

Monóxido de Carbono

¿Debería estar preocupado(a)?

No es posible ver, probar, ni oler el monóxido de carbono (CO). Sin embargo, este gas mortal puede enfermarlo y hasta matarlo. Más de 5.000 personas mueren cada año en los Estados Unidos por respirar demasiado monóxido de carbono. Los síntomas del envenenamiento por CO se parecen a los de una gripe. Mucha gente ni siquiera sabe que ha estado respirando CO. Los sobrevivientes pueden sufrir daño cerebral, pérdida de la vista o del oído o tienen problemas del corazón. Es una gran amenaza para la salud de su familia. Lo bueno es que Ud. puede prevenir el envenenamiento por CO. Esta sección le ayudará a hacerse las preguntas correctas para saber si el aire de su casa es seguro y sano.

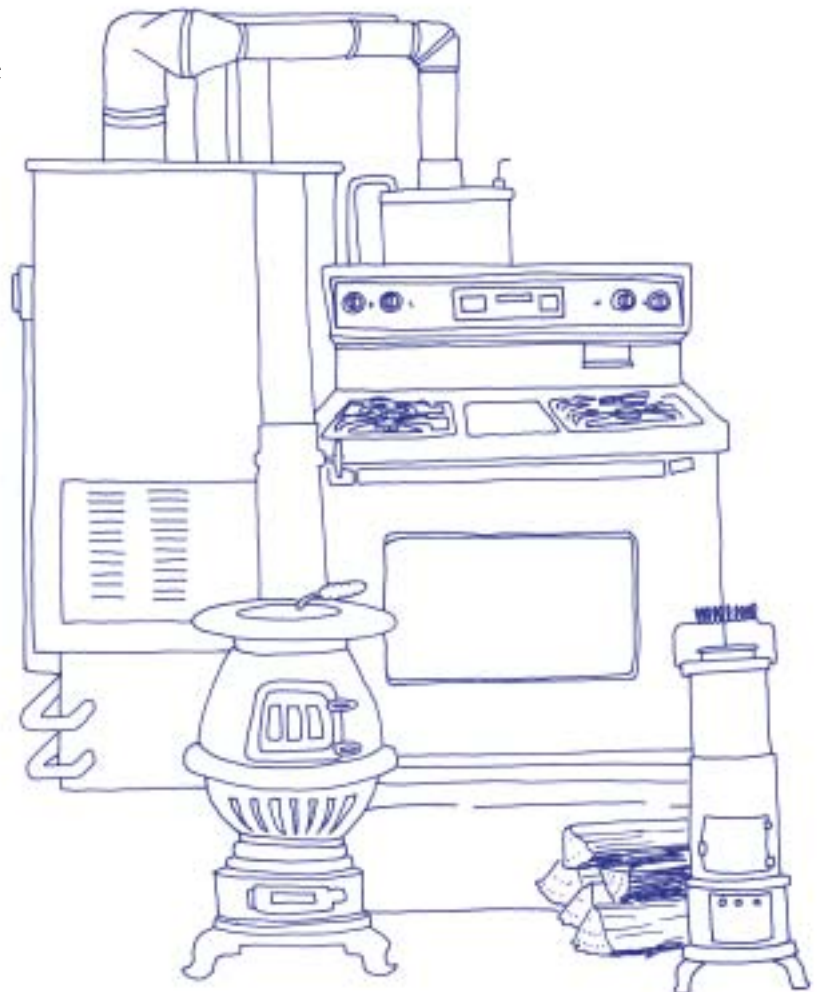
Puede haber tanto CO en un edificio en llamas que respirar el humo por tan sólo un minuto puede matarlo(a). Niveles bajos del gas como los que provienen del fumado, no matan al instante. No obstante, pueden causar muchos otros problemas de salud. Los niños, los fetos, la gente con asma, los adultos mayores o la gente con problemas del corazón o pulmonares tienen más posibilidades de enfermarse si respiran CO. Pero recuerde, el CO perjudica inclusive a las personas sanas.

¿De dónde viene el CO?

Los electrodomésticos de combustión usan gas, aceite o madera para producir calor. Si no están funcionando correctamente pueden producir CO. La mayoría de los electrodomésticos de gas que se han instalado correctamente y a los que se les ha dado buen mantenimiento son seguros y producen muy poco CO. Los electrodomésticos de electricidad no usan combustibles y por lo tanto no producen CO. Fuentes comunes de CO incluyen:

- Los hornos de gas y de aceite, calefacciones y calentadores de agua.
- Las chimeneas y las cocinas de leña.
- Los electrodomésticos de gas como hornos, estufas o secadoras de ropa.

