

Dampness, Mold, and Asthma



Mold can cause asthma or trigger asthma symptoms. Damp areas in the home can cause mold to grow, and can attract roaches, mice, and rats which can also trigger asthma symptoms. Whether you are a tenant or a homeowner, there are things you can do to keep the home dry and prevent problems from dampness and mold.

To reduce dampness and prevent mold:

- Use the kitchen fan or open a window when cooking.
- Use the bathroom fan or open a window while bathing or showering.
- Use a squeegee to dry wet bathroom windows and shower stalls.
- Clean up spills as soon as they happen.
- Repair plumbing leaks quickly.



If you have a problem with dampness or mold

For tenants:

- Dry up any wet spots or sources of moisture inside your home.
- Clean up small amounts of mold regularly using soap and water. Add baking soda if scrubbing is needed. Avoid bleach, ammonia and vinegar as they can cause or trigger asthma.
- Tell your landlord or property manager about damp areas, moldy smells, and any mold you see. Ask them to repair the problem using the steps below.



For homeowners, landlords, or property managers:

- Dry up any wet spots or sources of moisture inside your property.
- Make needed repairs to the roof and outside of the building wherever water can enter.
- Repair or replace any leaky or broken plumbing, sewage lines, kitchen appliances, air conditioners, heaters, or ventilation systems.
- Remove and replace carpeting, flooring, or building materials that have been damaged by mold or that have gotten wet and cannot be thoroughly dried within a day.
- Before painting, remove mold, eliminate any sources of moisture, and clean and dry surfaces.
- Use the [safe methods for cleaning up mold](http://www.epa.gov/mold/mold_remediation.html#Key_Steps) at www.epa.gov/mold/mold_remediation.html#Key_Steps.

For more information

[California Department of Public Health](http://www.cdph.ca.gov/PROGRAMS/IAQ/Pages/IndoorMold.aspx)

www.cdph.ca.gov/PROGRAMS/IAQ/Pages/IndoorMold.aspx

California Department of Consumer Affairs, [California Tenants: A Guide to Residential Tenants' and Landlords' Rights and Responsibilities](#), Pages 36-47. Revised July, 2012.

www.dca.ca.gov/publications/landlordbook/catenant.pdf

[U.S. Environmental Protection Agency](http://www.epa.gov/mold/moldguide.html)

www.epa.gov/mold/moldguide.html



La Humedad, El Moho Y El Asma



El moho puede causar asma y desencadenar los síntomas del asma. Demasiada humedad en el hogar puede causar el crecimiento de moho. Además, la humedad puede atraer a cucarachas, ratas y ratones los cuales pueden provocar síntomas del asma. Si es dueño de su casa o aun si está rentando, hay cosas que usted puede hacer para mantener su hogar seco y prevenir problemas de humedad y moho.

Para reducir la humedad y provenir el moho:

- Use los ventiladores o abra una ventana cuando cocine, bañe o duche.
- Use un secador ("squeegee" en inglés) para secar ventanas y superficies después de bañarse o ducharse.
- Evite productos con blanqueador o amoníaco. Pueden causar asma o desencadenar síntomas.
- Limpie los derrames en cuanto ocurran.
- Repare las goteras en las tuberías lo más pronto posible.
- Remueva alfombras o tapicería que se hallan mojado y no secan dentro de un día.



Qué hacer si tiene un problema de moho o hay demasiada humedad en su hogar

Si usted es un inquilino:

- Seque las áreas húmedas y fuentes de humedad dentro de su hogar.
- Limpie las pequeñas cantidades de moho en el baño con jabón y agua. Para refregar, añada bicarbonato de soda.
- Avísele al dueño o administrador de la propiedad si hay exceso de humedad, u olores mohosos, o moho visible. Pídale que repare el problema usando los pasos siguientes.



Si usted es dueño de su hogar, arrendador, o administrador de propiedades:

- Seque lugares húmedos o fuentes de humedad dentro de la propiedad.
- Haga las reparaciones necesarias al techo o al exterior del edificio para detener la entrada de agua.
- Repare o reemplace aparatos de la cocina, plomería y sistemas mecánicos que tengan fugas o no funcionen, incluyendo calentones, acondicionadores de aire y sistemas de ventilación.
- Remueva y reemplace alfombras y materiales de construcción que hayan sido dañados por el moho o que se hallan mojados y no secan dentro de un día.
- Antes de pintar, quite el moho, elimine las fuentes de la humedad, y limpie y seque las superficies.
- Use los métodos que sean más seguros para los inquilinos y los trabajadores. [Para más información sobre la limpieza segura y eficaz de moho vaya a www.epa.gov/mold/pdfs/moldguide_sp.pdf](http://www.epa.gov/mold/pdfs/moldguide_sp.pdf)

Otros recursos (Disponibles en inglés y español)

California Department of Consumer Affairs, [Inquilinos de California: Guía derechos y responsabilidades de Inquilinos y propietarios residenciales](http://www.dca.ca.gov/publications/landlordbook/catenant.pdf), Paginas 36-47. Revisado julio del 2012. www.dca.ca.gov/publications/landlordbook/catenant.pdf

[Agencia Para la Protección Ambiental de los Estados Unidos \(EPA\)](http://www.epa.gov/mold/pdfs/moldguide_sp.pdf)
www.epa.gov/mold/pdfs/moldguide_sp.pdf