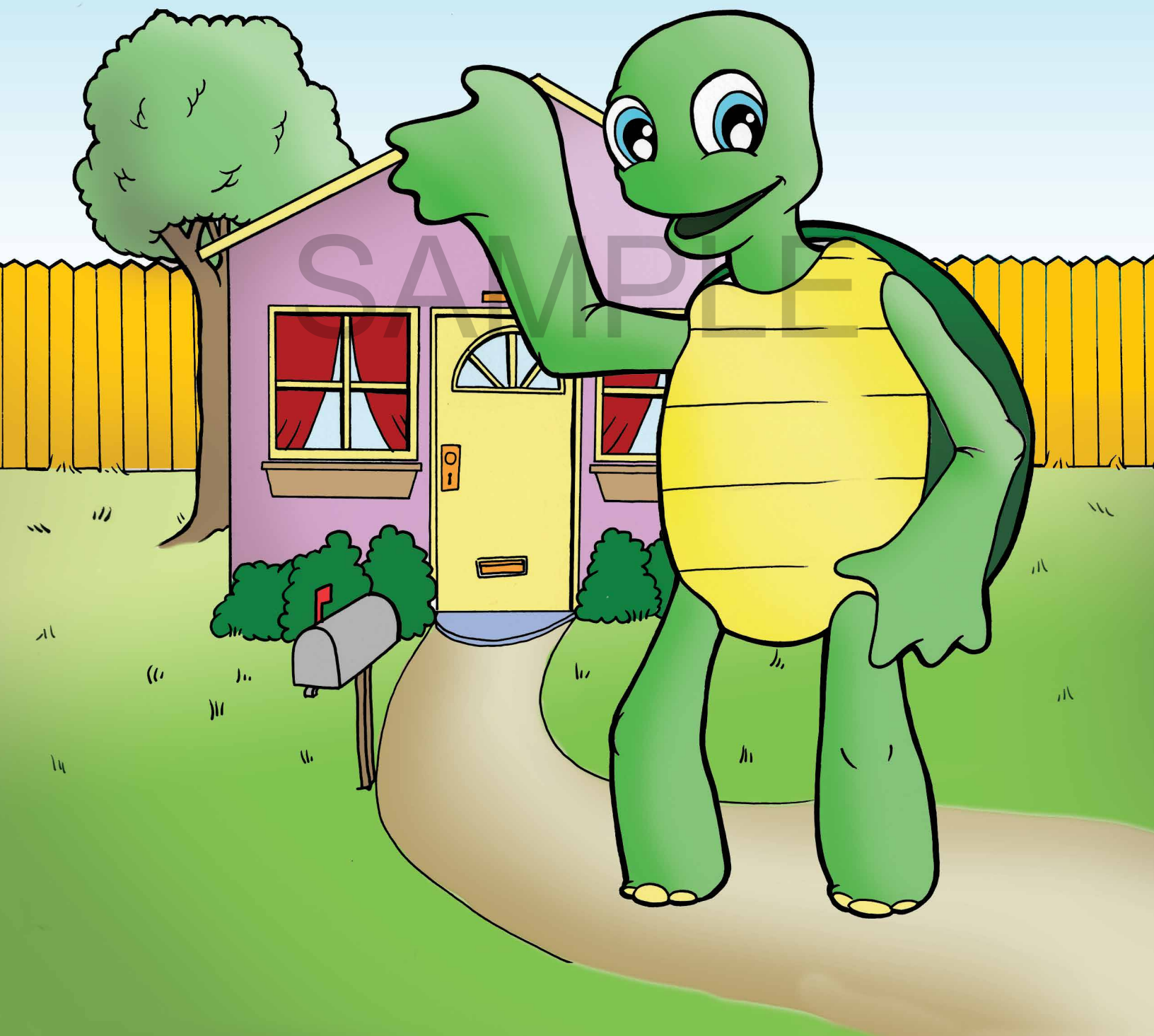


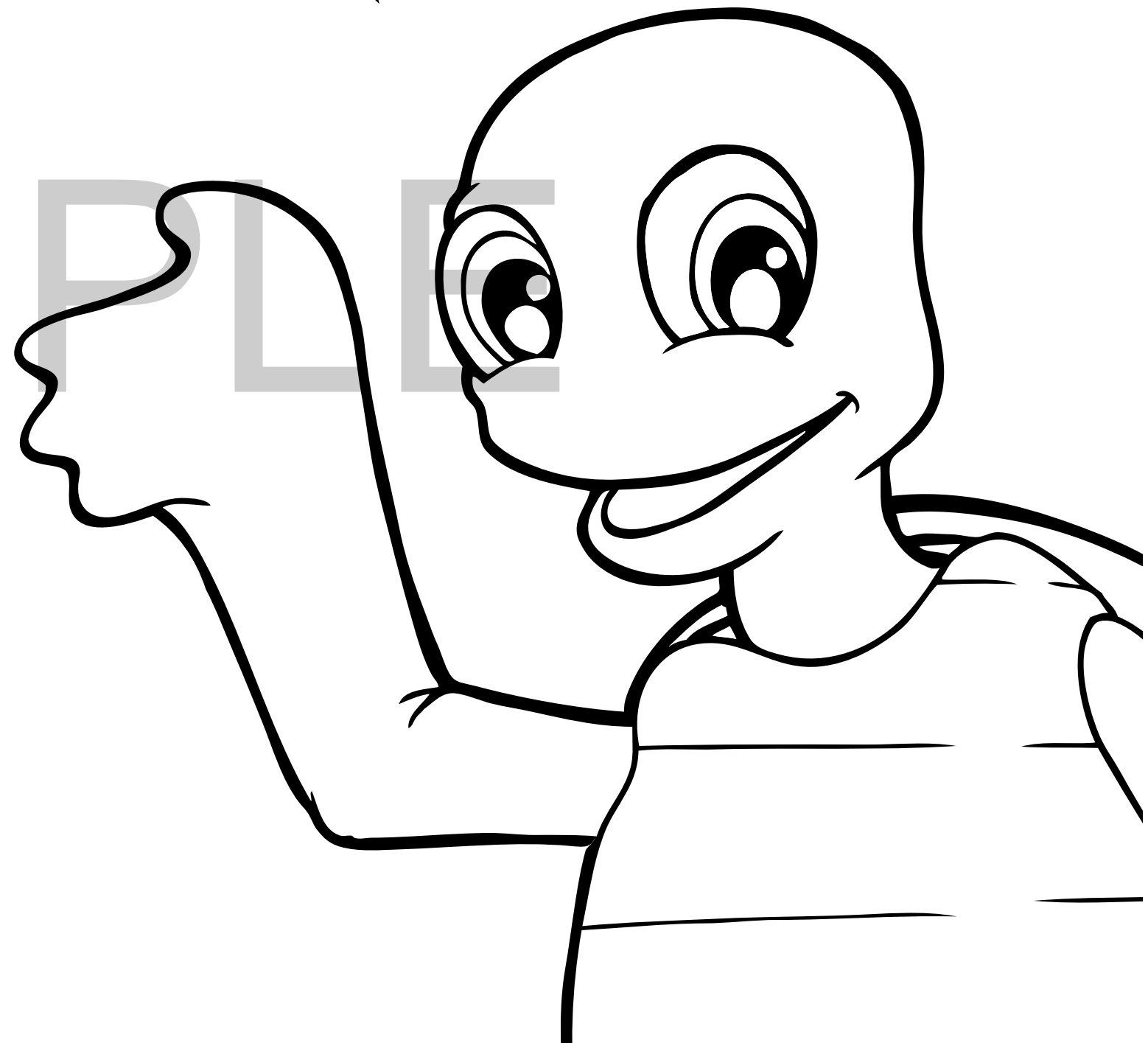
GUÍA DE TIMMY LA TORTUGA PARA


UN HOGAR FELIZ Y SALUDABLE



Hola, me llamo Timmy la Tortuga.
¿Sabías que tu casa podría hacerte
toser, estornudar o enfermarse?

