

Asthma Friendly Childcare ENVIRONMENT CHECKLIST

Child care centers have a great impact on a child with asthma. They spend almost as much time with you in this setting as they do in their own home environment. We want to help provide you with a simple sheet that guides you through a simple process to look at the environment to provide the healthiest environment for both the children in your care and your staff.

The items we ask you to look at will improve the air quality and environment for the children with asthma, allergies, and all other children in your care.

The Checklist is organized to help you look at your environment from all areas. This checklist covers the following allergens and irritants, which are commonly found in childcare settings.

Dust Mites

Triggers: Body parts and droppings.
Where Found: Highest levels found in mattresses and bedding. Also found in carpeting, curtains and draperies, upholstered furniture, and stuffed toys. Dust mites are too small to be seen with the naked eye and are found in almost every home.

Pests (such as cockroaches and rodents)

Triggers: Cockroaches – Body parts, secretions, and droppings.
Rodents – Hair, skin flakes, urine, and saliva.
Where Found: Often found in areas with food and water such as kitchens, bathrooms, and basements.

Warm-Blooded Pets(such as cats and dogs)

Triggers: Skin flakes, urine, and saliva.
Where Found: Throughout entire house, if allowed inside.

Mold

Triggers: Mold and mold spores which may begin growing indoors when they land on damp or wet surfaces.
Where Found: Often found in areas with excess moisture such as kitchens, bathrooms, and basements. There are many types of mold and they can be found in any climate.

Secondhand Smoke

Trigger: Secondhand smoke – Mixture of smoke from the burning end of a cigarette, pipe or cigar and the smoke exhaled by a smoker.
Where Found: Home or car where smoking is allowed.

Nitrogen Dioxide (combustion by-product)

Trigger: Nitrogen dioxide – An odorless gas that can irritate your eyes, nose, and throat and may cause shortness of breath.
Where Found: Associated with gas cooking appliances, fireplaces, woodstoves, and unvented kerosene and gas space heaters.

Name of Trigger	Where it Might be Found	Possible Solutions to Reduce or Eliminate	Action Steps Taken to Reduce Triggers
Smoke	Indoor the center any room	<ul style="list-style-type: none"> • Do not allow anyone to smoke anywhere in the facility • Do not allow smoking within 15 feet of any entry ways or open windows • Encourage staff who do smoke to not smoke in their vehicles during breaks • Encourage families to have smoke free homes and vehicles as well. EPA has "Smoke Free Home" Kits available on-line at no charge • Do not light candles of any kind in the center 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Center has a smoke free policy <input type="checkbox"/> No one is allowed to smoke within 15 feet of entry ways or open windows <input type="checkbox"/> Staff has been asked to smoke outdoors during breaks and off center grounds <input type="checkbox"/> Place smoke free signs in center <input type="checkbox"/> Ordered Smoke Free Home kits and distributed to all enrolled families <p>www.epa.gov/smokefree</p>
Dust Mites	On carpets, in upholstered furniture, in bedding and stuffed toys.	<ul style="list-style-type: none"> • Remove carpeting where ever possible • If carpeting can not be removed vacuum frequently using HEPA filtration vacuums • Wash all bedding weekly in hot water • Wash all stuffed toys weekly in hot water • Remove stuffed toys from sleeping areas • Store stuffed/cloth toys in plastic covered bins when not in use 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Center is carpet free <input type="checkbox"/> Remove carpeting where ever possible especially in sleeping areas <input type="checkbox"/> Purchase a HEPA filtration vacuum and use weekly <input type="checkbox"/> Remove stuffed toys from sleeping areas <input type="checkbox"/> Wash all bedding and stuffed toys in hot water weekly <input type="checkbox"/> Purchase covered plastic bins
Dust	In all areas of the center	<ul style="list-style-type: none"> • Wipe all flat surfaces down with a damp cloth daily • Keep clutter to a minimum • Keep closet doors closed • Dust ceiling fan blades using damp cloth weekly • Replace furnace filters monthly • Dust only when children are not present • Keep window coverings to a minimum and wash frequently 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Use a damp cloth or disinfecting wipes to wipe down dusty areas and toys <input type="checkbox"/> Furnace filters are replaced/washed monthly <input type="checkbox"/> If possible, replace curtains or drapes with vinyl, plastic, wood or aluminum blinds
Pests (cockroaches and rodents)	Kitchen area, bathrooms, basements and closets	<ul style="list-style-type: none"> • Dispose of unused and old cardboard • Keep kitchen area clean at all times • Clean up all spills immediately • Staff and children should eat only in designated areas of the facilities • Implement an integrated pest management (IPM) policy • Use gels, baits or other traps for pest control before sprays • Minimize use of aerosol sprays • Install doorsweeps and avoid propping doors open • Keep outdoor garbage bins away from the doors and away from the building • Repair all water leaks • Keep clutter to a minimum 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Place items that arrive in cardboard onto shelves or in plastic bins, dispose of cardboard <input type="checkbox"/> Store food in airtight containers <input type="checkbox"/> Keep garbage tightly sealed with a lid at all times and take out daily <input type="checkbox"/> Seal all cracks and holes in walls with caulk <input type="checkbox"/> Assign an IPM coordinator

