

5

minute safety talk



Controlling Indoor Mold

What is it? Why is it growing in my home? And most importantly, how do I get rid of it? These are the basic questions we all want to know when it comes to indoor mold.

Molds are part of the natural environment. Outdoors, they have the important role of breaking down dead organic material such as wood, leaves, and other unwanted plant debris. However, indoor growth is a problem that can cause damage to your home, your furniture – and your health.

Molds produce microscopic spores that float through the air. When they land on a damp area within your home, they begin growing and digesting whatever they attach to – wood, carpet, drywall, food, paper, etc. Many people are sensitive to molds. Exposure can irritate the eyes, skin, nose, throat, and lungs, and also trigger asthma episodes. More severe reactions may occur when people are exposed to a large amount of mold or molds that produce airborne toxins.

Preventative Measures

Moisture control is the key element in preventing indoor mold. Although mold cannot be eliminated, there are many actions you can take to manage this problem:

- Inspect your home for water stains and water damage. Common sites for indoor mold growth include bathroom tile and grout, basement walls, and areas around windows and sinks. There is also a possibility for hidden mold, such as that found between wallpaper and walls, underneath carpets, etc. Hidden mold can often be detected by its smell or the presence of a newly reported health problem.
- Check drip pans below your refrigerator and air conditioners on a regular basis, as mold can grow within the water collected.
- Fix leaks or spills immediately. If an organic building material (wood, carpet, drywall, etc.) is properly dried out within 48 hours after water infiltrates the surface, the probability of mold growth greatly decreases. However, mold is more likely to grow in areas where the moisture content lingers above 12% for more than 48 hours.

- Control water penetration from the outside of your home. Regularly inspect your roof and siding. Also make sure your property slopes away from your home to avoid water collecting at the foundation.
- Control humidity levels by:
 - Providing adequate ventilation within your home, including the use of exhaust fans in kitchens and bathrooms and an outside vent for your clothes dryer.
 - Using dehumidifiers and air conditioners.
 - Acting quickly if you see moisture collecting on windows, walls, or pipes. Possible solutions include covering surfaces with insulation, or increasing ventilation or air temperature.
- Keep indoor humidity levels between 30-50% (mold flourishes in levels approaching 70%). Check levels by using a moisture or humidity meter, available at many hardware stores.

Mold Removal

If you find a small area of mold on a hard surface within your home, you can remove it yourself by scrubbing the area with water and a mild detergent, and then drying the area completely. If there is mold growth on absorbent or porous materials, such as ceiling tiles and carpet, they may have to be thrown away. Remember, in addition to mold removal and clean-up, it's important to identify and fix the original moisture source.

When cleaning, always wear the appropriate personal protective equipment. Avoid breathing in mold spores by using a properly fitted N-95 respirator. Use long rubber gloves to prevent your bare hands from touching mold. Wear goggles (without ventilation holes) to prevent mold or mold spores from getting into your eyes. Also, make sure to ventilate the area and exhaust the air to the outdoors. If the area of mold in your home is large, or you suspect that you have hidden mold, contact a professional for removal.

If mold is found at your workplace, make sure the situation is reported to the proper employees and response actions are taken by internal staff or outside contractors as per your organization's policy.

5

minute safety talk



Controlando al Moho en Interiores

¿Qué es? ¿Por qué está creciendo en mi hogar? Y, lo más importante, ¿Cómo hago para deshacerme de él? Esas son las cuestiones básicas que todos deseamos conocer sobre el moho en interiores.

Los mohos forman parte del ambiente natural. En exteriores, cumplen el importante rol de degradar materiales orgánicos, tales como madera, hojas, y otros desechos indeseables de plantas. Sin embargo, el crecimiento en interiores es un problema que puede causar daño a su hogar, a sus muebles – y a su salud.