SAMPLE





La mejor manera de
mantener la casa
saludable es
¡Mantenerla limpia!



**¡Aspira el
pelo de la
mascota!**



**¡Limpia los
derrames!**



**¡Barre el
polvo!**

¡TEN CUIDADO!

Los productos de
limpieza o sus vapores
pueden enfermarte
y lastimarte.

Nunca los toques a
menos que tus padres
te den permiso.



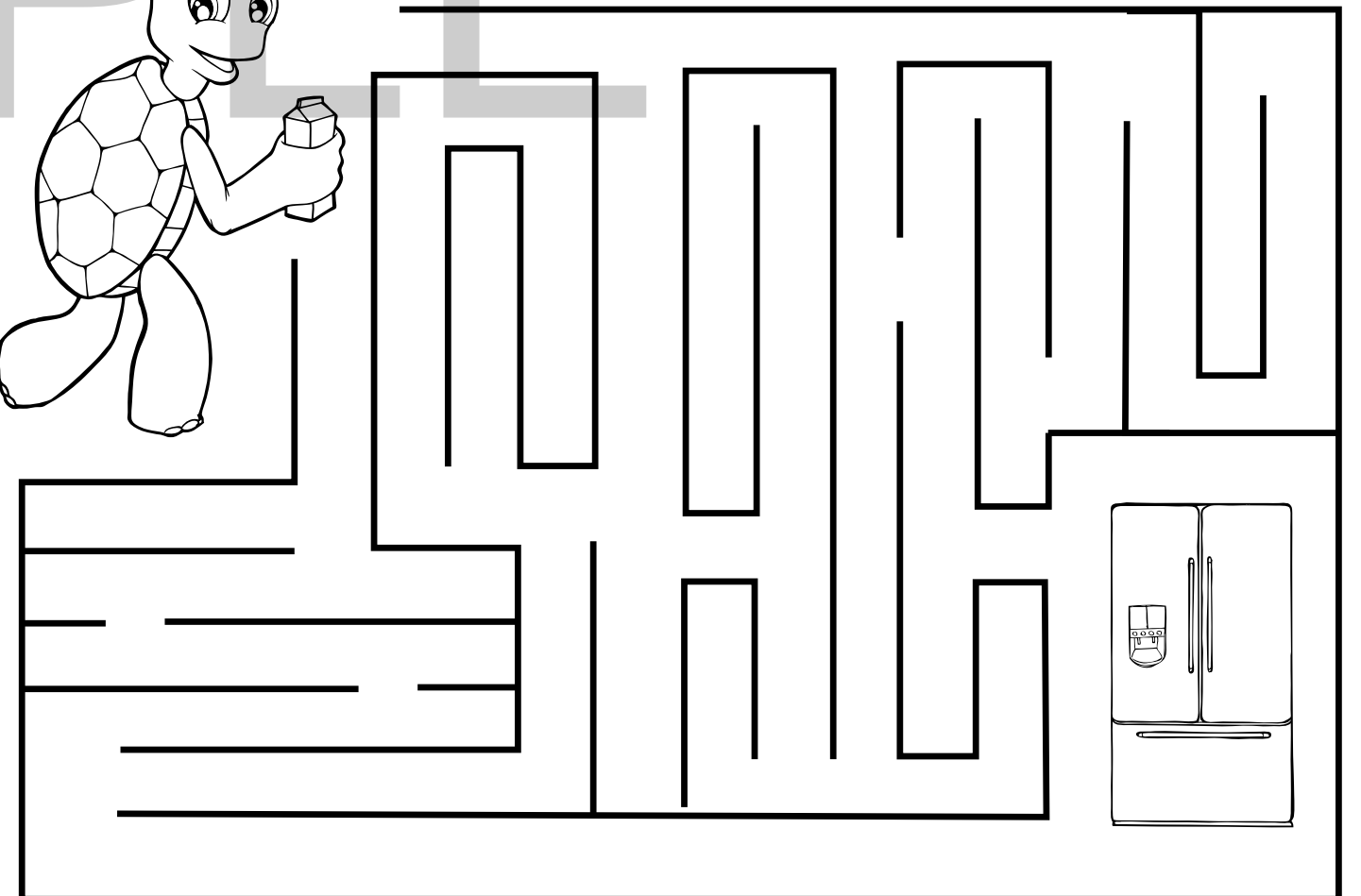
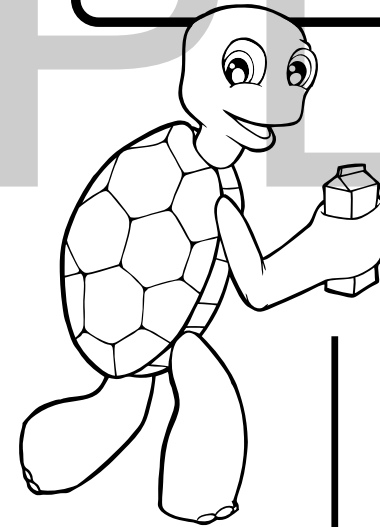
Cuando tu casa está sucia,
los insectos y ratones se
acercan y te hacen enfermar.
¡Fuera de aquí, alimañas!