Name of Trigger	Where it Might be Found	Possible Solutions to Reduce or Eliminate	Action Steps Taken to Reduce Triggers
Mold	Bathroom and/or kitchen areas	<ul style="list-style-type: none"> • Eliminate standing water • Seal all water leaks in facility • Keep humidity at appropriate level of 30%-50% • Wash molds off of hard surfaces • Use dehumidifier in basement during high humidity months or if area is damp • Vent clothes dryer to outside of facility • Empty and clean refrigerator and air conditioner drip pans regularly 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Use an exhaust fan or open window for good ventilation <input type="checkbox"/> Fix leaky plumbing <input type="checkbox"/> Remove cardboard from bathroom and kitchen areas <input type="checkbox"/> Seal all cracks and holes in bathroom and kitchen area with caulk <input type="checkbox"/> Wash any mold using a water and bleach solution leave area air dry
Pets	Throughout center	<ul style="list-style-type: none"> • Prohibit feather and fur bearing animals in the facility • Clean the living environments of cold-blooded animals, such as fish and reptiles, at least weekly • If feathered pets present, pet cages should be located far from the air vents • Clean cages/living environments when children are not present • Eliminate any order pet may cause 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> If possible, remove pet from facility or keep outside <input type="checkbox"/> Keep pet out of children's sleeping area and off furniture <input type="checkbox"/> Vacuum carpeted areas regularly <input type="checkbox"/> Clean cages and living environments (i.e. fish tanks, reptile tanks etc.) weekly
Odors	Kitchen, bathroom, all other areas of facility	<ul style="list-style-type: none"> • Recommend staff use unscented personnel hygiene products (soaps, perfumes, lotions etc.) • Dilute cleaning supplies in water • Do not use aerosol products • Use unscented cleaning supplies • Prohibit use of scented candles or room fresheners within facility • Remove spray air freshener products from the facility 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Dilute cleaning supplies, especially bleach to 1 part cleaning solution to 10 parts water <input type="checkbox"/> Purchase unscented cleaning supplies <input type="checkbox"/> Remove all air freshener products from the facility; areas such as closets, bathrooms, and offices <input type="checkbox"/> Use cleaning products when children are not present

Cuidados Esenciales para Niños con Asma

LISTA DE CONTROL PARA EL AMBIENTE

Las guarderías y centros de cuidado para niños tienen un gran impacto en niños con asma. Ellos pasan casi tanto tiempo en estos lugares como en su propio hogar. Nosotros deseamos ayudarlos por un proceso para que noten su ambiente y le permita ofrecer a estos niños y a su personal, el ambiente más saludable posible.

Los puntos más importantes que deseamos que usted revise, ayudarán a mejorar la calidad del aire y del ambiente para niños con asma, alergias y todos aquellos niños bajo su cuidado.

Esta lista está formulada de tal manera que usted puede revisar el entorno desde todas las áreas. Esta lista cubre los siguientes alérgenos e irritantes, que son encontrados frecuentemente en lugares en donde se cuida a niños.

Ácaros de Polvo

Desencadenantes: Partes del cuerpo y excremento de animales.

Encontrados en: En su mayoría en colchones y ropa de cama. También en alfombras, cortinas, muebles tapizados y muñecos de felpa. Los ácaros de polvo son muy pequeños para ser observados a simple vista y se encuentran en prácticamente todas las casas. .

