÁ AFUERA. LO LLEVÉ PERO NO SE PUDO QUEDAR. SE SENTÍA MAL Y TUVO QUE REGRESARSE.

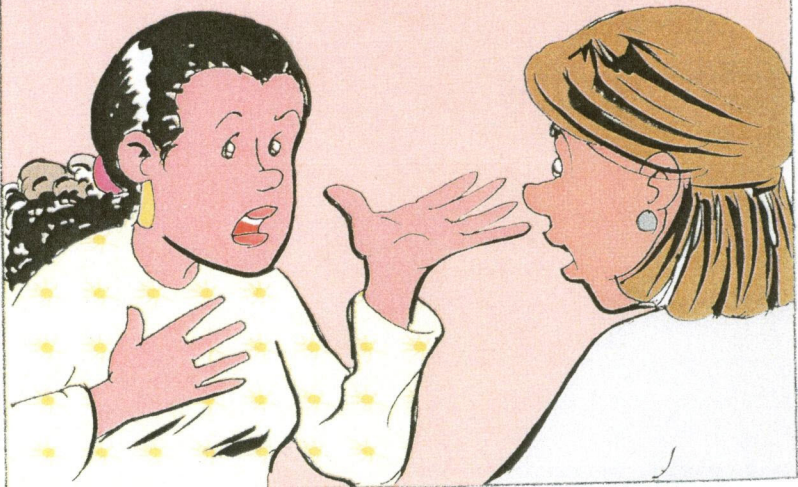


MAMÁ ¿DÓNDE ESTÁ LA MEDICINA?

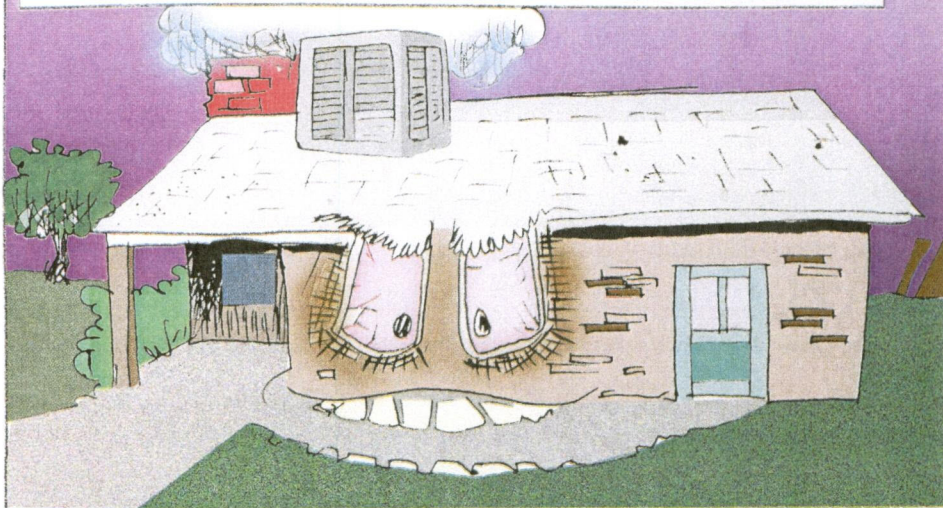
LE PASÓ LO DE SIEMPRE EN ESTE TIEMPO, EMPIEZA CON MOQUEADERA Y LUEGO VIENEN LOS DOLORS DE CABEZA, CHIFLIDO EN EL PECHO Y TANTAS COSAS MÁS...

¡HAY CHELA! YO CREO QUE A JUANITO LE ESTÁ PASANDO LO MISMO QUE A TANTOS NIÑOS...

PUES SI LES ESTÁ PASANDO A TANTOS, HA DE SER NORMAL ¿QUÉ NO?



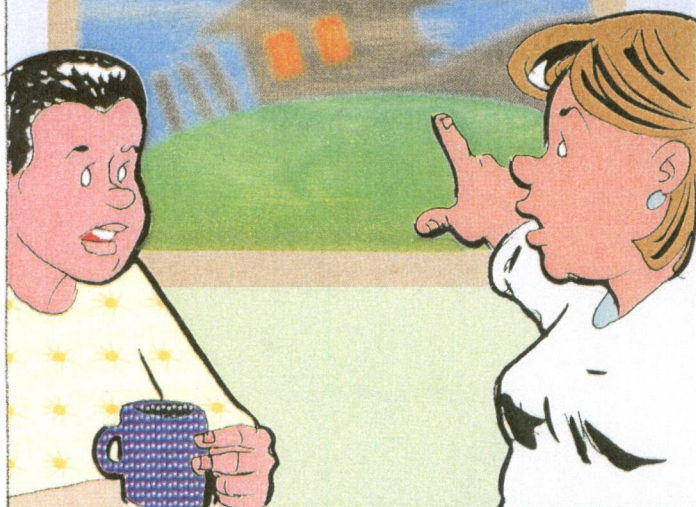
¡PUES CLARO QUE NO ES NORMAL! SI, SU PROBLEMA ESTÁ EN MUCHAS PARTES, QUIERE DECIR QUE ALGO ESTA PASANDO. HAY INVESTIGACIONES QUE COMPRUEBAN QUE A VECES ESTÁ MÁS CONTAMINADO ADETRON DE LA CASA QUE AFUERA.



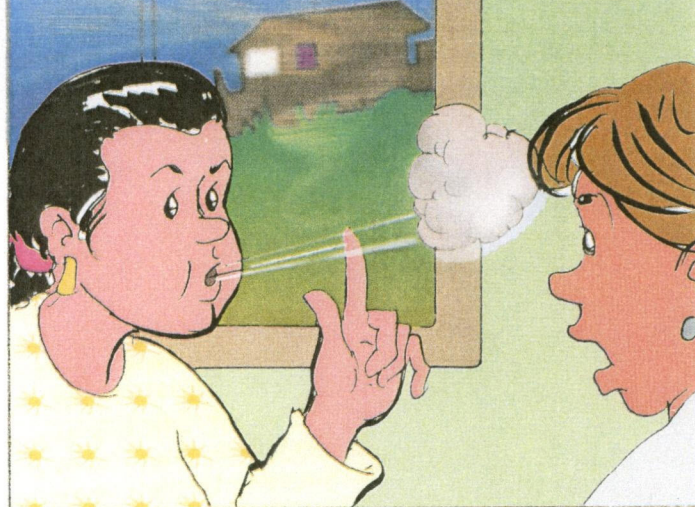
CUANDO EL POLVO SE METE A LA CASA PROVOCA MUCHOS PROBLEMAS RESPIRATORIOS



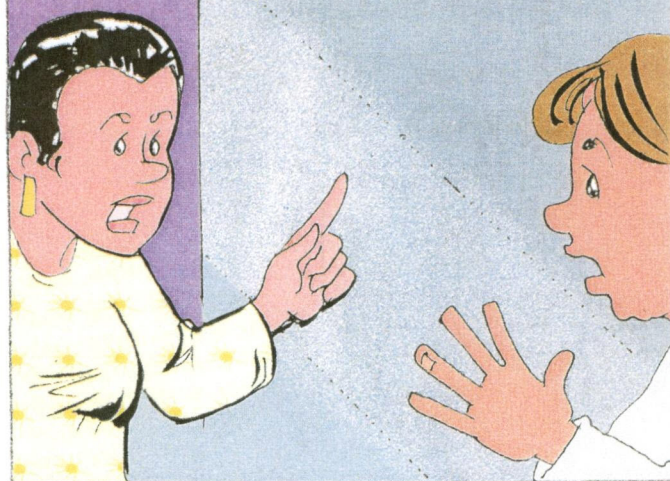
SI, MIRE EL TERREGAL, POR ESO SE PUSO ASÍ JUANITO. PERO LO BUENO ES QUE NOMÁS CIERRO TODO Y EL POLVO SE QUEDA AFUERA...



¡Y AQUÍ ADETRON! EL POLVO ENTRA SIN DARNOS CUENTA



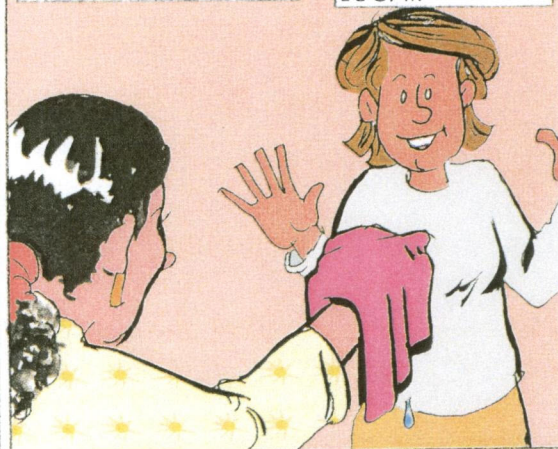
¿QUÉ CREE QUE SON TODAS ESAS COSITAS QUE SE VEN FLOTANDO EN LA LUZ Y ADÓNDE CREE QUE VA A PARAR?



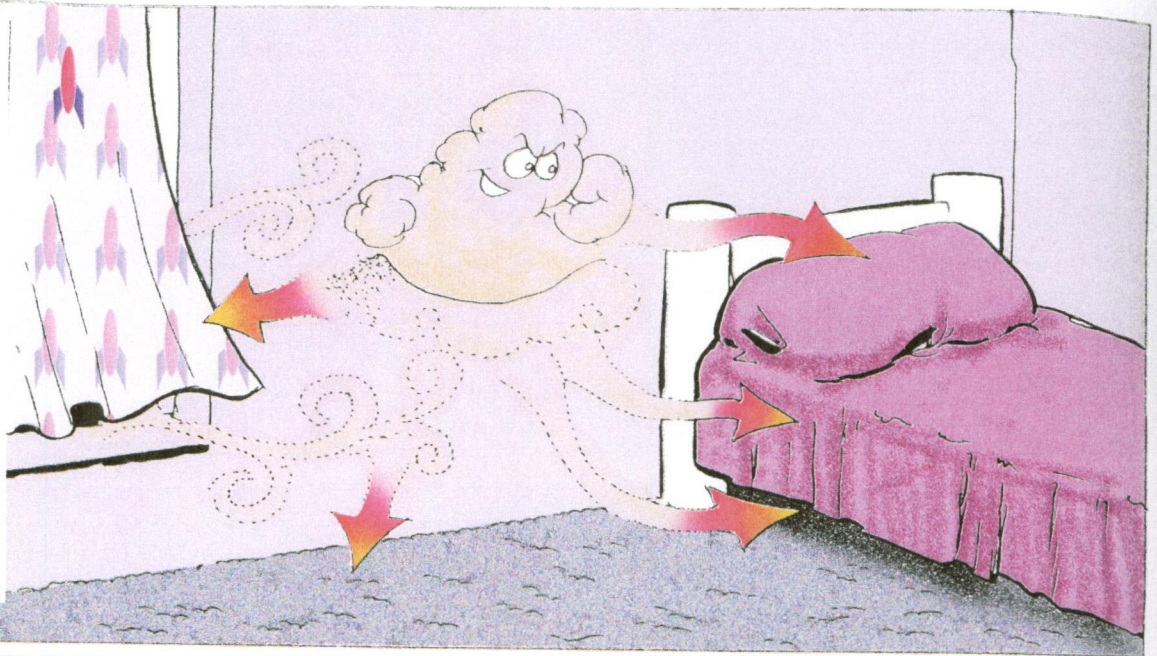
¡HUY! PUES ESO SIEMPRE ESTÁ AHÍ. NI COMO ECHARLO AFUERA. AUNQUE LIMPIE CON EL TRAPITO MOJADO PARA RECOGER EL POLVO, SIEMPRE ESTÁ AHÍ FLOTANDO