Siempre límpiarte los
pies y quítate los
zapatos antes de
entrar. Tus zapatos
pueden traer
suciedad y sustancias
químicas nocivas.



Si dejas la comida fuera, podrías atraer
insectos. ¿Puedes ayudar a Timmy a poner la
leche en el refrigerador?



Avisa a tus padres si ves pintura descascarada. Nunca te lleves las cascaritas de pintura a la boca.

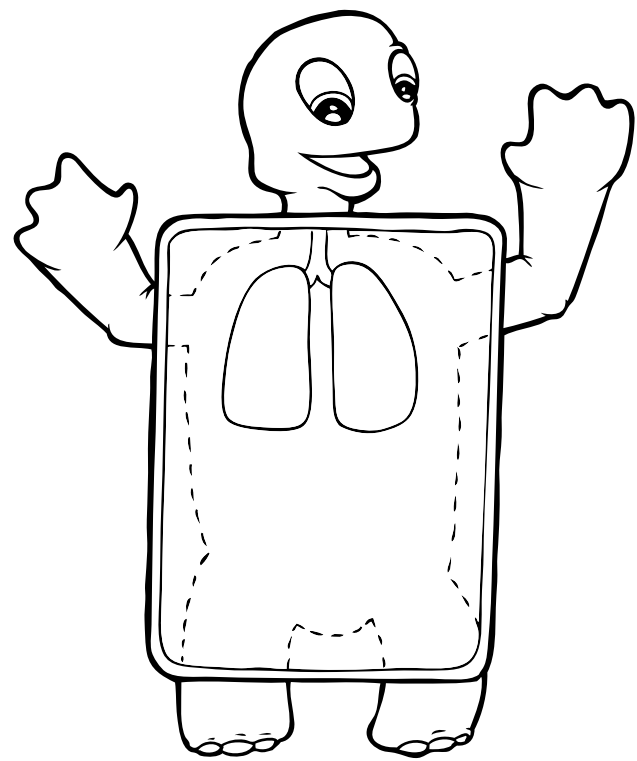


¡Usa una esponja limpia para secar los derrames!



¿Puedes encontrar las 8 esponjas que hay en la cocina?