El moho produce esporas microscópicas que flotan a través del aire. Cuando se depositan en un área húmeda dentro de su hogar, comienzan a crecer y a digerir cualquier cosa a la que se adhieran – madera, alfombras, paneles de yeso, alimentos, papel, etc. Muchas personas son sensibles a los mohos. La exposición puede irritar los ojos, la piel, la nariz, la garganta, los pulmones, e incluso puede generar episodios de asma. Reacciones de mayor severidad pueden ocurrir cuando las personas son expuestas a grandes cantidades de mohos, o mohos que producen toxinas aerotransportadas.

Medidas Preventivas

El control de la humedad es un elemento clave para la prevención del moho de interiores. Aunque el moho no puede ser eliminado, existen diversas acciones que pueden tomarse para manejar este problema:

- Examine su hogar en busca de manchas de agua y daños ocasionados por el agua. Los sitios comunes para el crecimiento del moho de interiores incluyen azulejos y lechada del cuarto de baño, paredes del sótano y áreas alrededor de ventanas y lavabos. Asimismo, existe la posibilidad de que exista moho oculto, tal como aquel que se encuentra entre el empapelado y la pared, debajo de alfombras, etc. El moho oculto usualmente puede ser detectado por su olor o por la aparición de un problema de salud.
- Revise en forma regular las bandejas de drenaje ubicadas debajo de su refrigerador y equipos de aire acondicionado, ya que el moho puede crecer dentro del agua acumulada.
- Repare pérdidas y derrames inmediatamente. Si un material de construcción orgánico (madera, alfombra, placas de yeso, etc.) es adecuadamente secado dentro de las 48 horas después de que el agua infiltre la superficie, la probabilidad de que el moho crezca disminuye significativamente. Sin embargo, el moho tiende a crecer en áreas donde el contenido de humedad se encuentra ligeramente por encima del 12% por más de 48 horas.

- Controle la penetración de agua desde el exterior de su casa. Inspeccione regularmente su techo y revestimientos. Asimismo, asegúrese que la pendiente de su propiedad escurra hacia afuera de su hogar, de manera de evitar que el agua se acumule en los cimientos.
- Controle niveles de humedad de las siguientes maneras:
 - Proveyendo ventilación adecuada dentro de su hogar, incluyendo el uso de extractores en cocinas y cuartos de baño y una ventilación al exterior para su secador de ropa.
 - Utilizando deshumidificadores y equipos de aire acondicionado.
 - Actuando rápidamente si observa acumulación de humedad en ventanas, paredes, o cañerías. Las posibles soluciones incluyen cubrir las superficies con aislación, o incrementar la ventilación o la temperatura del aire.
- Mantenga los niveles de humedad en interiores entre 30-50% (el moho prospera en niveles cercanos al 70%). Controle los niveles utilizando un medidor de humedad, disponible en diversas tiendas de equipos.

Remoción del Moho

Si encuentra una pequeña área de moho sobre una superficie dura dentro de su hogar, puede removerla por sus propios medios, fregando el área con agua y un detergente suave, y luego secando el área completamente. Si encuentra moho crecido en materiales absorbentes o porosos, tales como tejas del techo y alfombras, es posible que deban ser desechados. Recuerde, además de la remoción y limpieza del moho, es importante identificar y reparar la fuente original de humedad.

Al limpiar, siempre utilice equipos de protección personal adecuados. Evite respirar las esporas del moho utilizando un respirador N-95 adecuadamente colocado. Utilice guantes largos de goma para prevenir que sus manos entren en contacto directo con el moho. Utilice gafas (sin agujeros de ventilación) para prevenir que el moho o las esporas del moho entren en sus ojos. Asimismo, asegúrese de ventilar el área y extraer el aire hacia el exterior. Si el área de moho en su hogar es grande, o si sospecha tener moho oculto, contacte a un profesional para su remoción.

Si encuentra moho en su lugar de trabajo, asegúrese de reportar la situación a los empleados adecuados y de que se tomen las acciones correspondientes, por personal propio o por contratistas externos, de acuerdo a la política de su empresa.