- Los calentadores locales de gas y queroseno.
- Las parrillas de gas y de carbón.
- Automóviles, camiones, vehículos para acampar, tractores y otros vehículos.
- El equipo pequeño que funciona con gasolina y propano líquido (PL), incluyendo cortadoras de césped, removedores de nieve, aserradoras de cadena, lavadores a presión y generadores eléctricos.
- Los vehículos de recreación como botes de motor, vehículos para todo terreno (ATV), botes de esquí y los generadores en los vehículos de acampar y botes-casa.
- El humo de tabaco.
- Los incendios domésticos.
- Las chimeneas y tubos de chimenea bloqueados.



Monóxido de Carbono

Respirar niveles bajos de CO puede dañar su cerebro, corazón u otras partes del cuerpo. A niveles altos, al cerebro le falta tanto oxígeno que no se puede pensar claramente. Se pierde el control de los músculos y es posible que no se pueda desplazar a un lugar seguro. El envenenamiento masivo por CO puede causar pérdida del sentido, coma y hasta la muerte.

Existen pasos sencillos pero importantes que puede seguir para saber si su familia está en riesgo de envenenamiento por CO. Las preguntas en la siguiente página le ayudarán a hacerlo. La pág. 27 le dará ideas sobre qué hacer para mantener el aire de su casa seguro para respirar.

¿Cuáles son los síntomas de envenenamiento por CO?

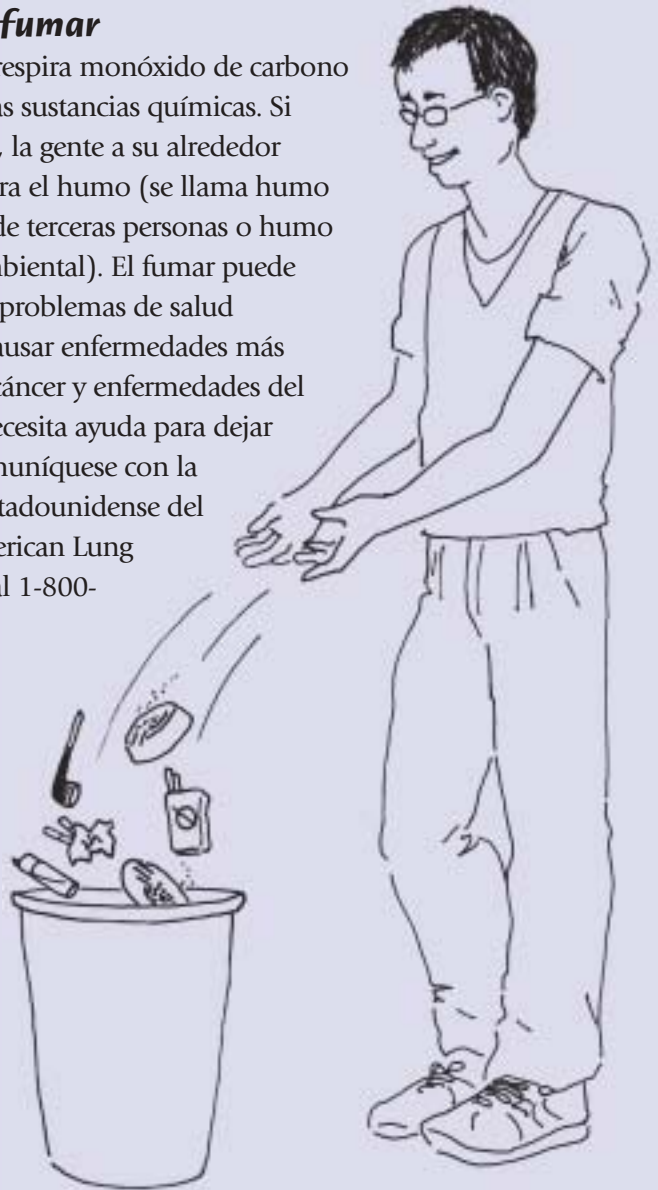
A menudo la gente piensa que el envenenamiento por CO es una gripe; esto es porque se parece a la gripe. Los síntomas de niveles bajos de envenenamiento por CO pueden incluir:

- Dolor de cabeza
- Náusea
- Vómito
- Mareos
- Confusión
- Cansancio
- Debilidad
- Soñolencia
- Presión en el pecho
- Dificultad para respirar

El CO y el fumar

Si Ud. fuma, respira monóxido de carbono y muchas otras sustancias químicas. Si fuma adentro, la gente a su alrededor también respira el humo (se llama humo del cigarrillo de terceras personas o humo del tabaco ambiental). El fumar puede empeorar los problemas de salud pequeños y causar enfermedades más graves como cáncer y enfermedades del corazón. Si necesita ayuda para dejar de fumar, comuníquese con la Asociación Estadounidense del Pulmón (American Lung Association) al 1-800-LUNG-USA.

DATO



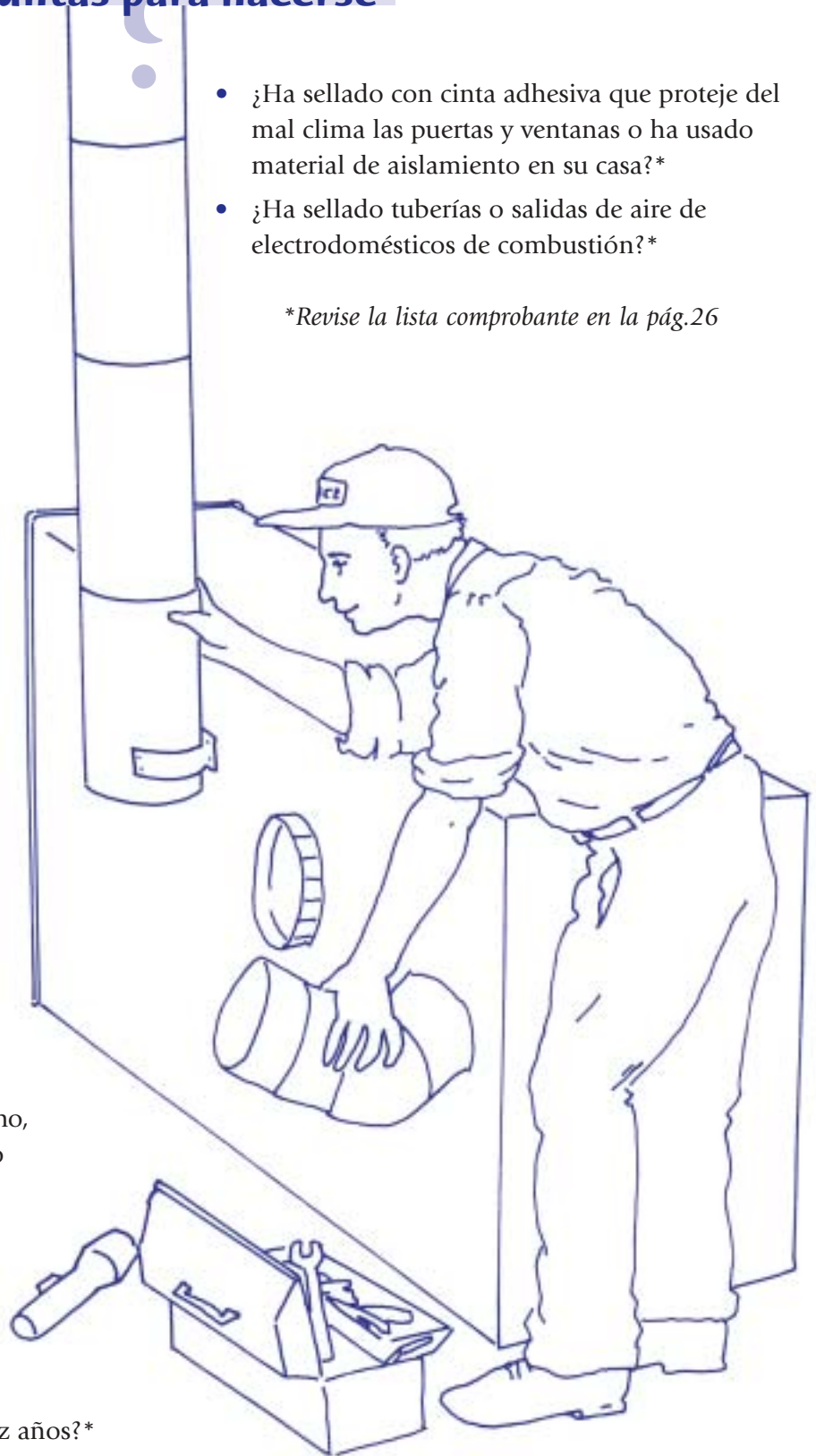
Monóxido de Carbono

Preguntas para hacerse

- ¿Algunas veces usa parrillas de carbón o motores pequeños de gasolina dentro de su casa, garaje o pórtico bajo techo?
- ¿Tiene un garaje pegado a su casa?
- ¿Algunas veces calienta su automóvil dentro del garaje?
- ¿Ha pasado más de un año desde que Ud. o su casero/a solicitaron la inspección o la limpieza del horno, chimenea, cocina de leña o tubos de la chimenea?
- ¿Alguna vez ha usado calentadores locales de gas o de queroseno o una chimenea de gas sin conexión al exterior?
- ¿Tiene su casa una alarma de monóxido de carbono?
- ¿Alguna vez ha usado la estufa de la cocina o el horno para calentar la casa?
- ¿Se le olvida a veces prender el extractor de aire de la cocina cuando usa el horno?
- ¿Algunos de los calentadores en la estufa de la cocina tienen la llama amarilla o anaranjada?*
- ¿Se devuelve algunas veces el humo de la chimenea?
- ¿Están sus electrodomésticos y horno en buenas condiciones?
- ¿Están las tuberías de ventilación de su horno, calefacción o calentador de agua oxidadas o desintegrándose?*
- ¿Tiene un calentador de agua a gas que no tenga salida al exterior?*
- ¿Hay herrumbre, hollín o suciedad en su horno, calefacción o calentador de agua?*
- ¿Tiene su horno o calentador más de diez años?*

- ¿Ha sellado con cinta adhesiva que protege del mal clima las puertas y ventanas o ha usado material de aislamiento en su casa?*
- ¿Ha sellado tuberías o salidas de aire de electrodomésticos de combustión?*