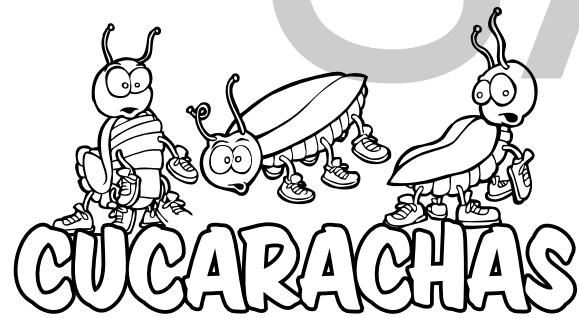
Es muy importante mantener la casa limpia si tienes asma.



El asma es una enfermedad que te dificulta la respiración. Las cosas que hacen que tu asma se manifieste se conocen como desencadenantes del asma. Éstos son algunos desencadenantes comunes del asma:



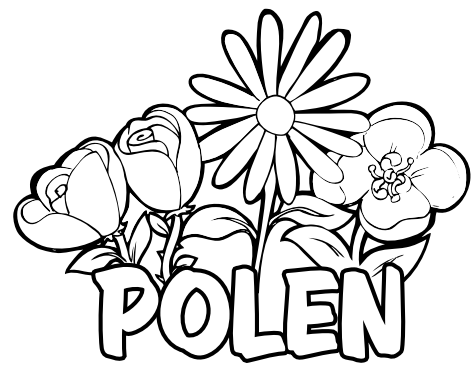
MASCOTAS



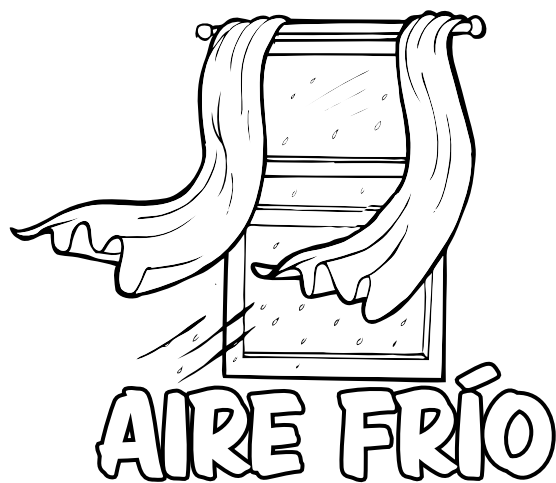
CUCARACHAS



ÁCAROS DEL POLVO



POLLEN

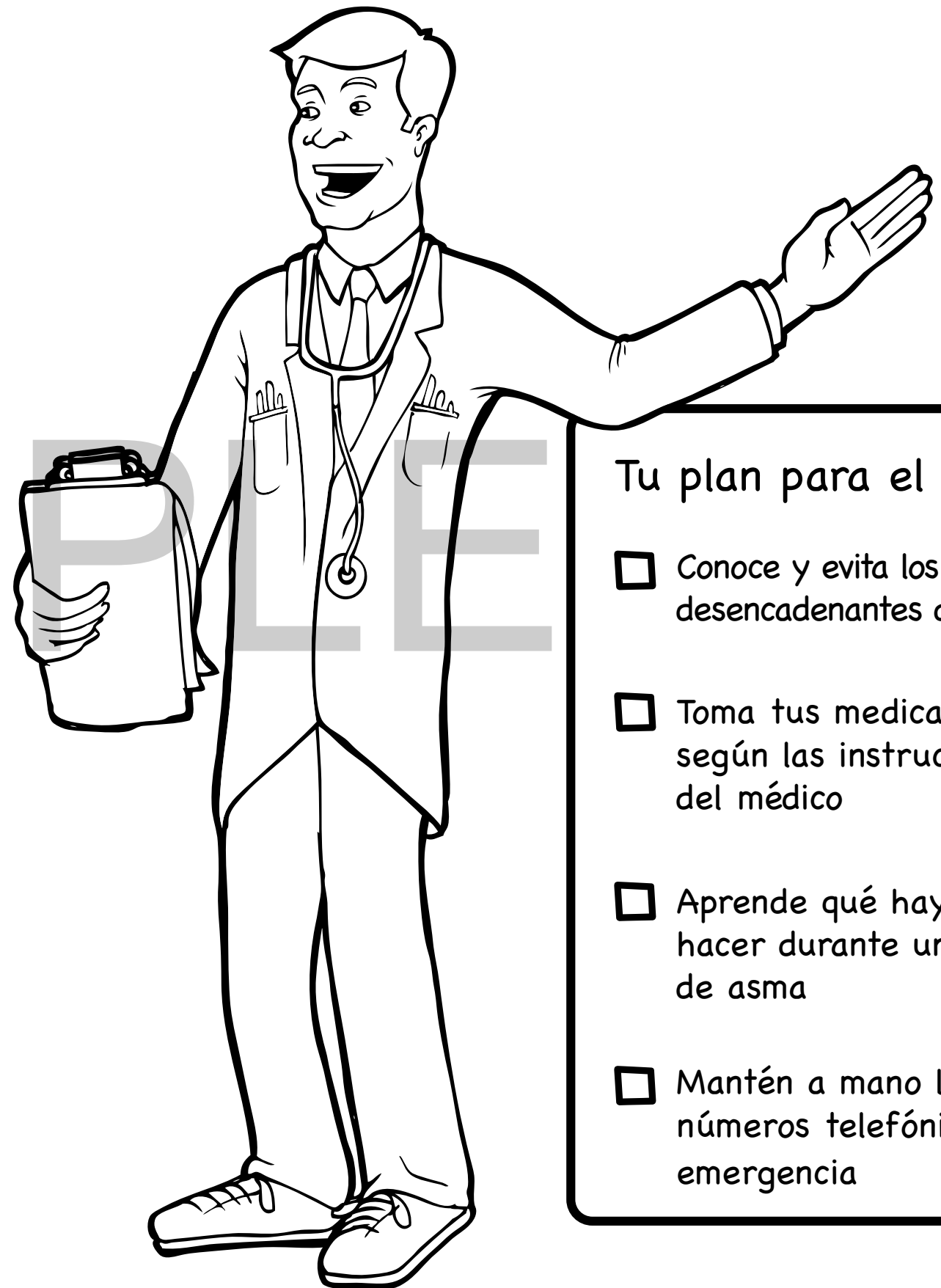


AIRE FRÍO



HUMO

Si tienes asma, el médico hará un plan de tratamiento solo para ti.