¡BIEN HECHO! SE TIENE QUE MOJAR EL TRAPO PARA RECOGER EL POLVO

¡CLARO! SI NO, NOMÁS ESTARÍA CAMBIANDO EL POLVO DE LUGAR

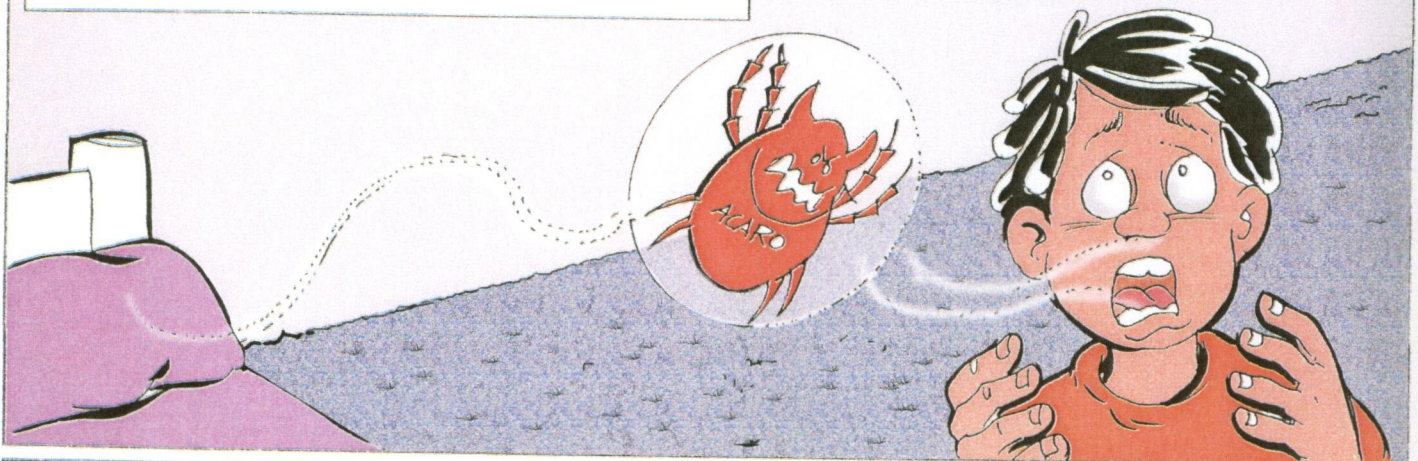


PERO FÍJESE QUE HAY LUGARES DONDE EL POLVO SE JUNTA SIN DARNOS CUENTA, COMO EN LAS CORTINAS, ALFOMBRAS, TAPETES, SOBRECAMAS Y COLCHONES. EL POLVO SE VA FILTRANDO Y CUANDO MENOS NOS DAMOS CUENTA YA TENEMOS AHÍ UN BUEN BANCO DE POLVO ESPERANDO PARA DAR PROBLEMAS RESPIRATORIOS...



EN ESOS LUGARES TAMBIÉN SE ESCONDEN UNOS ANIMALITOS MUY PEQUEÑOS, PARIENTES DE LAS ARAÑAS LLAMADOS **ÁCAROS**. LA GENTE CON **ALERGIAS** O **ASMA** TIENEN REACCIONES MUY FUERTES CON ESTOS ANIMALES.

LO QUE CAIGA EN LA ALFOMBRA TARDARÁ MUCHO EN IRSE Y SI NO LE DA EL **SOL**, PEOR. HABRÁ AHI **ÁCAROS** Y **MICROBIOS** POR MUCHO TIEMPO, DANDO **PROBLEMAS**.

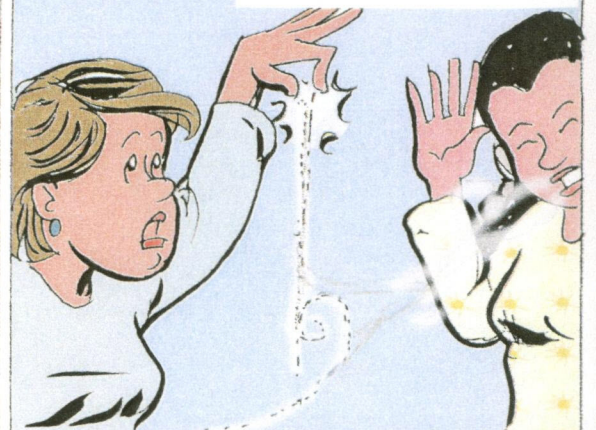
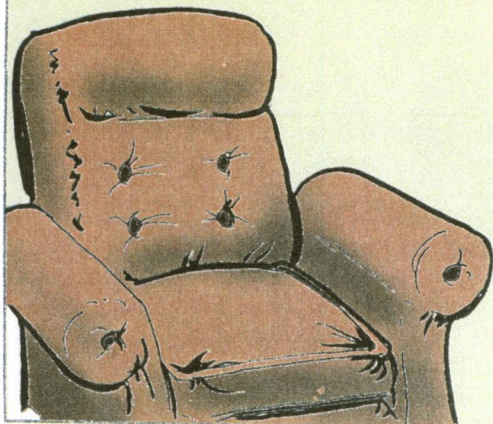


OIGA MARY, PERO MIS SILLONES TIENEN TAPICERÍA DE VINIL

¡QUÉ VENTAJA! ESOS Y LOS DE PIEL SON LOS MAS **FÁCILES DE LIMPIAR** PUES NO SE LES METE EL POLVO ENTRE EL TEJIDO

POLVO SOMOS Y EN POLVO NOS CONVERTIREMOS...

PERO NO TENEMOS QUE EMPOLVARNOS DESDE AHORITA, DEBEMOS **MEJORAR LAS CONDICIONES** DE LA CASA

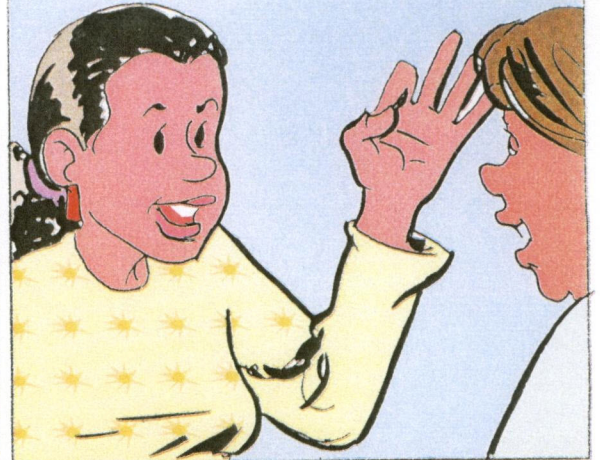
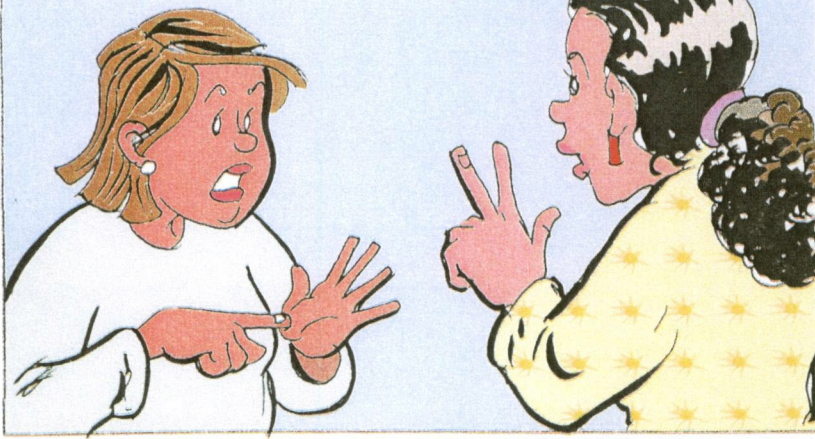


PUES DÍGME
CÓMO. NO CREA
QUE SOY FLOJA,
SOLO NECESITO
INFORMACIÓN.

¡ESA VOZ ME AGRADA!
LO PRINCIPAL ES **PREVENIR**, PARA NO
TENER **PROBLEMAS** ADENTRO DE LA
CASA.

LAS PRINCIPALES
ACCIONES PARA
PREVENIR LAS
ENFERMEDADES
RESPIRATORIAS SON:

SELLAR
LIMPIAR
SECAR

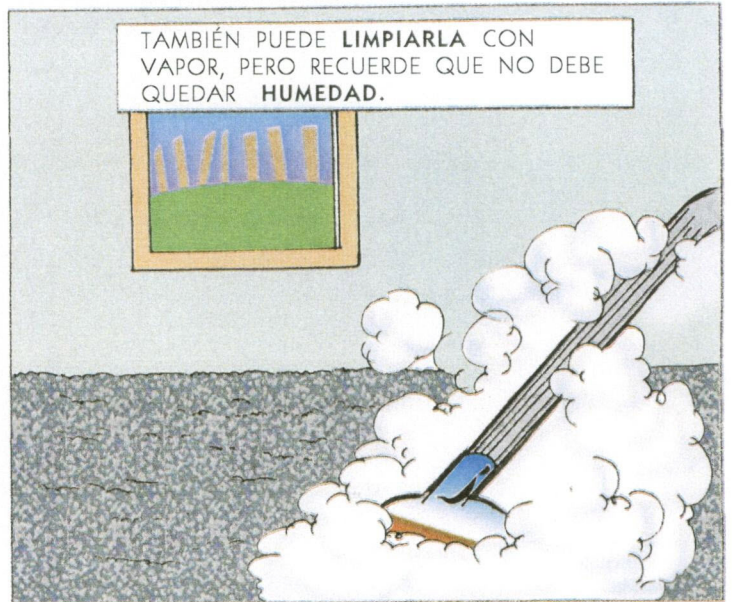


LIMPIE A FONDO Y SEGUIDO LO QUE SEA DE TELA,
PUES AHÍ SE **ACUMULA EL POLVO**. SI TIENE
ALFOMBRA, LÍMPIELA CON ASPIRADORA AL
MENOS UNA VEZ POR SEMANA.

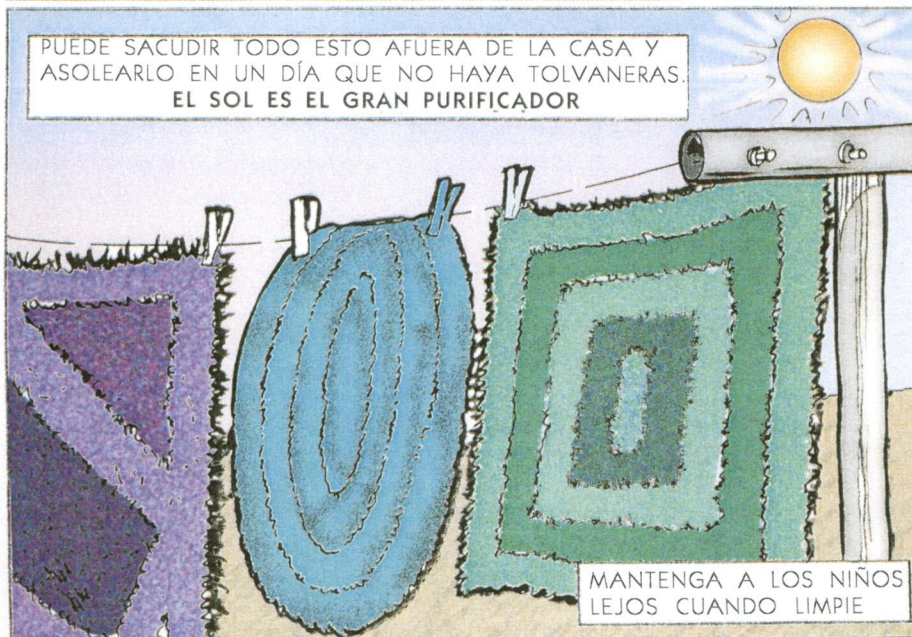


CUANDO USE LA ASPIRADORA DEJE
A JUANITO FUERA DEL CUARTO

TAMBIÉN PUEDE **LIMPIARLA** CON
VAPOR, PERO RECUERDE QUE NO DEBE
QUEDAR **HUMEDAD**.



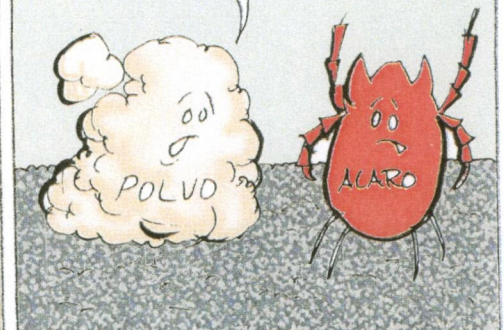
PUEDE SACUDIR TODO ESTO AFUERA DE LA CASA Y
ASOLEARLO EN UN DÍA QUE NO HAYA TOLVANERAS.
EL SOL ES EL GRAN PURIFICADOR



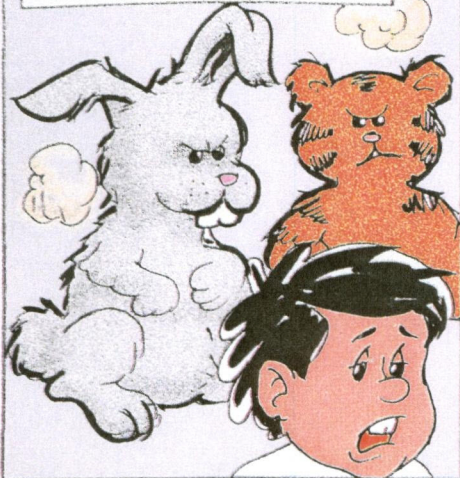
MANTENGA A LOS NIÑOS
LEJOS CUANDO LIMPIE

SON MEJORES LAS ALFOMBRAS DE
TEJIDO CORTO, PUES **NO**
ACUMULAN TANTO POLVO Y SON
MAS FÁCILES DE LIMPIAR

MEJOR NOS VAMOS,
¡AQUÍ YA NO NOS
QUIEREN!



