



## **El Serio Peligro de Extensiones**

Aun cuando se usen apropiadamente, extensiones, tiras eléctricas, protector eléctrico, pueden poseer un serio peligro de electrocución o incendio. De acuerdo a la Comisión de Seguridad del Producto al Consumidor de U.S. en 1996 extensiones y enchufes estuvieron envueltos en más de 7000 incendios resultando en 120 muertos. En 1997, más de 2,500 personas fueron tratadas en las salas de emergencia de hospitales por heridas asociadas con extensiones. Revisa la siguiente información para proteger tu persona en el trabajo o el hogar.

- Usa extensiones solo cuando sea necesario y en bases temporales.
- Busca la etiqueta de certificación de un laboratorio de prueba independiente como UL o ETL (Laboratorio de Prueba Eléctrica) en el paquete o en el producto.
- Aparatos de alto voltaje necesitan, extensiones extra fuertes.
- Extensiones que se usen afuera deberán ser exclusivas para ese uso.
- Inserta siempre toda la clavija para que no quede parte de las puntas expuestas.
- Nunca cubras las extensiones con tapetes o otros objetos. El calor atrapado puede resultar en un incendio.
- Nunca sobrecargues extensiones con muchos aparatos.
- Si una extensión se siente caliente al tacto, deja de usarla y deshazte de ella.
- Asegúrate de que una persona con experiencia examine las extensiones regularmente. Extensiones dañadas inmediatamente deben de ser removidas de servicio, desechadas, o reparadas.



## **Deberás Tienes Catarro?**

Pueden los síntomas de una enfermedad contraída por comida, ser confundidos con el catarro? Si, aunque nausea, vomito, y diarrea algunas veces ocurren durante una infección de catarro, estos síntomas son raramente prominentes. “Catarro estomacal” es un mal nombre en ocasiones usado para describir enfermedades gastrointestinales actualmente causadas por otros microorganismos.

En realidad, expertos del Centro de Prevención y Control de Enfermedades reporto que muchas de las enfermedades intestinales comúnmente referidas como catarro estomacal, actualmente fueron contraídas por patógenos en la comida. El catarro es una enfermedad respiratoria y no una enfermedad intestinal o estomacal. Las personas no asocian estas enfermedades con comida, porque los síntomas por lo regular ocurren dos o mas días después de ingerir la comida.

## **MOHO (Preguntas y Respuestas)**

Del Centro de Prevención y Control de Enfermedades (CDC)

**He escuchado acerca del “moho toxico” que crece en las casas y otros edificios. Me debo preocupar acerca de un serio riesgo a mi salud y la de mi familia?**

El termino de moho toxico no es exacto. Mientras algunos mohos son toxigenitos, significa que pueden producir toxinas, los mohos en si no son tóxicos, o venenosos.

Peligro representado por el moho que puede producir mico toxinas debe de ser considerado de la misma forma que otros mohos que crece en los hogares o otros edificios. Siempre hay un poco de moho en todos lados, en el aire, y en muchas superficies. La preocupación mas común del moho en la salud incluye fiebre como en síntomas alérgicos. Por la mayor parte, uno debe de tomar precaución para evitar el crecimiento de moho en los hogares y en edificios.

## Que tan común es el moho en los edificios?

En edificios y hogares los mohos son muy comunes y crecerán en cualquier lugar que haya humedad.

## Como se mete el moho en el ambiente interior y como crece.

Esporas de moho ocurren en el ambiente interior y exterior y pueden entrar a casas y edificios por puertas, ventanas y conductos de ventilación y calefacción con ventilación exterior. Las esporas

en el aire también se pueden adherir a personas, animales, ropa, zapatos, bolsos y mascotas haciendo estos portadores de moho al interior. Cuando las esporas de moho caen en lugares húmedos estas empiezan a crecer.

## Cual es el efecto potencial en la salud, del moho en edificios y hogares.

Exposición al moho interior no siempre representa problemas de salud. Sin embargo algunas personas son sensitivas al moho. Expuestas al moho pueden sentirse mormadas, irritación de ojos, resuello, irritación de piel. Algunas personas pueden tener una reacción severa al moho. Reacciones severas pueden ocurrir a empleados expuestos a grandes cantidades de moho en áreas de trabajo, como granjeros trabajando alrededor de paja mohosa. Reacciones severas pueden incluir fiebre y corta

respiración. Personas de inmunodeficiencia y enfermedades crónicas de los pulmones como COPD tienen mayor riesgo a contraer una infección de hongos en sus pulmones.

## Como puedes quitar el moho de edificios, incluyendo hogares, escuelas y lugares de empleo?

Mayormente el moho se puede combatir en superficies duras con una limpieza profunda con jabón y agua o una solución de una tasa de cloro en un galón de agua. Materiales absorbentes o porosos como baldosa de techo, roca tabla y alfombras tendrán que tirarse si se hacen mohosas. Es importante limpiar propiamente y secar el área ya que todavía podrías tener una reacción alérgica a parte de moho muerto y la contaminación puede recurrir si hay una fuente de humedad.

## Como puedes quitar el moho de edificios y hogares?

Grandes infestaciones de moho por lo regular se pueden ver o oler. Si tu piensas que tienes un problema de moho en tu área de trabajo comunícate a la oficina de Ambiente Salud y Seguridad a la ext. 2226 o 2595. Reporta goteras o altos problemas de humedad a Manejo de Facilidades ext. 4250 o despues de horas a Seguridad Publica a la ext. 7777.



## Tensión del Ojo

Tensión en el ojo ocurre comúnmente si tu trabajas en una oficina, debido al efecto de estar expuesto a un monitor y a luces fluorescentes. Una forma de prevenir tensión en el ojo es aplicar el método 20/20/20. Esto es, cada 20 minutos, enfoca tus ojos en un objeto al menos 20 pies de retirado por 20 segundos.

## Servicio de Manejo de Facilidades

Para hacer un requerimiento rutinario de servicio de mantenimiento como plomería, eléctrico, control de temperatura, cerrajero, servicio de limpieza, afanadoras, mudanzas, control interior de pestes en los edificios del recinto comunicarse con el **Centro de Control de Mantenimiento, ext. 4250.**



Favor de dirigir toda correspondencia a:

**Correo:** Oficina de Ambiente Salud y Seguridad

**Teléfono:** Ext. 2226 o 2595

**Correo**

**Electrónico:** [theinl@SanDiego.edu](mailto:theinl@SanDiego.edu) (AS&S)

[barneyh@SanDiego.edu](mailto:barneyh@SanDiego.edu) (Incendios y Seguridad)