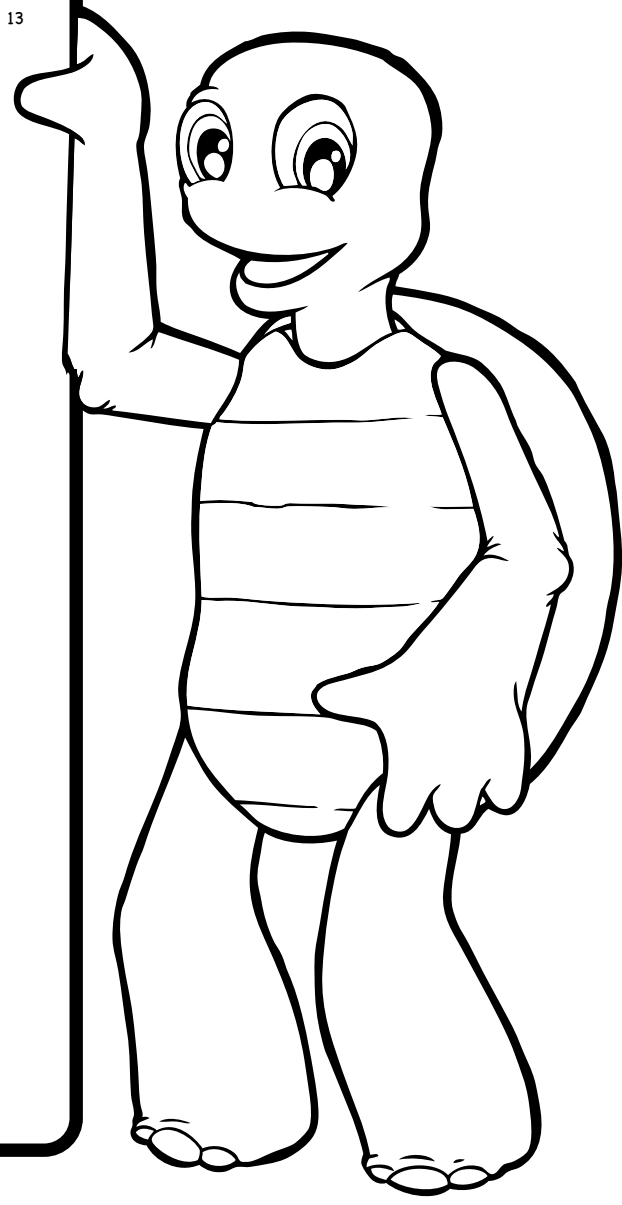
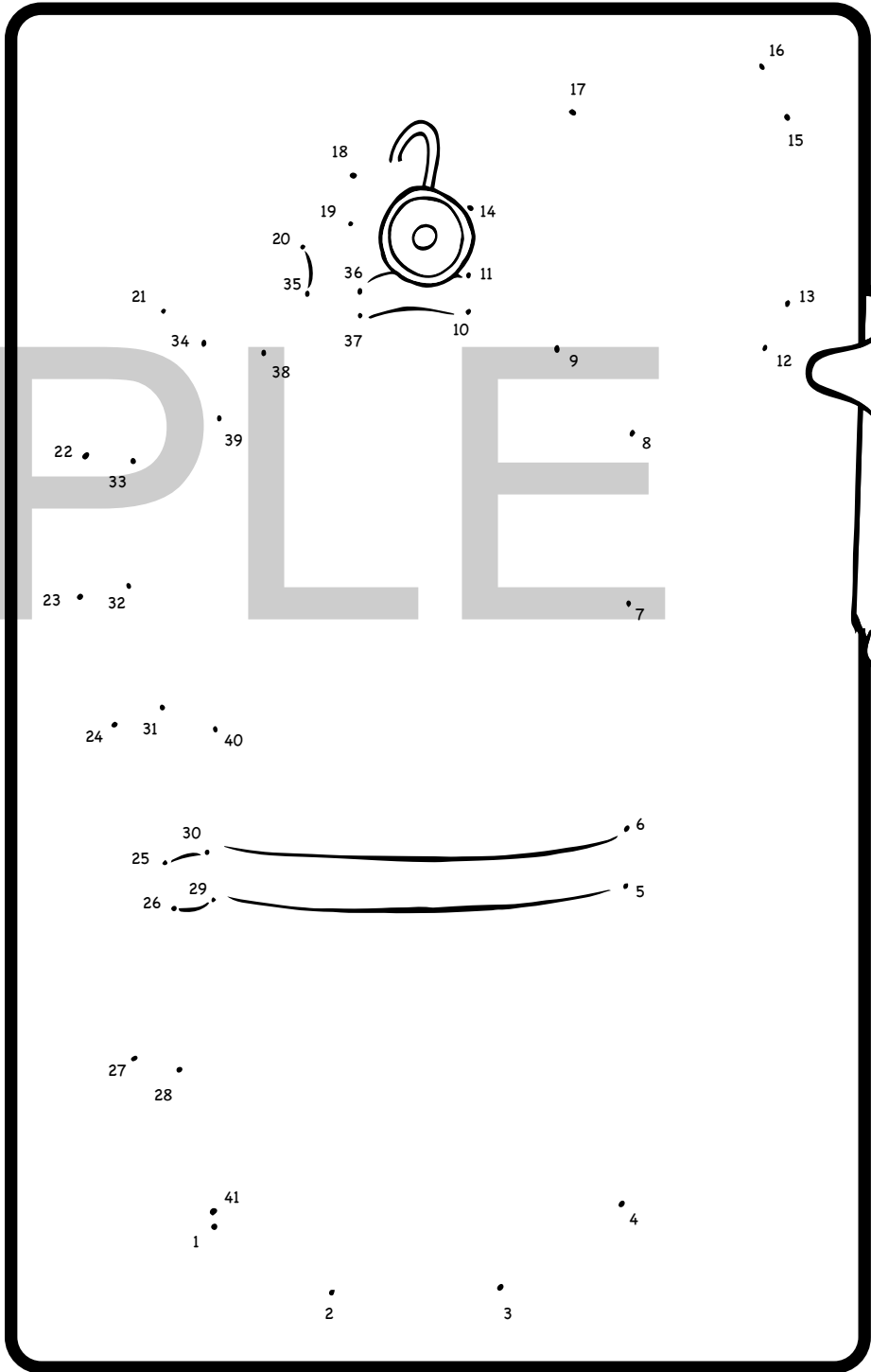
Tu plan para el asma