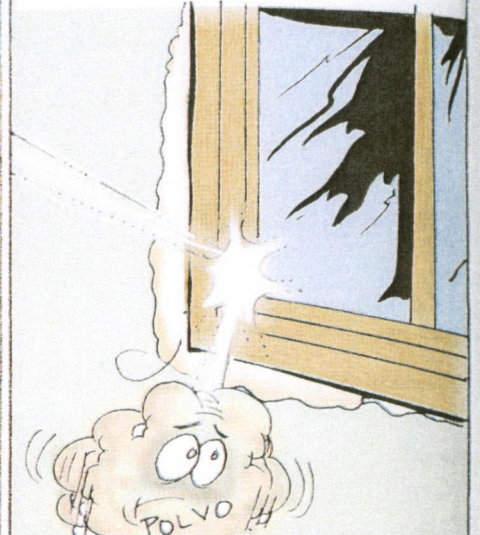
REGALE LOS MUÑECOS DE PELUCHE, SOLO JUNTAN POLVO Y PUEDEN ESTAR HECHOS CON MATERIAL QUE PRODUCE ALERGIAS.



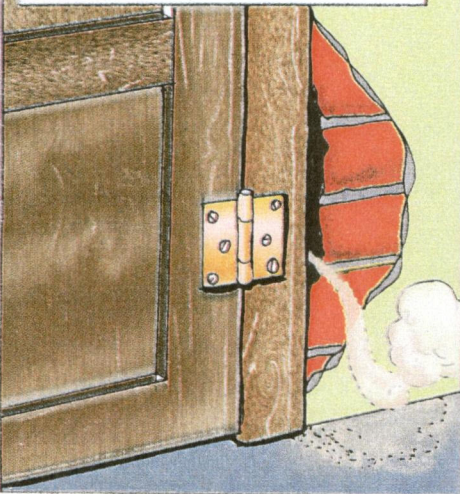
LAVE LAS ALMOHADAS Y COBIJAS AL MENOS CADA 2 SEMANAS EN AGUA CALIENTE.



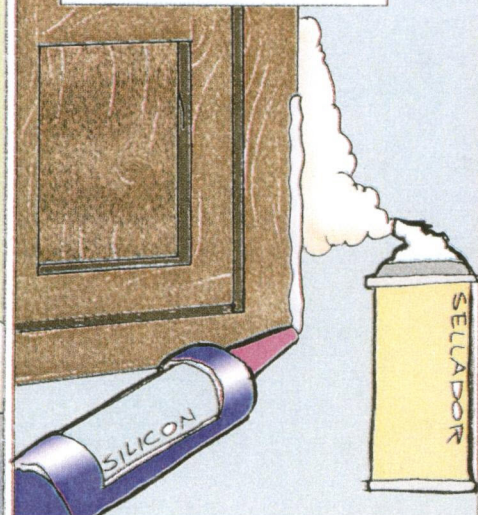
AL SELLAR BIEN LA CASA, EL POLVO Y LOS CONTAMINANTES SE QUEDARÁN AFUERA...



FÍJESE BIEN EN PUERTAS, MARCOS, GRIETAS QUE PUEDEN DEJAR PASAR EL POLVO.



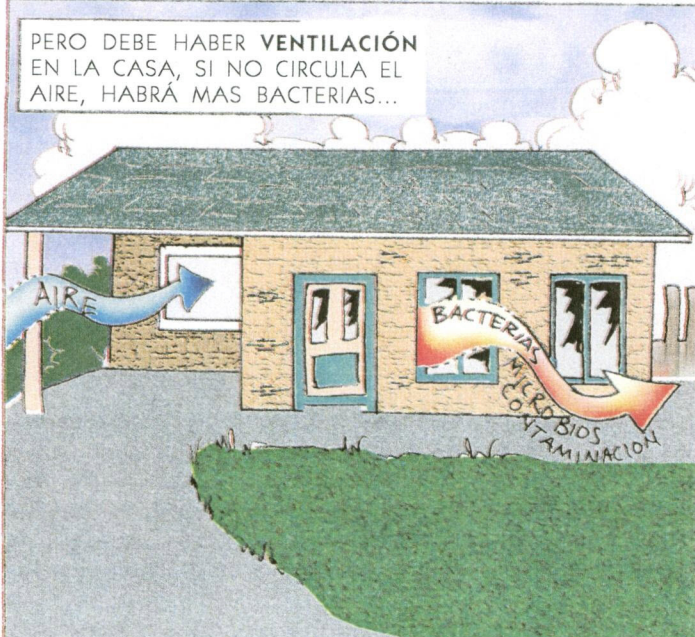
Y SELLE ESOS ESPACIOS CON SILICÓN O ESPUMA.



ARREGLE LAS PUERTAS Y VENTANAS PARA QUE NO DEJEN PASAR EL POLVO.



PERO DEBE HABER VENTILACIÓN EN LA CASA, SI NO CIRCULA EL AIRE, HABRÁ MAS BACTERIAS...



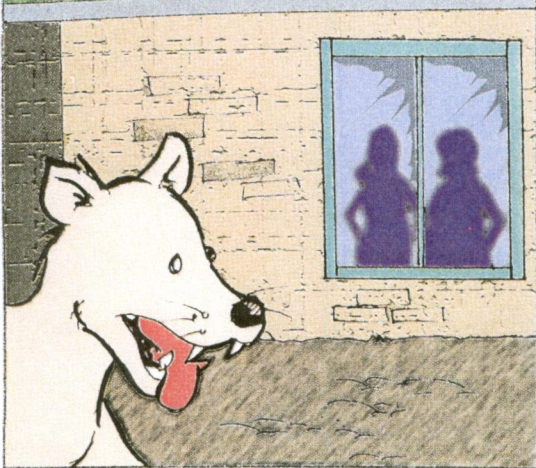
EL LIMPIAR NO DEJA QUE LOS BICHOS TENGAN COMIDA NI UN LUGAR SEGURO Y CÓMODO PARA VIVIR.

DESDE QUE LLEGÓ LA LIMPIEZA TODO HA SIDO SUFRIR...

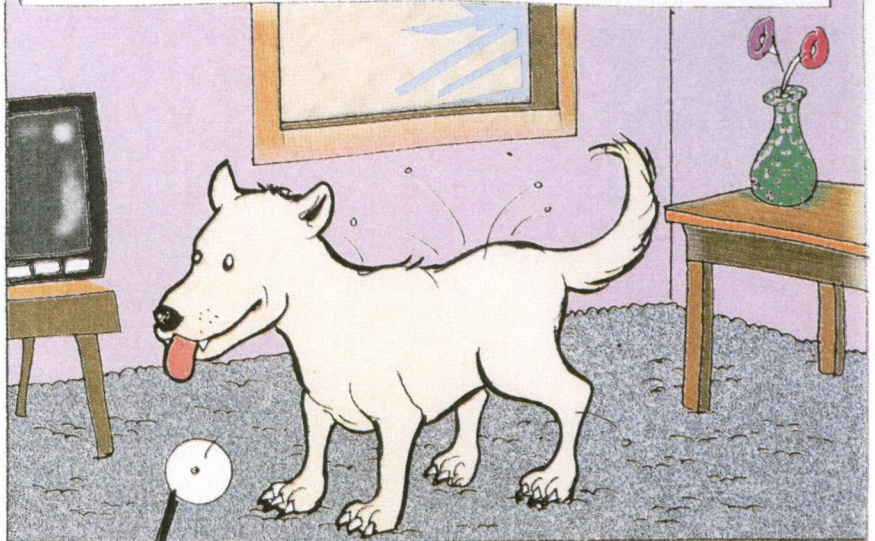


¿Y EL PERRO ENTRA EN LA CASA?

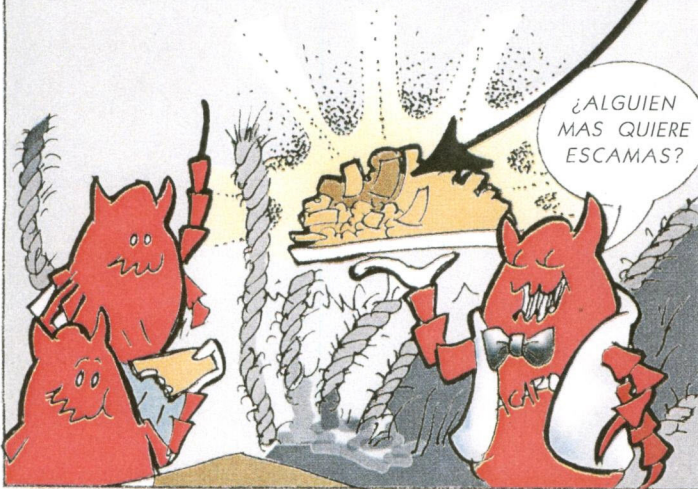
PUES DE VEZ EN CUANDO ENTRA "EL PALOMO" A JUGAR CON JUANITO



TENGA MUCHO CUIDADO, HAY GENTE QUE TIENE REACCIONES ALÉRGICAS A UNAS ESCAMAS CHIQUITAS QUE SE DESPRENDEN DE LA PIEL DE LOS ANIMALES...

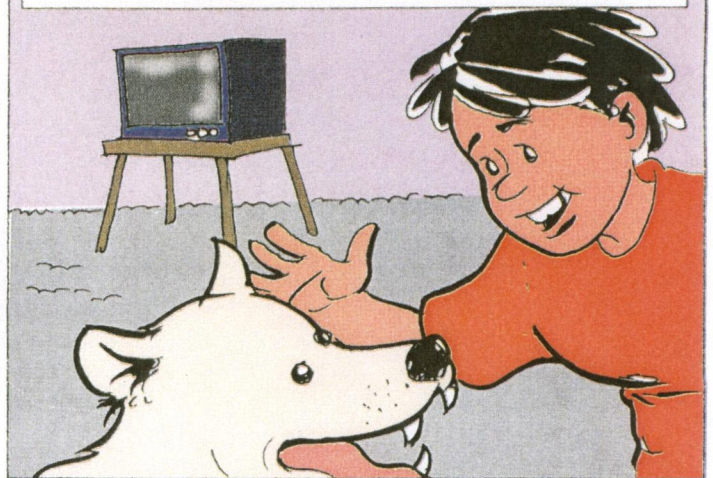


...ADEMAS ESAS ESCAMAS SON EL PRINCIPAL ALIMENTO DE LOS ÁCAROS, ESOS ANIMALITOS DE QUE LE HABLÉ.



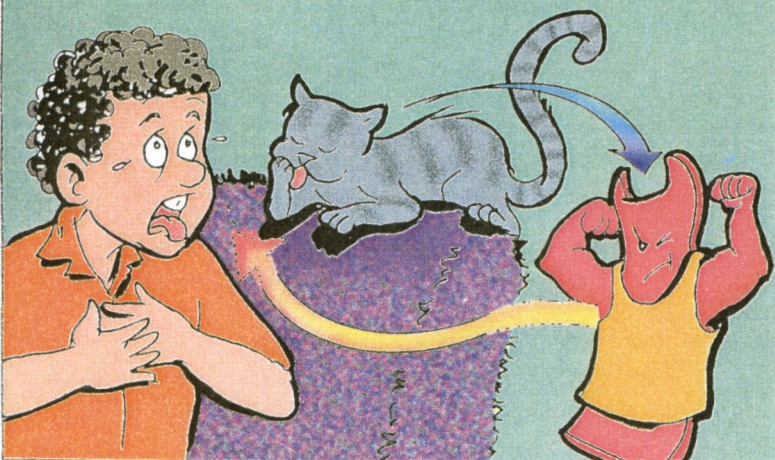
¿ALGUIEN MAS QUIERE ESCAMAS?

