



Proteja su vida y la de su familia: Evite el envenenamiento con monóxido de carbono

¿Qué es el monóxido de carbono?

El monóxido de carbono (CO) es un gas que no se puede ver ni oler, pero que puede causar la muerte cuando se lo respira en niveles elevados. El CO se produce cuando se queman materiales combustibles como gas, gasolina, kerosene, carbón, petróleo o madera. Las chimeneas, las calderas, los calentadores de agua o calefones y los aparatos domésticos que queman combustible, como las estufas u hornillas de la cocina o los calentadores a kerosene, también pueden producir CO si no están funcionando bien. Los carros detenidos con el motor encendido también despiden CO.

El envenenamiento con monóxido de carbono puede ser fatal

Si se respira en niveles elevados, el CO puede causar la muerte por envenenamiento en pocos minutos. Cada año un gran número de personas pierde la vida accidentalmente debido al envenenamiento con CO. Las mujeres embarazadas y sus bebés, los niños pequeños, las personas mayores y las que sufren de anemia, problemas del corazón o respiratorios pueden ser mucho más sensibles al CO.

El envenenamiento con CO es un peligro para su salud y la de su familia, pero se puede prevenir. ¡Protéjase y proteja a su familia! Las recomendaciones que siguen le ayudarán a saber qué hacer si percibe síntomas de envenenamiento con CO, pero principalmente para saber cómo prevenirlo.

La clave para evitar el envenenamiento con monóxido de carbono es la prevención.

Conozca los síntomas del envenenamiento con monóxido de carbono

Debido a que muchos de los síntomas del envenenamiento con CO son similares a los de la gripe o gripa, a los del envenenamiento con alimentos descompuestos y a los de otras enfermedades, es importante aprender a reconocerlos para tomar medidas inmediatas si estos síntomas se observan. Éstos son los síntomas:

- A niveles moderados, el CO puede causar dolores de cabeza, mareos, confusión mental, náusea o desmayos, pero puede causar la muerte si estos niveles, aunque moderados, se respiran durante mucho tiempo.
- A bajos niveles, el CO puede causar falta de aliento, náusea y mareos ligeros y puede afectar la salud después de un tiempo.

¿Qué hacer si hay síntomas de envenenamiento con CO?

- ✓ Si usted cree que usted o alguien de su familia tiene síntomas de envenenamiento con CO:
- ✓ Vaya inmediatamente a un lugar donde pueda RESPIRAR AIRE FRESCO. Abra las puertas y ventanas, apague los aparatos que utilizan combustibles y salga de su casa.
- ✓ Vaya a una SALA DE EMERGENCIA y diga al médico que usted sospecha envenenamiento con CO. El envenenamiento con CO puede diagnosticarse con una prueba de sangre hecha inmediatamente después de haber estado expuesto a él.
- ✓ Sepa la respuesta a estas preguntas del médico:

- ¿Alguien más en su familia tiene los mismos síntomas?
¿Comenzaron todos a tener esos síntomas al mismo tiempo?
- ¿Está usted utilizando en su casa algún aparato que usa combustible?

- ✓ ¿Alguien ha inspeccionado sus aparatos últimamente?
- ✓ ¿Está usted seguro de que están funcionando correctamente?

Evite el envenenamiento con CO

La clave para evitar el envenenamiento con CO es la *prevención*. Las siguientes recomendaciones le ayudarán a prevenir el envenenamiento con CO.

Haga esto:

- ✓ Al comenzar de cada invierno, haga inspeccionar por un técnico especializado todos los aparatos domésticos que utilizan combustible: calderas a gas, calentadores de agua, hornos y estufas u hornillas de gas, secadoras a gas, calentadores a kerosene o gas y también las chimeneas y estufas a leña. Todos los conductos deben estar bien conectados y en buenas condiciones y no deben estar bloqueados.
- ✓ Escoja aparatos domésticos que eliminan los gases de la combustión hacia el exterior de su casa. Los aparatos deben instalarse correctamente y mantenerse según las instrucciones del fabricante.
- ✓ Siga las instrucciones del fabricante. Si usa un calentador a kerosene o a gas que no tiene sistema de ventilación, siga cuidadosamente las instrucciones que trae el aparato. Use el combustible apropiado y deje abiertas las puertas que dan al resto de la casa. Mantenga una ventana algo abierta para que entre aire y el consumo de combustible sea adecuado.
- ✓ Llame al 1-800-SALUD-1-2 para obtener mayor información sobre cómo reducir los riesgos de exposición al CO y otros gases combustibles.

No haga esto:

- ✗ **Nunca** encienda el motor de su carro dentro del garaje, aunque tenga la puerta abierta. El humo puede concentrarse rápidamente en el garaje o en la casa.

- ✗ **Nunca** use su horno de gas para calentar su casa, aun por poco tiempo.
- ✗ **Nunca** use carbón dentro de su casa, aun en la chimenea.
- ✗ **Nunca** se vaya a dormir dejando un calentador a gas o a kerosene encendido si el aparato no tiene ventilación hacia afuera.
- ✗ **Nunca** use aparatos con motores a gasolina (cortadoras de hierba o de maleza, sierras eléctricas, motores o generadores pequeños) dentro de un cuarto cerrado.
- ✗ **Nunca** ignore los síntomas de envenenamiento con CO, especialmente si más de una persona siente los mismos síntomas. Ignorar estos síntomas puede llevar a la pérdida del conocimiento y hasta a la muerte.

Acerca de los detectores de CO

Los detectores de CO pueden adquirirse en las tiendas, pero hay que tener en cuenta que un detector es sólo una precaución. Lo más importante es la prevención a través del mantenimiento y uso apropiado de sus aparatos domésticos que utilizan combustibles. Tenga en cuenta que la tecnología de los detectores de CO todavía está perfeccionándose. Existen diferentes tipos de detectores en el mercado, pero no son tan confiables como los detectores de incendio. En estudios de laboratorio se ha probado que algunos detectores de CO fallan en dar la alarma aun en casos de altos niveles de CO y otros dan la alarma aun cuando hay niveles bajos que no representan un peligro inmediato para la salud.

Si usted va a comprar un detector de CO, no se base sólo en el costo. Investigue primero todas las características del detector. Organizaciones como las siguientes pueden ayudarle a tomar una decisión: Consumers Union, American Gas Association y Underwriters Laboratories (UL). El detector que compre debe tener la certificación UL.

¿Qué hacer si suena la alarma del detector de monóxido de carbono?

- Asegúrese de que la alarma que suena sea la del detector de CO y no la alarma contra incendios.
- Observe si alguna persona dentro de la casa tiene síntomas de envenenamiento.
- Si alguien tiene alguno de esos síntomas, sáquelo de la casa inmediatamente y busque atención médica. Diga al médico que usted sospecha envenenamiento con CO.
- Si nadie tiene síntomas, ventile la casa, apague sus aparatos a combustible (calderas a gas o gasolina, calentadores a base de agua caliente, hornos y hornillas de gas, secadoras a gas, calentadores de espacio a kerosene o gas y vehículos o motores

pequeños).

- Llame a un técnico especializado para que inspeccione sus aparatos y su chimenea, para saber que están funcionando correctamente y que nada está bloqueando el humo que debe ser eliminado hacia afuera de la casa.