**Revise la lista comprobante en la pág.26*



PASOS A SEGUIR

- *Nunca* use parrillas de carbón ni prenda motores dentro de la casa, garaje o sótano aunque sea por un ratito. Las parrillas de carbón y los motores de gasolina pequeños producen mucho monóxido de carbono. Aunque abra todas las ventanas y las puertas no tendrá suficiente aire fresco para prevenir el envenenamiento por CO.
- *Nunca* caliente un vehículo dentro del garaje. El calentar su automóvil, camión o motocicleta en un día frío sólo por unos minutos (aún con la puerta del garaje abierta) puede producir suficiente CO para enfermarlo. Encienda las cortadoras de césped, los removedores de nieve y otro equipo para el patio, afuera.
- Pídale a un contratista de calentadores que revise el horno, las chimeneas y otras fuentes de CO cada otoño para asegurarse de que todo esté bien. (Puede encontrar uno en el directorio telefónico). Asegúrese de que usen una herramienta que mida el nivel de CO. Muchos electrodomésticos de calentamiento tienen chimeneas para evitar que los gases peligrosos entren en su casa. (Las chimeneas en los electrodomésticos de gas se llaman tiros). La chimenea lleva el CO y otros gases producidos por estos electrodomésticos al exterior. Si sus electrodomésticos y tiros están funcionando bien, debe haber un nivel bajo de CO. Si alquila, pídale a su casero/a que solicite la revisión del sistema de calentamiento.
- Asegúrese de que sus chimeneas estén en buen estado –limpias y funcionando bien. Limpie los tiros, la chimenea o la cocina de leña cada año. La leña ardiente produce casi todo el tiempo mucho CO. Es muy importante que todo el humo salga por la chimenea.
- Si usa calentadores de queroseno O una chimenea de gas sin salida al exterior, siga las instrucciones cuidadosamente y abra la ventana para dejar entrar aire fresco. No los use mientras duerme.

Lista comprobante de seguridad



Si contestó con sí a alguna de las preguntas con asterisco en la pág. 25, póngale especial atención a esta lista comprobante. Recuerde, la instalación y el mantenimiento de electrodomésticos de calentamiento como estufas y hornos puede ser peligroso. Sólo personal entrenado y calificado debe realizar este trabajo.