¡HAY CONDENADO PERRO! YO NO SABÍA PORQUE A JUANITO SE LE PONIAN LOS OJOS LLOROSOS CUANDO ENTRABA "EL PALOMO". DE AQUI EN ADELANTE SE LE CERRARON LAS PUERTAS.

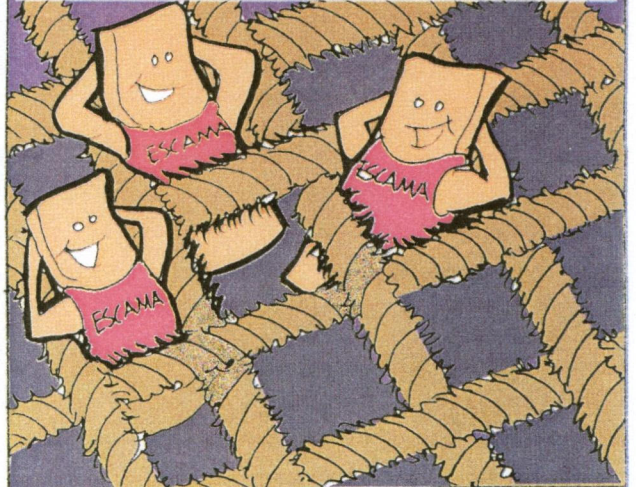


OIGA, TAMBIÉN EL NIÑO DE MI PRIMA CUCA SE PONE MUY MAL CUANDO SE LE ACERCA EL GATO.

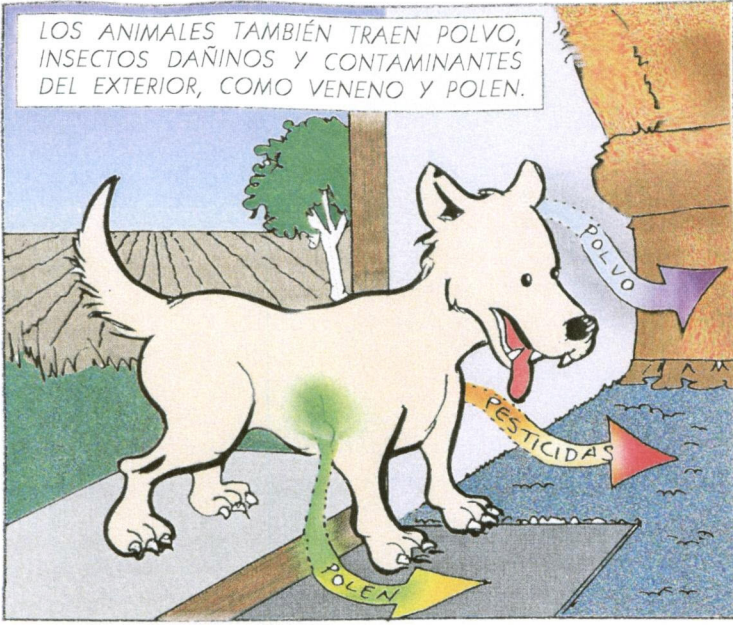
EL DESECHO QUE SUELTAN LOS GATOS ES MUY PELIGROSO PARA LAS PERSONAS ALÉRGICAS.



ESTE DESECHO SE ACUMULA EN LA ROPA, SUPERFICIES, O QUEDA ATRAPADO EN EL TEJIDO DE MATERIALES COMO ALFOMBRAS, TAPETES, SOBRECAMAS Y TAPICERÍA.



LOS ANIMALES TAMBIÉN TRAEN POLVO, INSECTOS DAÑINOS Y CONTAMINANTES DEL EXTERIOR, COMO VENENO Y POLEN.



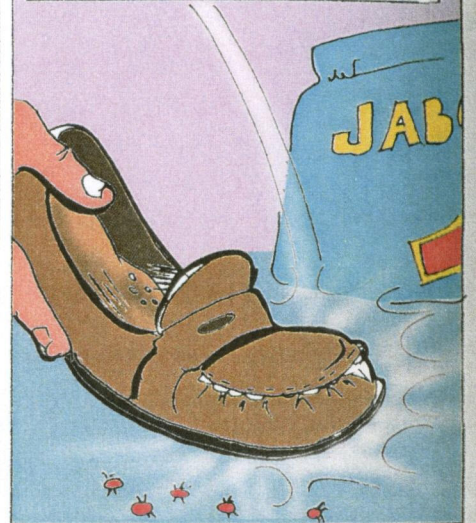
ASI QUE NO HAY DE OTRA, TENDRÁ QUE DAR EN ADOPCIÓN AL GATO O AGUANTAR QUE SU NIÑO SE ESTE ENFERMANDO.



LIMPIE SEGUIDO LOS LUGARES POR DONDE ANDA EL ANIMAL PARA QUITAR ESCAMAS, PELOS, GARRAPATAS Y OTROS CONTAMINANTES. QUE EL NIÑO NO ESTE PRESENTE CUANDO SE HAGA LA LIMPIEZA PUES PODRÍA HACERLE DAÑO



TOME MEDIDAS PARA ELIMINAR LAS GARRAPATAS QUE NO INCLUYAN SUSTANCIAS TÓXICAS



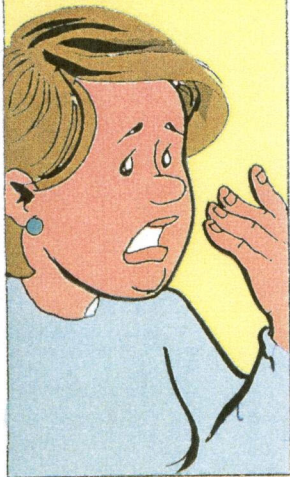
LOS INSECTOS Y RATONES PRODUCEN DESECHOS QUE PROVOCAN PROBLEMAS RESPIRATORIOS.



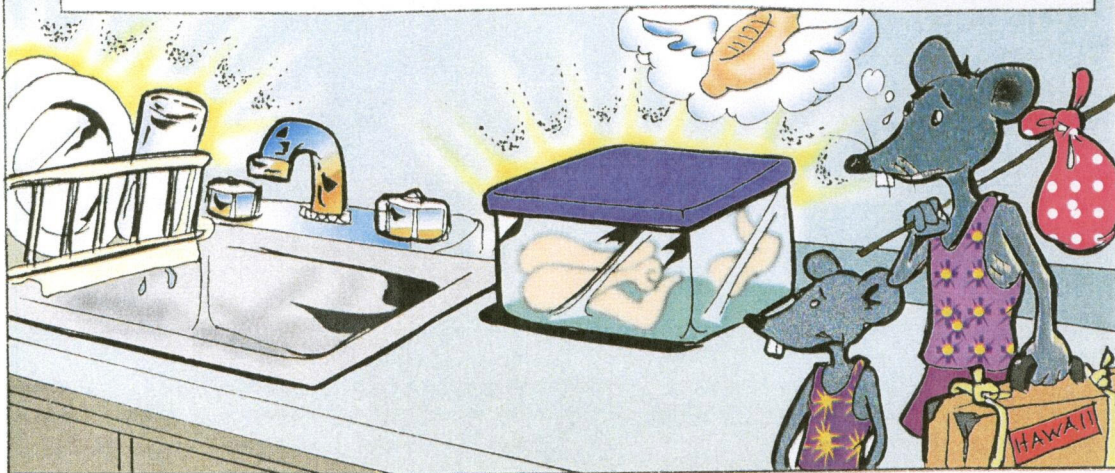
A ESTOS ANIMALES LES GUSTAN LOS LUGARES QUE OFREZCAN HUMEDAD, COMIDA Y SEGURIDAD. EL DESCUIDO Y LA FALTA DE LIMPIEZA CASI SIEMPRE ORIGINAN ESTAS PLAGAS QUE CRECEN Y SE MULTIPLICAN EN MUY POCO TIEMPO.



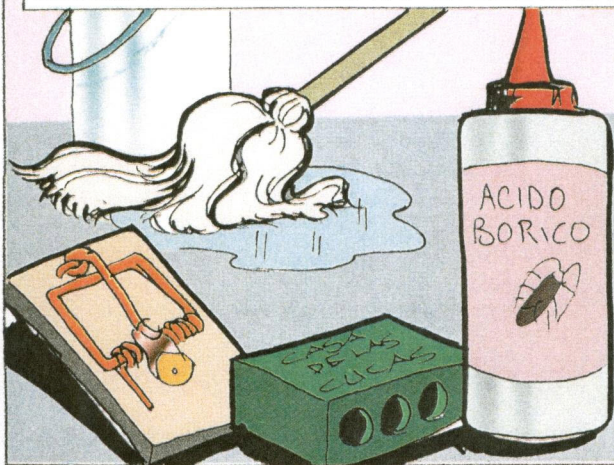
¡HAY MUGRES ANIMALUCHOS! TANTO MIEDO QUE LES TENGO...



NO TIENE PORQUE AGUANTARLOS, PRIMERO QUE NADA **SELLE BIEN LA CASA**, QUE NO HAYA HUECOS POR DONDE PUEDAN COLARSE, **LIMPIE** SEGUIDO, ESPECIALMENTE DONDE SE JUNTEN RESTOS DE COMIDA, LAVE DE INMEDIATO LOS TRASTES, CIERRE BIEN LOS RECIPIENTES QUE CONTIENEN COMIDA... ¡MÁTELOS DE HAMBRE!



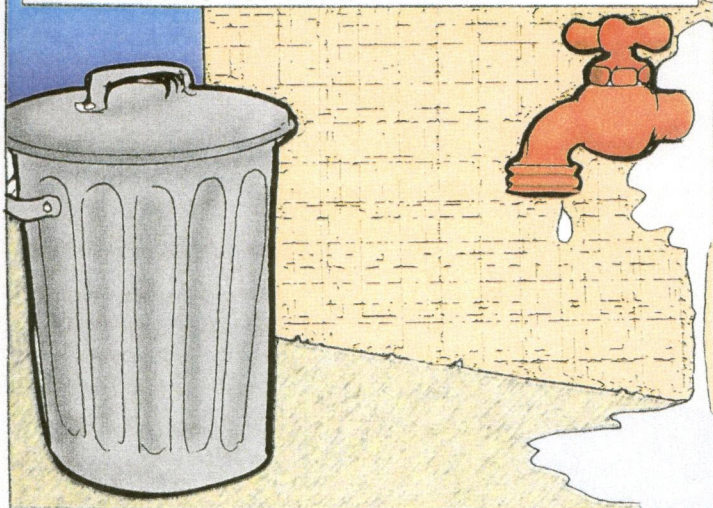
TRAPEE LA CASA AL MENOS UNA VEZ A LA SEMANA, NO USE VENENO PARA CONTROLAR LOS BICHOS, MEJOR USE MÉTODOS ALTERNATIVOS COMO EL **ÁCIDO BÓRICO** O LAS **TRAMPAS**, ASI NO TENDRÁ EN CASA LOS QUÍMICOS TÓXICOS E IRRITANTES QUE HAY EN LOS VENENOS.



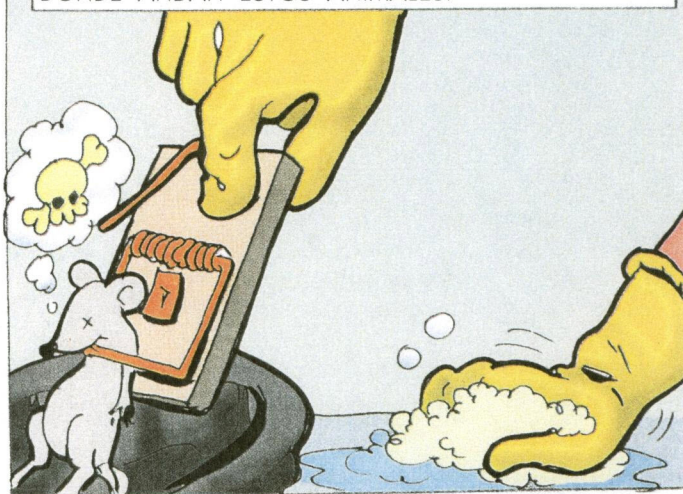
SI DEBE USAR VENENOS, USE LOS MENOS TÓXICOS Y SÓLO LA CANTIDAD NECESARIA. SIGA LAS INSTRUCCIONES DEL FABRICANTE.