Animales (tales como cucarachas y roedores)

Desencadenantes: Partes del cuerpo, secreciones y excremento de cucarachas.

Pelo, caspa, orina y saliva de roedores.

Encontrados en: Frecuentemente encontrados en áreas con comida y agua como cocinas, baños y sótanos.

Animales de Sangre Caliente (tales como perros y gatos)

Desencadenantes: Caspa, orina y saliva

Encontrados en: En toda la casa si se permite a los animales estar sueltos y en todas partes.

Moho

Desencadenantes: Moho y esporas de moho que comienzan su crecimiento dentro de casa al caer en superficies húmedas o mojadas.

Encontradas en: Frecuentemente en áreas con exceso de humedad como cocinas, baños y sótanos. Existen muchos tipos de moho y pueden ser encontrados en cualquier clima.

Humo de Segunda Mano

Desencadenante: *Humo de segunda mano* – Mezcla del humo encontrado en la punta de un cigarrillo, pipa o puro encendido y el humo exhalado por el fumador.

Encontrado en: Casas o automóviles en donde es permitido fumar.

Dióxido de Nitrógeno (subproducto de combustión)

Desencadenante: Dióxido de Nitrógeno – Gas sin olor que puede irritar los ojos, nariz y garganta y puede causar dificultad para respirar.

Encontrado en: Se asocia con aparatos de gas utilizados para cocinar, chimeneas, hornos de leña, kerosén no ventilado y calentadores de gas.

Nombre del Desencadenante	Lugar donde puede ser encontrado	Posibles soluciones para eliminarlo o reducirlo	Pasos para reducir los desencadenantes
Humo	En el interior de cualquier habitación de la guardería	<ul style="list-style-type: none"> • No permita que nadie fume en la guardería • No permita que nadie fume a 15 pies o menos de entradas o ventanas abiertas. • Estimule a su personal que fuma a no fumar en su vehículo en los ratos de descanso. • Anime a las familias a no fumar en sus casas o vehículos. EPA tiene “Smoke Free Home Kits” (“Herramientas Para un Lugar Libre de Humo”) disponibles en el Internet y de forma gratuita. • No encienda candelas de ningún tipo en la guardería. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> La guardería cuenta con una política de no fumar <input type="checkbox"/> No está permitido que nadie fume a 15 pies de corredores de entrada o ventanas abiertas <input type="checkbox"/> Se le ha pedido al personal que fume afuera y en áreas alejadas de la guardería durante los recesos <input type="checkbox"/> Coloque letreros de no fumar en la guardería <input type="checkbox"/> Ordene “Smoke Free Home kits” y distribúyalos a todas las familias inscritas en la guardería www.epa.gov/smokefree
Ácaros de Polvo	En alfombras, muebles tapizados, ropa de cama y muñecos de felpa.	<ul style="list-style-type: none"> • Remueva las alfombras de donde sea posible • Si no puede quitar las alfombras, aspírelas frecuentemente usando aspiradoras con filtros HEPA • Lave la ropa de cama semanalmente con agua caliente. • Lave todos los muñecos de felpa con agua caliente semanalmente. • Retire muñecos de felpa de las áreas de dormir • Guarde juguetes de felpa y ropa en contenedores cerrados cuando no se estén usando 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> La guardería no tiene alfombras <input type="checkbox"/> Retire las alfombras de todo lugar posible especialmente de las áreas de dormir <input type="checkbox"/> Compre una aspiradora con filtro HEPA <input type="checkbox"/> Retire juguetes de felpa o peludos de las áreas de dormir <input type="checkbox"/> Lave toda la ropa de cama y juguetes de felpa con agua caliente, semanalmente <input type="checkbox"/> Adquiera contenedores de plástico y con tapadera
Polvo	En todas las áreas de la guardería	<ul style="list-style-type: none"> • Limpie todas las superficies con un paño húmedo diariamente • Mantenga el desorden al mínimo • Mantenga los closets o armarios cerrados • Sacuda las aspas de los ventiladores de techo con un paño mojado, semanalmente • Reemplace los filtros de calentadores y hornos mensualmente • Sacuda sólo cuando los niños no estén presentes • Mantenga el menor número de cobertores de ventanas posible y lávelos frecuentemente 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Use un paño húmedo o paños desinfectantes para limpiar todas las áreas y juguetes <input type="checkbox"/> Filtros de calentadores u hornos son reemplazados o lavados mensualmente <input type="checkbox"/> Si es posible, reemplace cortinas de tela con persianas de vinilo, madera o aluminio.