- Apague un electrodoméstico o calentador que comience a hacer ruidos, a oler extraño, a echar hollín, que tenga una flama diferente que luzca anormal o que no parezca funcionar bien. Llame a un contratista para que haga las reparaciones.
- Lea y siga las instrucciones que vienen con los electrodomésticos o con los calentadores de gas sin salida al exterior.
- Deles buena ventilación a todos los electrodomésticos de calentamiento.
- Mantenga toda la madera, papel, tela y muebles alejados de los electrodomésticos de calentamiento.
- No bloquee las salidas de aire de los electrodomésticos.
- Pídale a un contratista de equipo de calentamiento que revise los electrodomésticos cada año.
- Pídale al contratista que revise los niveles de monóxido de carbono y el sistema de tiros (chimenea).
- Si Ud. usa material de aislamiento y cinta adhesiva selladora para el mal clima en su casa, llame a un contratista de equipo de calentamiento para asegurarse de que hay ventilación suficiente.
- Si huele gas o si la alarma de humo o de monóxido de carbono se enciende, salga del edificio inmediatamente y llame al 9-1-1.

PASOS A SEGUIR, continuación

- Coloque alarmas de monóxido de carbono cerca de cada área de dormir y en cada piso de su casa. (Los modelos antiguos se llaman detectores de monóxido de carbono.) Puede encontrarlas en las ferreterías locales, tiendas de descuento, centros comerciales especializados en rebajas y tiendas de materiales de construcción entre \$20 y \$50.
- Nunca use la estufa de la cocina ni el horno para calentar la casa.
- Prenda siempre el extractor de aire de la cocina cuando use el horno.
- Arregle la estufa de la cocina antes de usarla si la llama está anaranjada o amarilla.
- No use una chimenea que humee hasta que arregle el problema.
- Salga inmediatamente.
- Llame al 9-1-1 o al número local de emergencias desde un teléfono fuera de su casa.
- Visite a un doctor o enfermera de inmediato. Visítelos aun si se siente mejor después de haber respirado aire fresco. Ellos pueden revisarle la sangre y el aliento para verificar los niveles de CO y decirle si necesita atención médica adicional.
- Trate todos los sonidos de las alarmas como una emergencia. ¡Nunca ignore el sonido de una alarma!
- Pídale a un contratista de calentadores que revise su casa. Puede encontrar a uno en el directorio telefónico.
- No regrese a la casa hasta que todos los problemas se hayan resuelto.

Alarmas de monóxido de carbono

Las alarmas del monóxido de carbono (CO) contribuirán a protegerlo a Ud. y a su familia de enfermedad o muerte. Una alarma buena emitirá un ruido fuerte cuando los niveles de CO sean demasiado altos. Hay alarmas operadas por electricidad o baterías. Estudie el empaque para asegurarse de que la alarma haya sido aprobada por un laboratorio de pruebas calificado, como el laboratorio Underwriters (UL). Revise las baterías de las alarmas operadas por este medio cada seis meses. Cada casa debe tener por lo menos una alarma. Lo mejor es poner una cerca de cada área de dormir y en cada nivel de la casa. Las alarmas de monóxido de carbono no reemplazan la revisión y el buen mantenimiento del horno, las chimeneas o los calentadores locales en su casa.

Si alguien en su casa tiene síntomas de envenenamiento por CO o si la alarma de CO se activa:



Monóxido de Carbono

¡Cuando tenga dudas, pregunte!

- Su oficina local de Extensión del condado
– búsquela en su directorio telefónico
- -Su departamento de salud local o estatal
– búsquelo en su directorio telefónico
- Cooperativa de Extensión de la Universidad del Estado de Iowa (Iowa State University Cooperative Extension)
www.extension.iastate.edu/pages/co/co1.html
- Comisión de Seguridad de Productos de Consumo (The Consumer Products Safety Commission)
800/638-2772 – www.cpsc.gov/cpscpub/pubs/466.html
- Asociación Estadounidense del Pulmón (The American Lung Association), 800/LUNG-USA
www.lungusa.org/air/carbon_facstsheet99.html
- Aire Saludable en Interiores para Hogares Estadounidenses (Healthy Indoor Air for America's Homes)
406/994-3451 – www.montana.edu/wwwcxair/

Apuntes