SEQUE LA HUMEDAD; ARREGLE LAS FUGAS DE AGUA; GUARDE LA BASURA EN UN BOTE CON TAPADERA Y SÁQUELA DIARIO. LIMPIE SEGUIDO LOS BOTES DE BASURA.



LAS PLAGAS TRANSMITEN ENFERMEDADES. CUANDO LOS ECHE A LA BASURA NO LOS TOQUE, TAMBIÉN TENGA CUIDADO CUANDO LIMPIE LOS LUGARES DONDE ANDAN ESTOS ANIMALES.





TIRE LO QUE NO LE SIRVA DE PAPELES Y CAJAS DE CARTÓN, ASÍ NO HABRÁ ESCONDITES PARA CUCARACHAS NI RATONES.



MANTENGA A LOS NIÑOS ADETRÓ CUANDO FUMIGUEN LOS CAMPOS.



AHORA YA TENGO UN PUNTO A MI FAVOR Y EN BENEFICIO DE MI FAMILIA; YA SÉ LOS TRES PASOS PRINCIPALES... LIMPIAR, SECAR Y SELLAR.



HAY ALGO QUE DA **PROBLEMAS RESPIRATORIOS** CON EL QUE NO FUNCIONAN ESOS 3 PASOS...



¿CÓMO ES ESO?! SI YA VIMOS QUE LOS 3 PASOS SON BUENÍSIMOS.



EL HUMO DEL CIGARRO... YA VI QUE LA TÍA CONCHA ECHA MAS HUMO QUE UNA CHIMENEA...

¡AHH! PERO ESO ES DE LA TÍA CONCHA, NOSOTROS NO FUMAMOS.



AUNQUE NO FUMEN ESTAN **EXPUESTOS** A ESE HUMO. **RESPIRARLO, ES COMO SI ESTUVIERAN FUMANDO**

¿Y ESO ES MUY PELIGROSO?

PUES NOMAS PARA DAR PROBLEMAS RESPIRATORIOS Y MORIRSE DE CÁNCER



EL HUMO DEL CIGARRO TIENE QUÍMICOS TÓXICOS E IRRITANTES. LA MANERA EN QUE A JUANITO LE ESTA LLEGANDO EL HUMO LE LLAMAN HUMO DE SEGUNDA MANO, PUEDE PRODUCIR CÁNCER Y EMPEORAR SUS PROBLEMAS RESPIRATORIOS.



LOS NIÑOS CON ALERGIAS SON MUY SENSITIVOS AL HUMO DEL CIGARRO



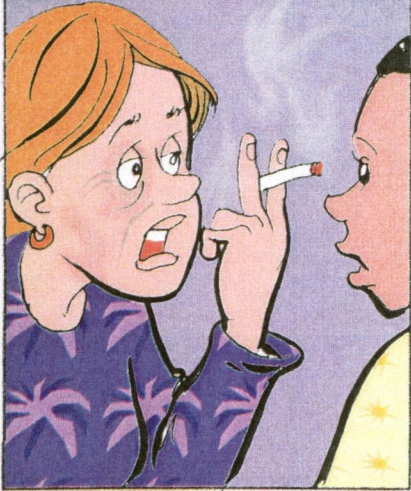
LOS NIÑOS EXPUESTOS AL HUMO DEL CIGARRO TIENEN MAS PROBABILIDADES DE DESARROLLAR INFECCIONES RESPIRATORIAS. LOS SÍNTOMAS MAS COMUNES DE PROBLEMAS RESPIRATORIOS SON:



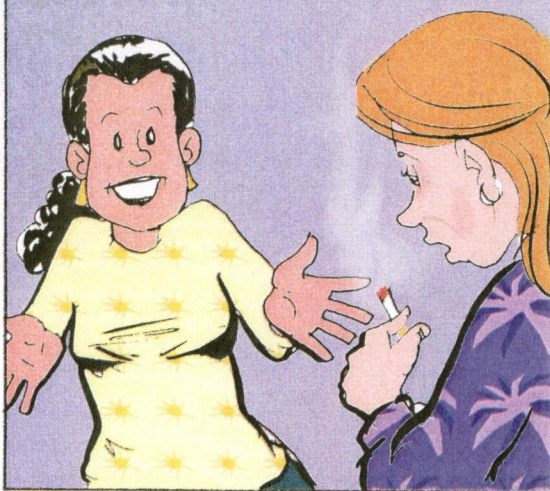
QUIENES FUMEN DEBEN LAVARSE LAS MANOS DESPUES DE FUMAR, EL OLOR DEL HUMO IMPREGNA LA PIEL, EL PELO Y LA ROPA.



¡POBRE JUANITO!
NO SABÍAMOS ESO
¿Y QUÉ NOS RECOMIENDA?



¡QUE DEJE DE FUMAR!
HÁGASE UN FAVOR Y HÁGASELO A LOS
DEMÁS
BUSQUE AYUDA EN GRUPOS DE APOYO.



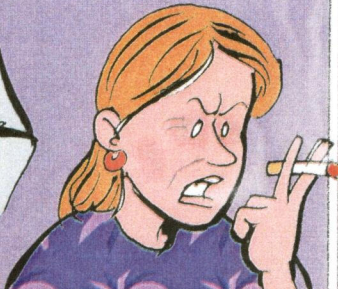
PÍDALE A LA TÍA CONCHA
QUE FUME AFUERA. MEJOR
QUE SE SALGA A QUE
EMPEORE JUANITO.



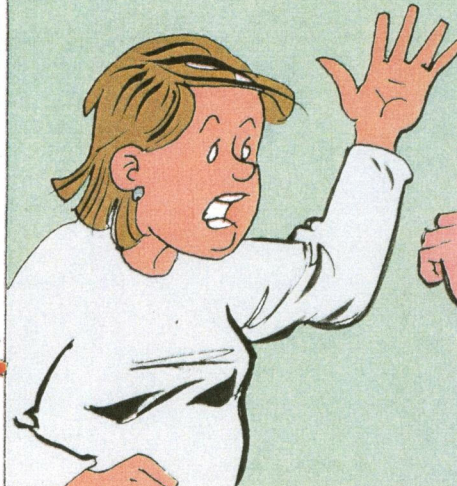
CON MUCHA PENA
TÍA, TENDRÁS QUE
FUMAR AFUERA



¡MUGRE CIGARRO,
QUE VERGUENZAS
ME HACES PASAR!



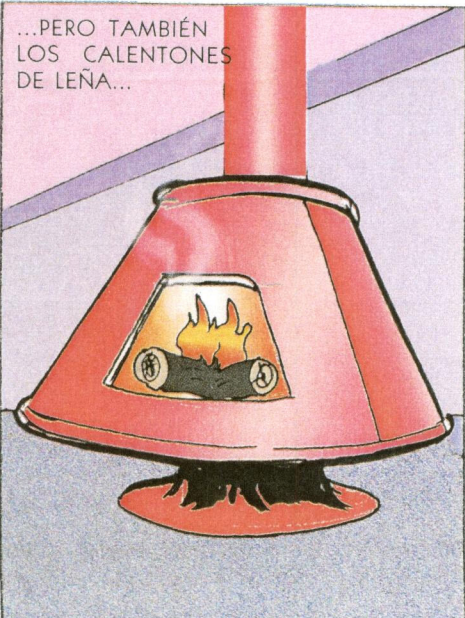
OIGA, Y A PROPÓSITO DE
HUMO, ¿CUÁNTO DAÑO
HACE EL DE LAS CHIMENEAS?



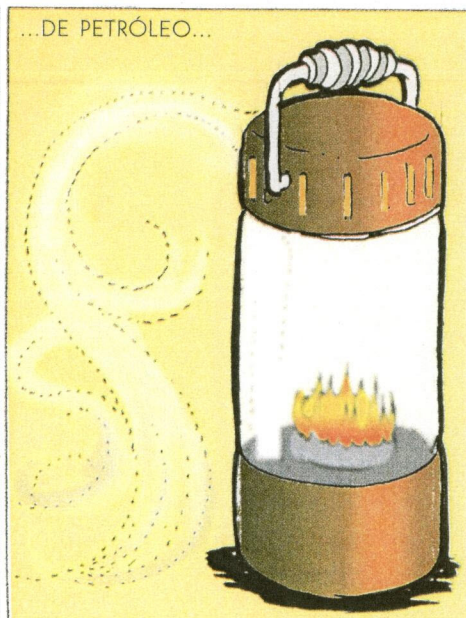
NO MUCHO SI ESTÁ BIEN
INSTALADO Y CON
MANTENIMIENTO...



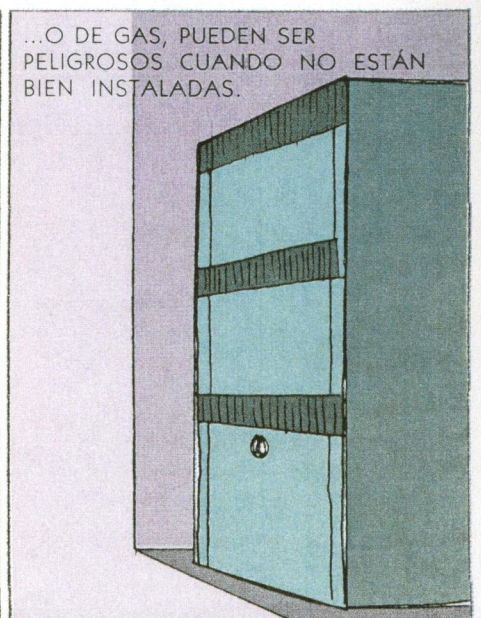
...PERO TAMBIÉN
LOS CALENTONES
DE LEÑA...



...DE PETRÓLEO...



...O DE GAS, PUEDEN SER
PELIGROSOS CUANDO NO ESTÁN
BIEN INSTALADAS.

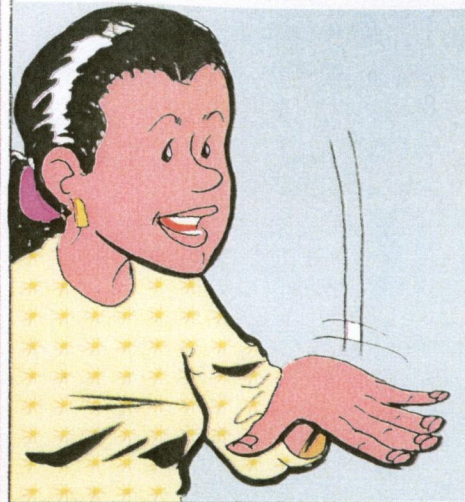


TODOS LOS APARATOS DE COMBUSTIÓN NECESITAN **VENTILACIÓN** O SEA BASTANTE AIRE PARA QUEMAR EL COMBUSTIBLE QUE UTILICEN. ESTOS APARATOS PRODUCEN GASES CONTAMINANTES (MONÓXIDO DE CARBONO) QUE AUMENTAN SI LOS APARATOS ESTAN DEFECTUOSOS.

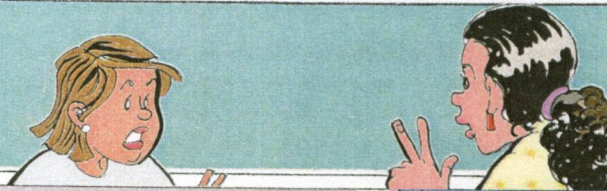


¿ENTONCES NO ES BUENO USAR NADA DE ESO?