Nombre del Desencadenante	Lugar donde puede ser encontrado	Posibles soluciones para eliminarlo o reducirlo	Pasos para reducir los desencadenantes
Animales(cucarachas y roedores)	Cocina, baños, sótanos y armarios.	<ul style="list-style-type: none"> • Deshágase de cajas de cartón que no estén en uso • Mantenga la cocina siempre limpia Limpie cualquier derrame inmediatamente • El personal y los niños deben comer únicamente en las áreas designadas para comer • Implemente una política de manejo integrado de las plagas (en inglés "integrated pest management (IPM) policy") • Use gels, carnadas, señuelos u otro tipo de trampas para el control de plagas antes de usar aerosoles • Reduzca el uso de aerosoles • Instale protectores de puertas y evite mantener puertas abiertas • Mantenga bolsas de basura alejadas de las puertas y del edificio • Repare todas las goteras • Mantenga el desorden al mínimo 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Coloque aquellos artículos que llegan en cajas de cartón, en estanterías o contenedores de plástico y tire las cajas de cartón a la basura <input type="checkbox"/> Almacene la comida en contenedores sellados <input type="checkbox"/> Mantenga la basura completamente cerrada y sáquela todos los días <input type="checkbox"/> Selle cualquier grieta o agujero de las paredes con masilla <input type="checkbox"/> Asigne un coordinador de IPM
Moho	Áreas de baños y/o cocina	<ul style="list-style-type: none"> • Elimine el agua estancada • Repare cualquier gotera presente en la guardería • Mantenga la humedad a un nivel apropiado de 30%-50% • Lave y quite el moho de cualquier superficie • Use deshumidificadores en sótanos durante los meses de humedad o si el área es húmeda todo el tiempo • Procure que la secadora de ropa tenga ventilación hacia afuera del edificio • Vacíe y limpie el refrigerador y goteras del aire acondicionado regularmente 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Use un ventilador o ventana abierta para buena ventilación <input type="checkbox"/> Arregle cualquier gotera o tubería dañada <input type="checkbox"/> Retire cajas de cartón de la cocina y baños <input type="checkbox"/> Selle todas las grietas y agujeros de la cocina y baños con masilla <input type="checkbox"/> Lave el moho usando una solución de agua y cloro y deje que el área se seque al aire
Animales	En la guardería	<ul style="list-style-type: none"> • Prohíba la entrada de animales peludos o con plumas a la guardería • Limpie las jaulas o lugares de estar de animales de sangre fría como peces y reptiles, al menos semanalmente • Si tienen animales con plumas, las jaulas deben estar localizadas lejos de ventiladores de aire • Limpie las jaulas y lugares de estar cuando los niños no estén presentes 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Si es posible, no tenga animales en la guardería o manténgalos afuera <input type="checkbox"/> Mantenga las mascotas alejadas del área de dormir de los niños, así como de los muebles <input type="checkbox"/> aspire áreas con alfombra regularmente <input type="checkbox"/> Limpie jaulas y lugares de estar de animales (tanques para peces, para reptiles, etc.) semanalmente
Olores	Cocina, baños y todas las áreas de la guardería	<ul style="list-style-type: none"> • Recomiende a su personal, usar productos de higiene personal sin olor (jabones, perfumes, lociones, etc.) • Diluya líquidos de limpieza en agua • No use productos en aerosol • Use líquidos de limpieza sin olor • Prohíba el uso de velas de olor o aerosoles para refrescar el ambiente, en la guardería 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Diluya los líquidos de limpieza, especialmente el cloro, usando una parte de líquido y 10 partes de agua <input type="checkbox"/> Adquiera líquidos de limpieza sin olor <input type="checkbox"/> Retire todos los productos ambientales de la guardería <input type="checkbox"/> Use productos de limpieza cuando los niños no estén presentes