

## Ácaros del polvo en las casas

### ¿Qué son los ácaros del polvo en las casas?

Los ácaros del polvo en el hogar son insectos pequeños que viven y crecen en el polvo de las casas. Los ácaros del polvo comen escamas de piel muerta y se encuentran en lugares como almohadas, colchones, alfombras y muebles tapizados.



de

### ¿Cómo afectan a las personas?

Los ácaros del polvo pueden causar síntomas de alergia en los niños y los adultos. Se pueden hacer pruebas en la piel para detectar alergias a los ácaros del polvo.

### ¿Cómo se pueden controlar?

Para reducir el número de ácaros del polvo en el hogar y ayudar a mejorar los síntomas, se pueden seguir los siguientes pasos:

- Cubrir los colchones, box springs y almohadas con cubiertas especiales. A estas cubiertas algunas veces se les llama cubiertas para ácaros del polvo, ropa de cama a prueba de alergias, cubiertas antiácaros o cubiertas anti-alergénicas.
- Lavar en agua caliente (130°F) semanalmente toda la ropa de cama. Esto incluye las sábanas, las fundas de las almohadas y los colchones y los juguetes de peluche.
- Aspirar todas las alfombras, tapetes y muebles tapizados por lo menos una vez a la semana
- Mantener el nivel de humedad en la casa abajo del 50% y usar un deshumidificador si es necesario.
- Quitar las cortinas, persianas, libros y juguetes de los cuartos para ayudar a reducir los niveles de polvo.
- Si es posible quitar o no instalar alfombras de pared a pared, especialmente en los dormitorios.



**ALERTA:** Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualesquier preguntas o inquietudes o si su hijo tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

**Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.**