¡PARA ESO SE HICIERON! LO QUE DEBEMOS HACER ES USARLOS BIEN Y **REDUCIR LOS CONTAMINANTES.**

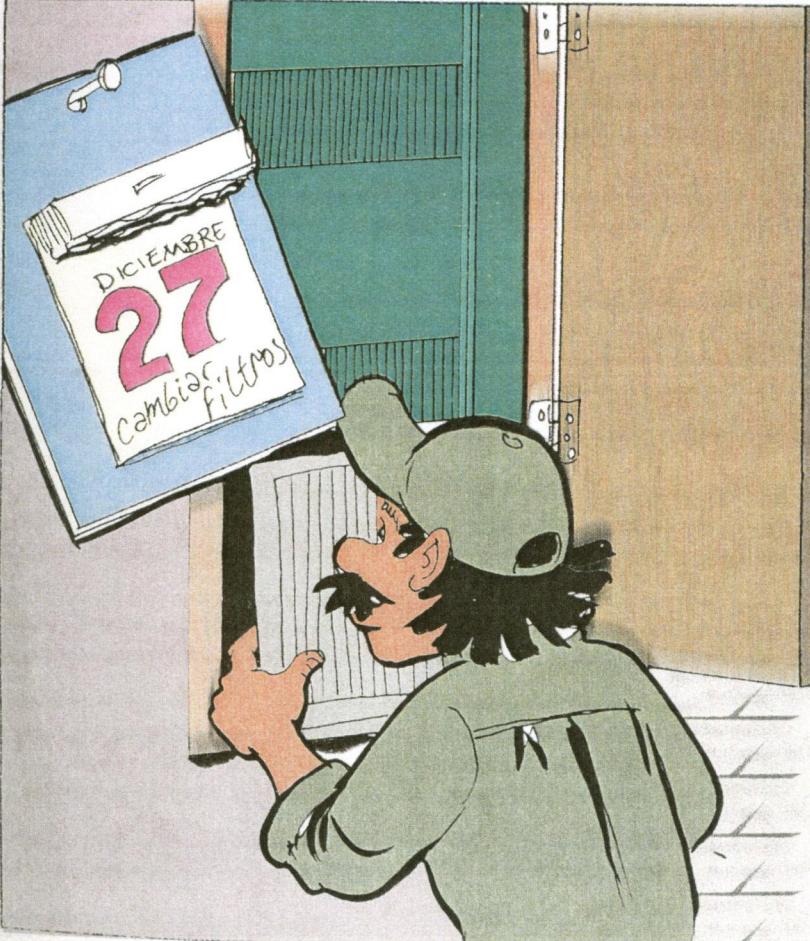


PUES DIGAME CÓMO, AL FIN YA ESTAMOS ENTRADOS EN GASTOS

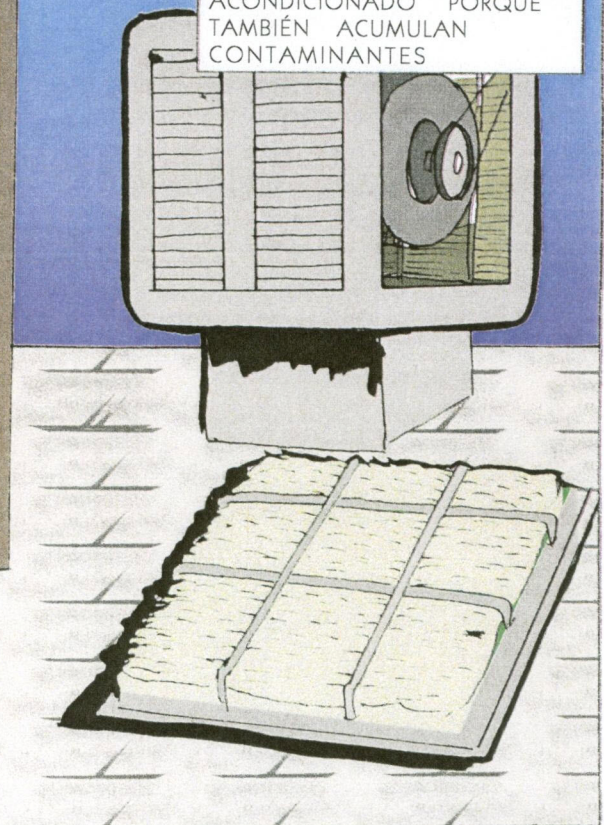


PUES AHÍ LE VA: DEBE DARLE **MANTENIMIENTO** A LOS APARATOS DE CALEFACCIÓN

CAMBIE LOS FILTROS 2 Ó 3 VECES DURANTE EL INVIERNO, LLEVE UN REGISTRO EN EL CALENDARIO Y MARQUE LOS DIAS EN QUE DEBE CAMBIAR LOS FILTROS, SI NO LO HACE LO QUE SE HA ACUMULADO EN ELLOS ESTARA CIRCULANDO POR TODA LA CASA

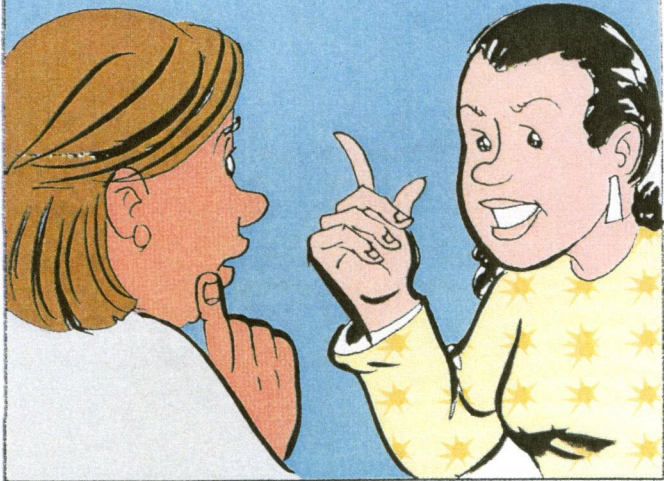


CAMBIE LOS FILTROS DEL AIRE ACONDICIONADO PORQUE TAMBIÉN ACUMULAN CONTAMINANTES



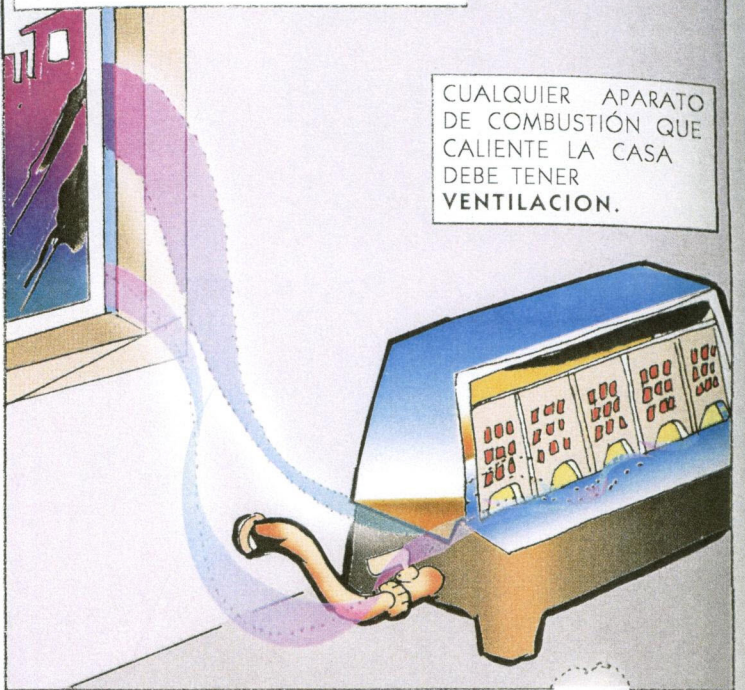
HAY MARY, ORA SI ME ASUSTÓ. YA NI ME ACUERDO CUANDO FUE LA ULTIMA VEZ QUE CAMBIAMOS LOS FILTROS

¡NO LE DIGO CHELITA! AQUÍ TIENE BASTANTE QUE HACER



AUMENTE LA VENTILACIÓN CON AIRE EXTERIOR. EL AIRE FRESCO DEL EXTERIOR REMUEVE OLORES Y OTROS CONTAMINANTES QUE SE JUNTAN ADENTRO.

CUALQUIER APARATO DE COMBUSTIÓN QUE CALIENTE LA CASA DEBE TENER VENTILACIÓN.



ES PELIGROSO USAR LA ESTUFA COMO CALEFACCIÓN



LOS CALENTONES DE LEÑA CON ESCAPES O QUE NO FUNCIONEN BIEN, SON UN GRAN PELIGRO DENTRO DE LA CASA.

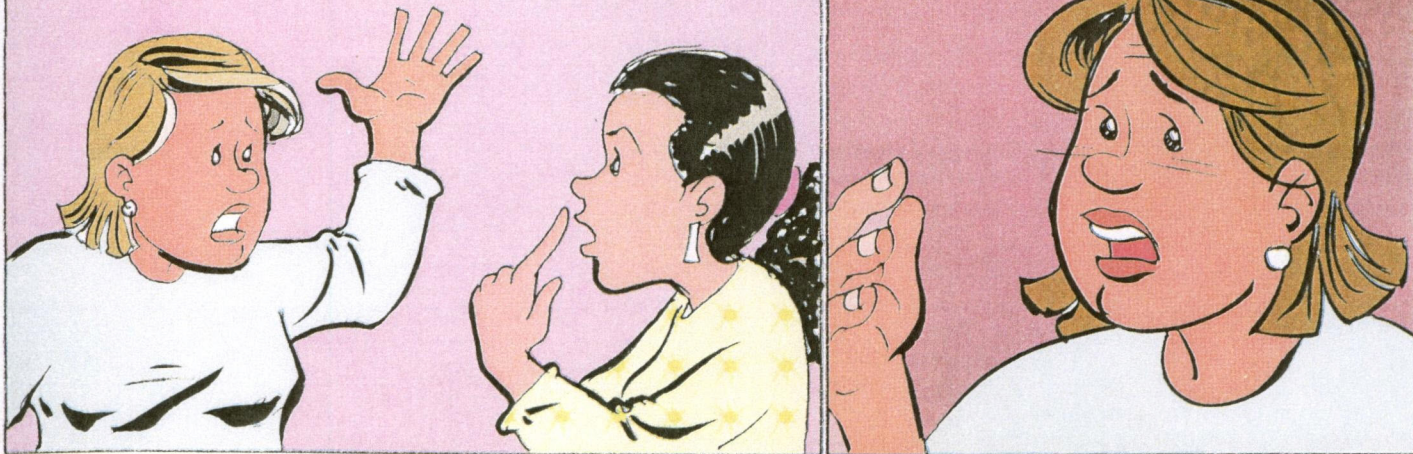
LOS CALENTONES DE PETRÓLEO O PARRILLAS DE CARBÓN DESPRENDEN DEMASIADO MONÓXIDO DE CARBONO, NO DEBEN USARSE ADENTRO DE LA CASA



BUENO Y EN LOS LUGARES DONDE HAY HUMEDAD QUE HAGO SI YA ESTA AHÍ?

EN LO POSIBLE, DEBEMOS USAR MÉTODOS DE LIMPIEZA ALTERNATIVOS, PUES LOS VAPORES DE ALGUNOS PRODUCTOS DAN PROBLEMAS RESPIRATORIOS.

PERO NOSOTROS NO TENEMOS ESOS MÉTODOS QUE USTED DICE...



- A POCO NO TIENE
- CLORO
- AGUA OXIGENADA
- VINAGRE BLANCO
- LIMÓN
- BICARBONATO



¿CON ESO?
¡PUES HABLE CLARO!

SI, EN TODAS LAS CASAS HAY ESOS PRODUCTOS, ¿A POCO ESO ES MEJOR QUE EL "MAISTRO LIMPIECITO" PARA LIMPIAR, O EL "REY MATA PLAGAS" PARA MATAR A LOS BICHOS O QUE EL AROMATIZANTE "FLORES DE LA PARCELA" PARA PERFUMAR LA CASA...



APARTE DE SER MAS BARATO ES MEJOR YA QUE NO HAY RIESGO DE QUE LOS VAPORES DAÑEN A JUANITO

¡POBRE DE M'HIJO! LA OTRA VEZ HASTA SE ME OCURRIÓ MEZCLAR DOS PRODUCTOS PARA LIMPIAR Y SE LA PASÓ TODO EL DÍA LLORANDO

TENGA CUIDADO CON ESAS MEZCLAS PORQUE LE PUEDEN DAR PROBLEMAS Y DESPUÉS SALE PEOR EL REMEDIO QUE LA ENFERMEDAD.



UNA RECETA MUY SENCILLA PARA QUITAR EL MOHO, ES UNA PARTE DE CLORO POR 3 DE AGUA, PÓNGALO EN UN ROCIADOR Y DÍGALE ADIÓS AL MOHO.

