

¡Ojo con lo que respira en la cocina!

Hay contaminantes invisibles en el uso del gas que pueden dañar la salud de su familia

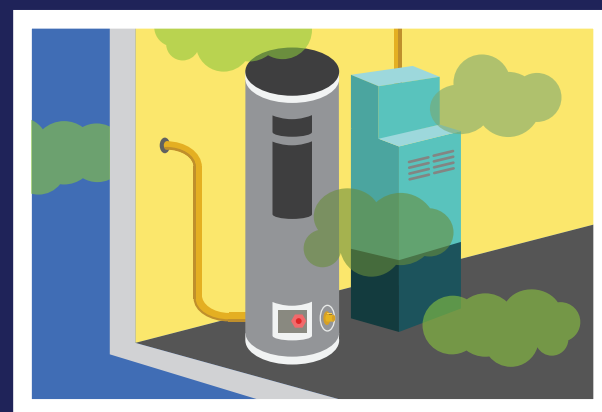
Con COVID-19 hemos tenido que usar nuestras máscaras en lugares públicos, lavarnos las manos con frecuencia y cubrirnos la cara cuando estornudamos o tosemos. Ahora estamos aprendiendo sobre otro problema que puede afectar la salud y el bienestar respiratorio de nuestras familias: el aire dentro de nuestros hogares.



Los aparatos que usan gas en nuestros hogares, como una estufa de cocina, arrojan sustancias químicas en el aire, causadas por la combustión de gas. No podemos ver estos contaminantes, como el dióxido de nitrógeno, pero están ahí. Y los respiramos en nuestros pulmones.

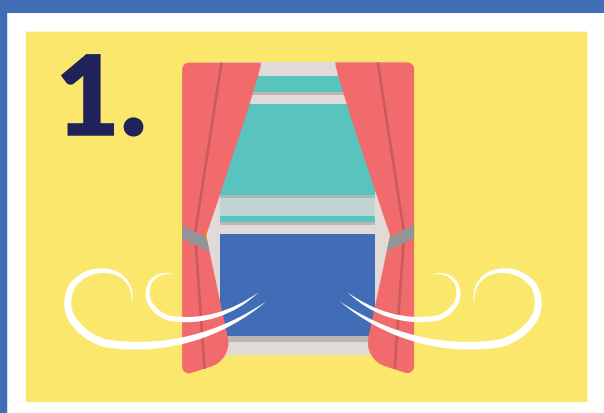


Los niños y las personas de edad avanzada son especialmente sensibles a los contaminantes del aire como el dióxido de nitrógeno. Los niños en hogares con estufas de gas tienen un 42 por ciento más de riesgo de síntomas de asma.

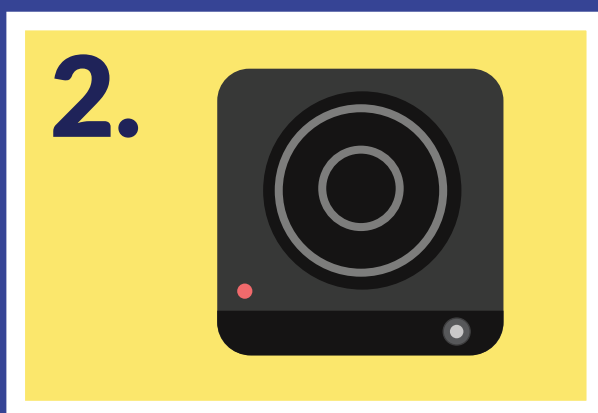


Los calentadores de agua y calefacciones que usan gas también emiten sustancias químicas por la combustión de gas. Se escapan hacia afuera, donde se suman al problema del calentamiento global, y también al ozono, un contaminante invisible y peligroso para nuestros pulmones.

¿Qué Puede Hacer?



1. Si su casa o apartamento tiene un ventilador sobre la estufa, recuerde siempre prenderlo cuando cocine. De lo contrario, abra una ventana si cocina con una estufa de gas, para limitar la acumulación de sustancias tóxicas dentro de su hogar.



2. Para evitar el uso de gas en cocinar, considere una pequeña estufa eléctrica portátil. Hay variedad de opciones, que comienzan en aproximadamente de \$15 por una estufa de un solo quemador, y alrededor de \$60 por una de doble quemador.



3. Las estufas de gas, y otros calentadores se pueden reemplazar con electrodomésticos modernos que eliminan la contaminación. Pero nuestros líderes electos necesitan crear programas equitativos para garantizar que todos tengamos los medios para hacer estas remodelaciones. ¡Hay que exigir acción!