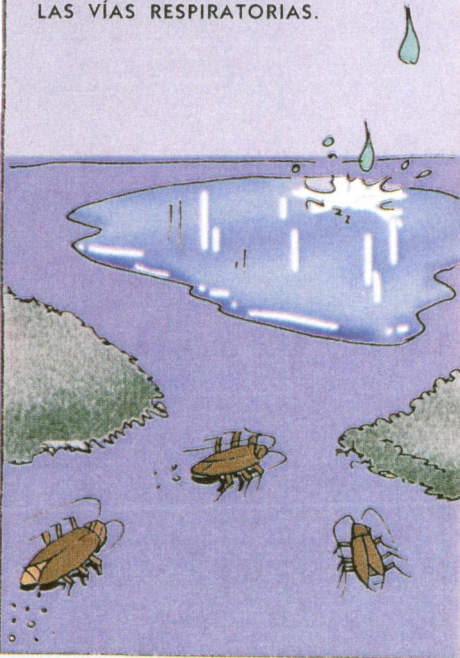


SIGA DESDE EL PRINCIPIO LOS TRES PASOS BÁSICOS: **LIMPIAR, SECAR Y SELLAR**



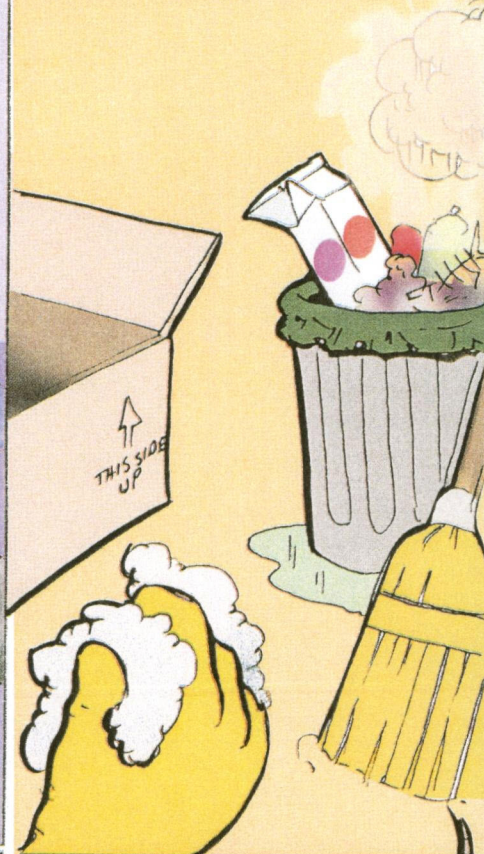
SECAR

HAY QUE **SECAR** BIEN. ESPECIALMENTE LOS LUGARES **HÚMEDOS** QUE **NO LES DA EL SOL** PERO SON **CÁLIDOS**, PUES ESTO ES LO QUE SE NECESITA PARA QUE APAREZCAN **MALOS OLORES**, EL **MOHO** Y LOS **HONGOS** QUE SUELTAN UN POLVITO MUY DAÑINO CONOCIDO COMO ESPORAS, ADEMÁS DE LAS **PLAGAS** CUYOS DESECHOS DAÑAN LAS VÍAS RESPIRATORIAS.



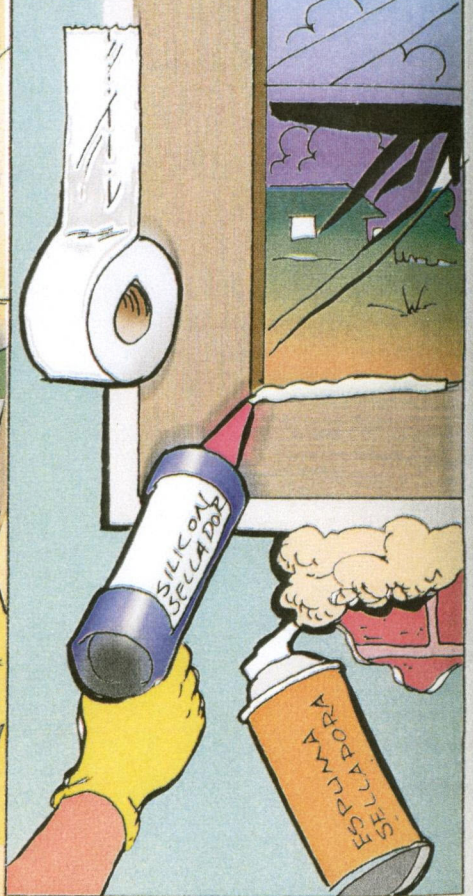
LIMPIAR

AL **LIMPIAR** A FONDO Y SEGUIDO NO HABRÁ POLVO, ÁCAROS NI ESCONDITES CON COMIDA PARA LAS PLAGAS.



SELLAR

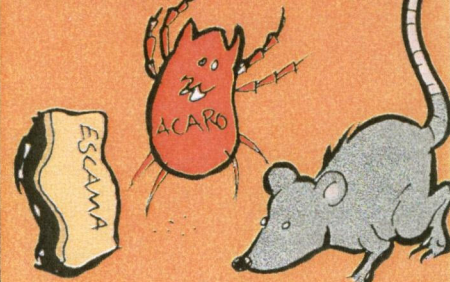
EL POLVO, LOS BICHOS Y LOS CONTAMINANTES SE QUEDAN AFUERA.



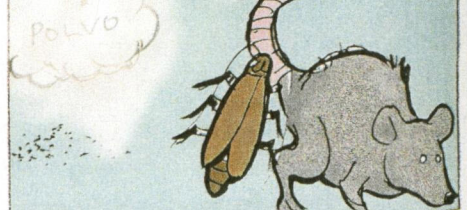
SEQUE Y DESHÁGASE DE TODO ESTO



LIMPIE Y DESHÁGASE DE TODO ESTO



SELLE GRIETAS Y RENDIJAS, DEJE AFUERA A ESTOS



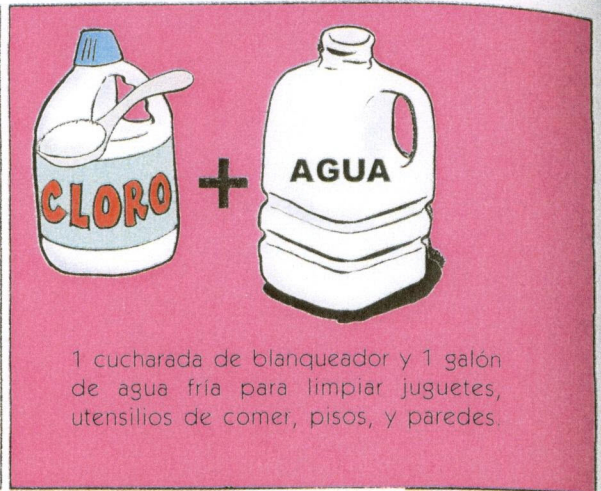
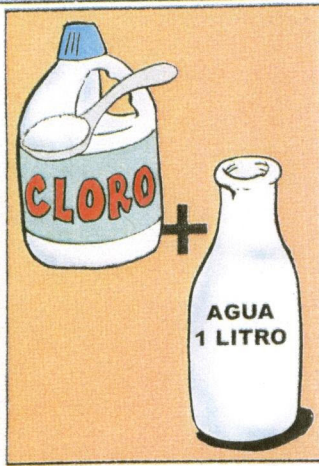
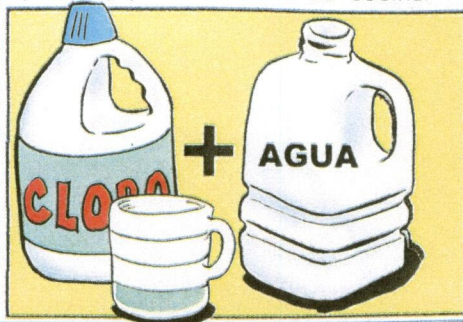
CONOCER Y REDUCIR LO QUE PRODUCE PROBLEMAS RESPIRATORIOS NOS AYUDARÁ A MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE NUESTRA FAMILIA.



AMIGAS, LOS CONTAMINANTES QUE AFECTAN LAS VÍAS RESPIRATORIAS HACEN DAÑO, PERO DAÑA MAS LA IGNORANCIA, INFÓRMATE Y TEN MAS CONTROL SOBRE LAS CONDICIONES QUE PERJUDICAN TU SALUD Y TU AMBIENTE



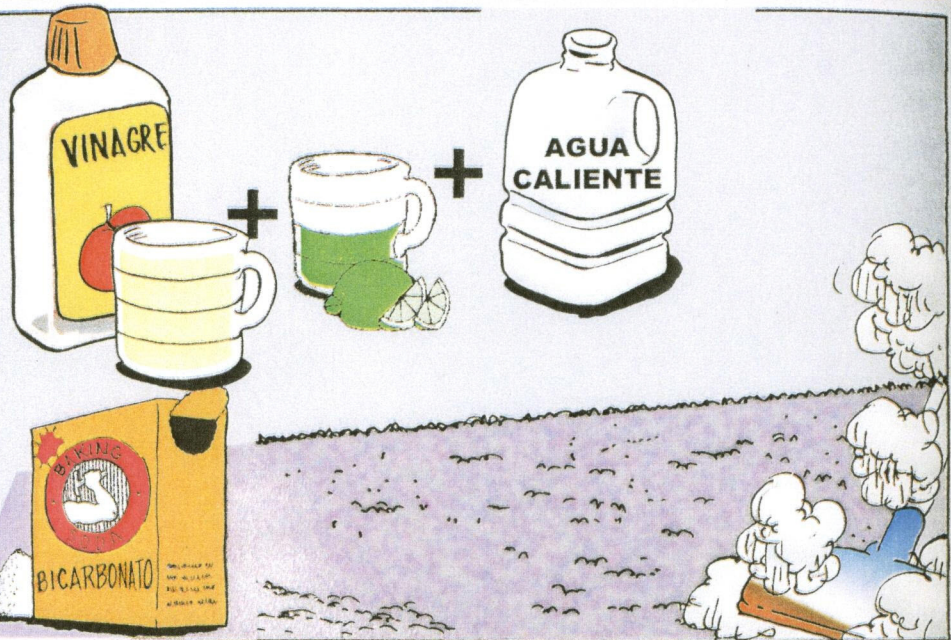
DESINFECTANTES – Mezcle 1 cuarto de taza de cloro en un galón de agua fría o 1 cucharada de cloro con 1 litro de agua fría para los baños, áreas de pañales, y mostradores de cocina.



1 cucharada de blanqueador y 1 galón de agua fría para limpiar juguetes, utensilios de comer, pisos, y paredes.

LIMPIADORES PARA ALFOMBRAS Y TAPICERIA

– Limpie sus alfombras con vapor usando una mezcla de una taza de vinagre blanco de manzana y media taza de jugo de limón por cada galón de agua caliente. Antes espolvoree bicarbonato de soda sobre las manchas. Si necesita usar un químico removedor de manchas fuerte, aplique de antemano la solución vinagre/limón para quitar de inmediato los químicos limpiadores de la alfombra. Si usa un champú convencional para alfombras, aplíquelo primero y enseguida aplique la mezcla del vinagre/limón para quitar de inmediato el jabón y residuos químicos. Los residuos de jabón atraen suciedad, y los químicos utilizados en el champú de alfombra contienen alergénicos.



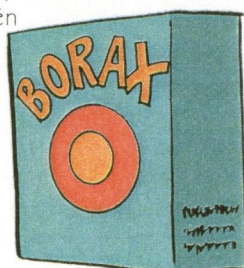
DESODORANTES DE ALFOMBRA

Rocíe el bicarbonato de soda sobre toda el área (aproximadamente una libra por cada 50 pies cuadrados). Para mejores resultados déjelo toda la noche antes de aspirar.



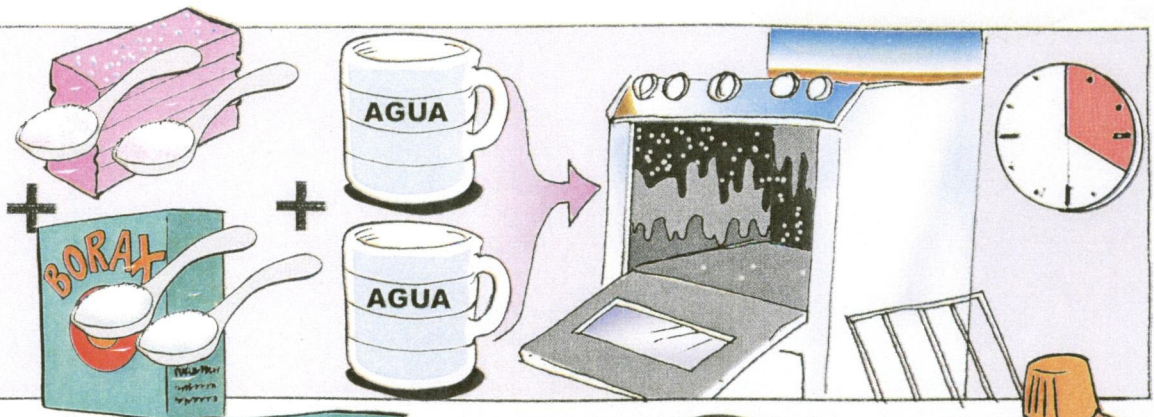
POLVOS LIMPIADORES PARA TALLAR

Hay una variedad de polvos no tóxicos para tallar, también puede usar bicarbonato de soda, bórax, o sal de mesa combinándolo con una esponja húmeda.



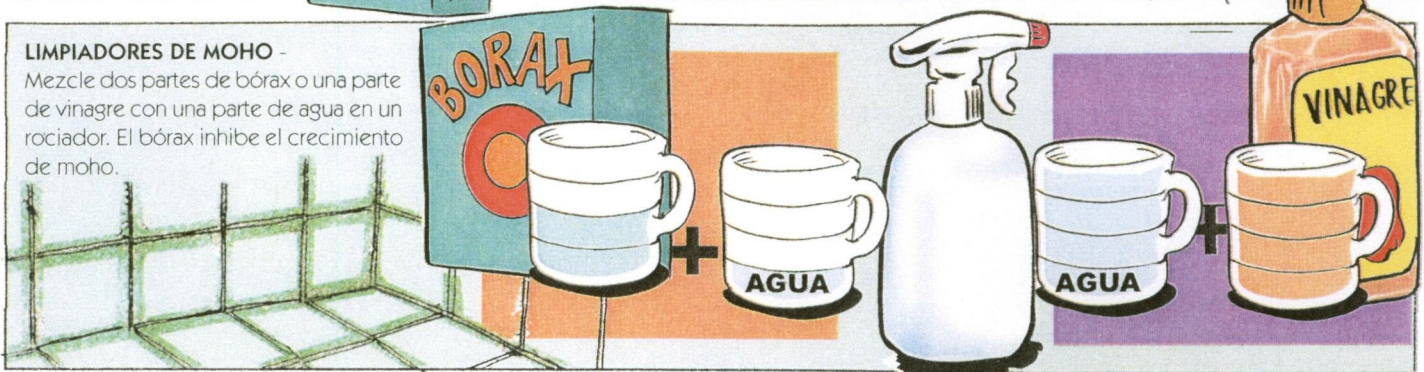
LIMPIADORES DEL HORNO

Mezcle dos cucharadas de jabón de castilla, 2 cucharadas de bórax, y 2 tazas de agua, úntelo en la superficie del horno y déjelo por 20 minutos.



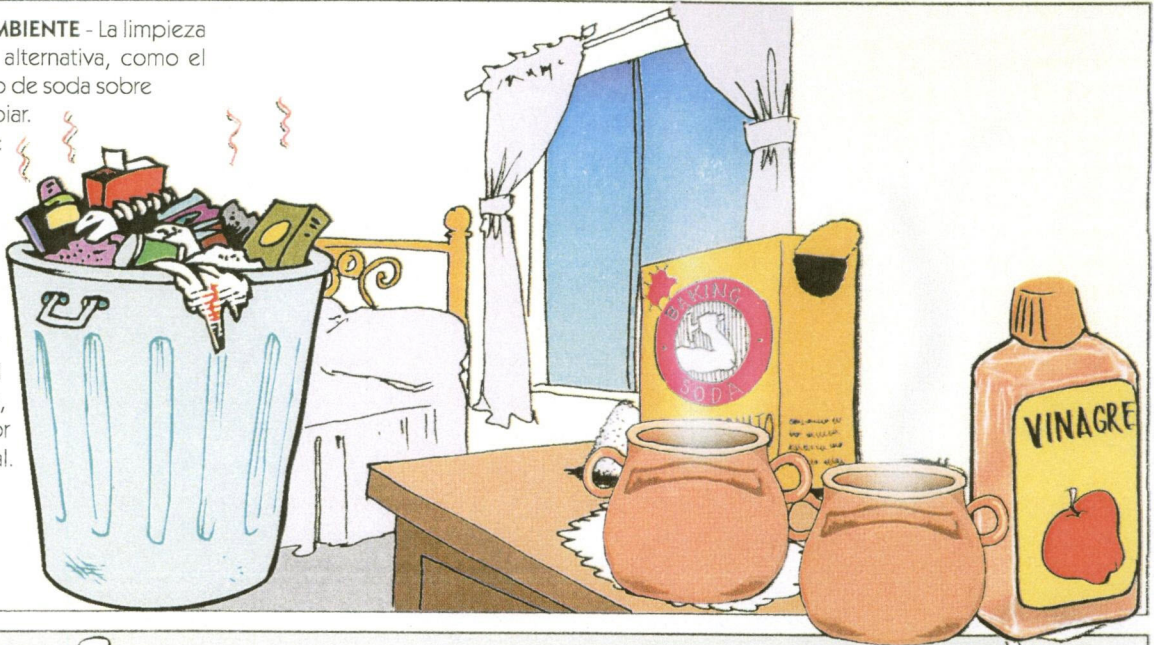
LIMPIADORES DE MOHO -

Mezcle dos partes de bórax o una parte de vinagre con una parte de agua en un rociador. El bórax inhibe el crecimiento de moho.



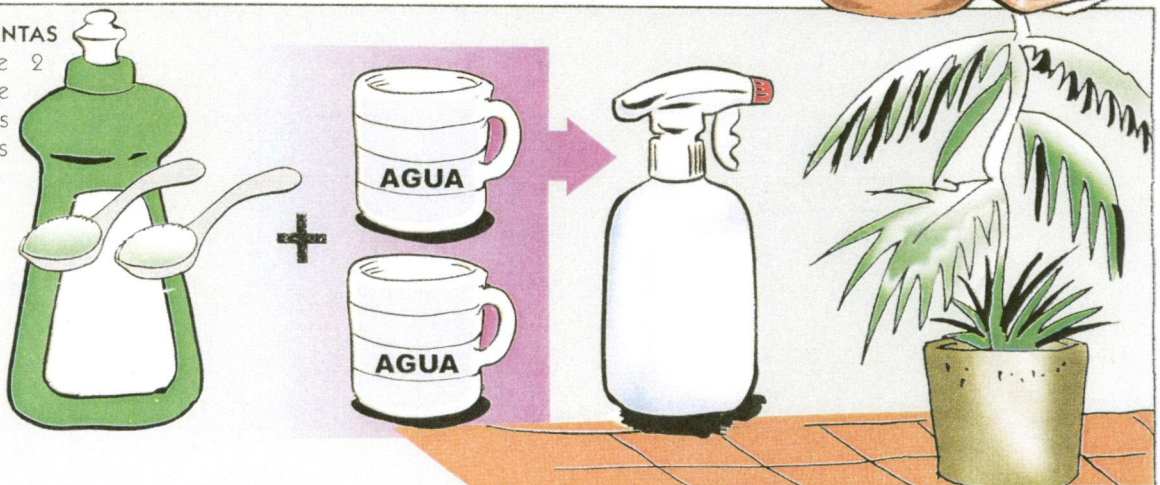
DESODORANTES DE AMBIENTE - La limpieza preventiva es la mejor alternativa, como el espolvorear bicarbonato de soda sobre la alfombra antes de limpiar.

Mantenga los botes de basura limpios. También es útil poner pequeños recipientes de bicarbonato de soda o vinagre blanco en los cuartos. Si el olor persiste, puede haber moho en las paredes, el techo o la alfombra, debe ser verificado por un especialista ambiental.



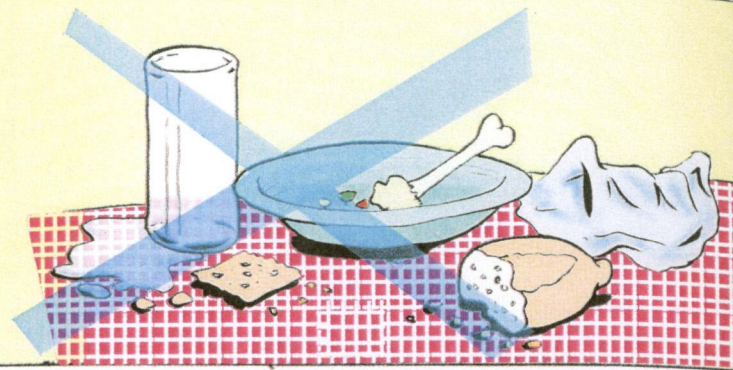
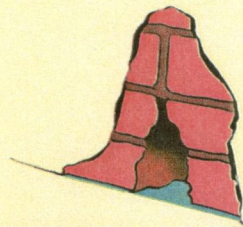
INSECTICIDA DE PLANTAS

INTERIORES Mezcle 2 cucharadas de jabón de trastes líquido con 2 tazas de agua y rocíe sobre las hojas.



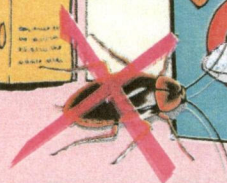
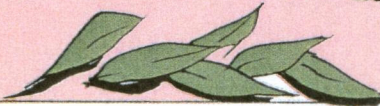
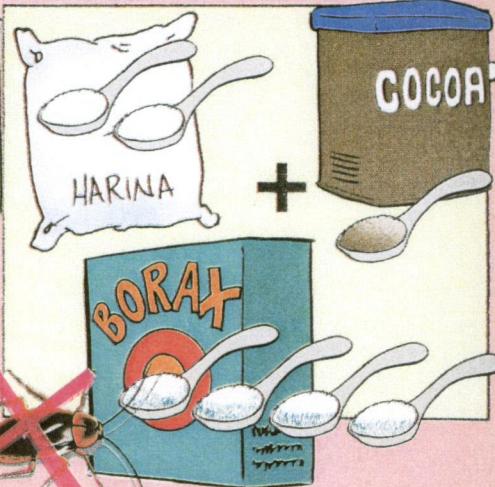
HORMIGAS Y OTROS INSECTOS -

Selle las grietas, retire la basura, platos sucios, o migajas, y aspire según lo necesite.

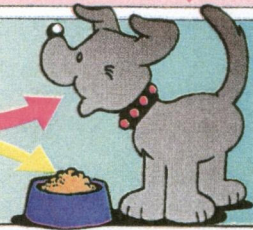
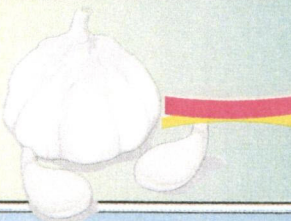


CUCARACHAS Y PESCADITOS DE PLATA -

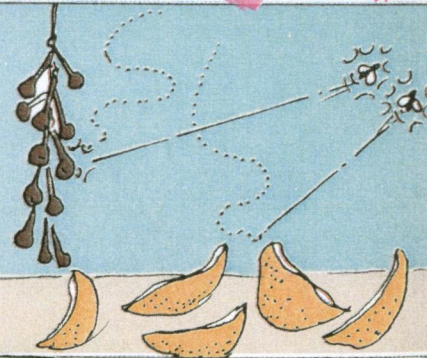
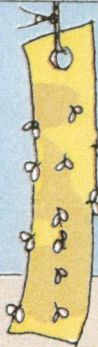
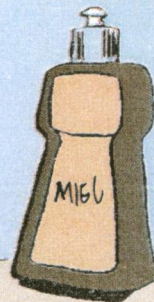
Mezcle partes iguales de avena en polvo o harina con sulfato de cal, o partes iguales de azúcar y bicarbonato de soda, o dos cucharadas de harina, una cucharada de cocoa, y cuatro cucharadas de bórax y espolvoreélo en las áreas infestadas para matar los insectos. Use rodajas de pepino u hojas de laurel en áreas infestadas para alejarlos.



GARRAPATAS- Déle a comer un diente de ajo diario a su perro, ya sea directamente o en su comida. Bañe y corte el pelo de sus animales seguido y mantenga limpia el area del patio, manténgalo alejado de otros animales.



MOSCAS - Haga papel matamoscas untando miel en papel amarillo para atraparlas. Cuelgue racimos de clavo (especia) y/o desparrame cáscaras de naranjas para alejarlas.



RATONES Y RATAS - Selle las grietas, retire la basura, platos sucios, o las migajas, y utilice trampas. Mezcle sulfato de cal, una parte de harina, y un poco de cocoa o azúcar y póngalos donde los roedores lo encuentren.