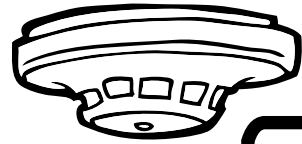
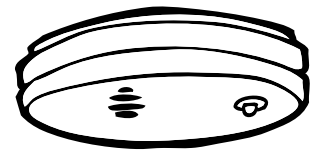
- Conoce y evita los desencadenantes del asma
- Toma tus medicamentos según las instrucciones del médico
- Aprende qué hay que hacer durante un ataque de asma
- Mantén a mano los números telefónicos de emergencia

Siempre ten cuidado cuando estés cerca del calor y el fuego.

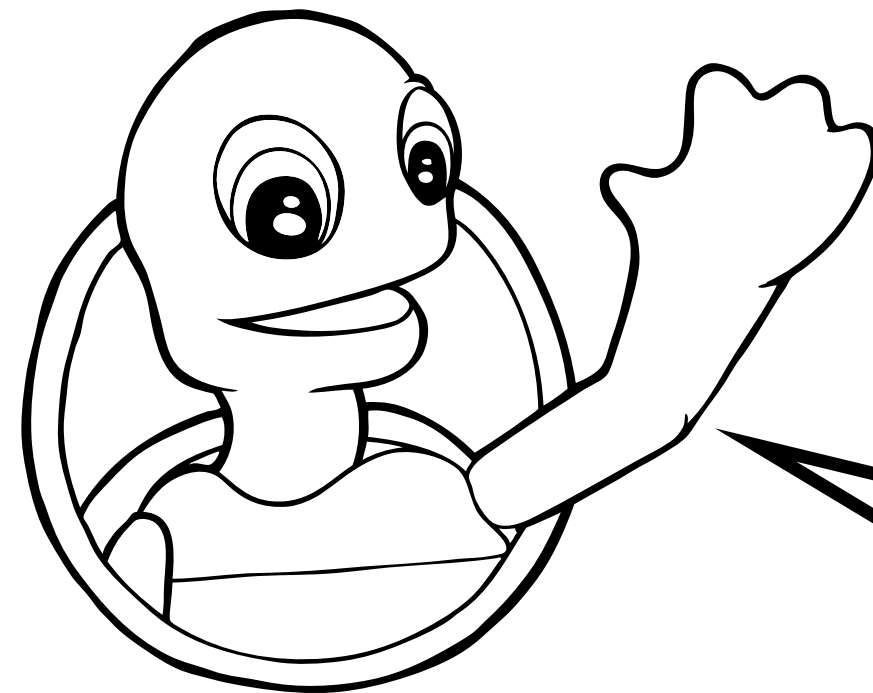
NUNCA juegues con fósforos. Y no juegues cerca de la chimenea, la estufa o el calentador.

Aquí hay algo muy importante sobre seguridad contra incendios. ¡Conecta los puntos para averiguar qué es!

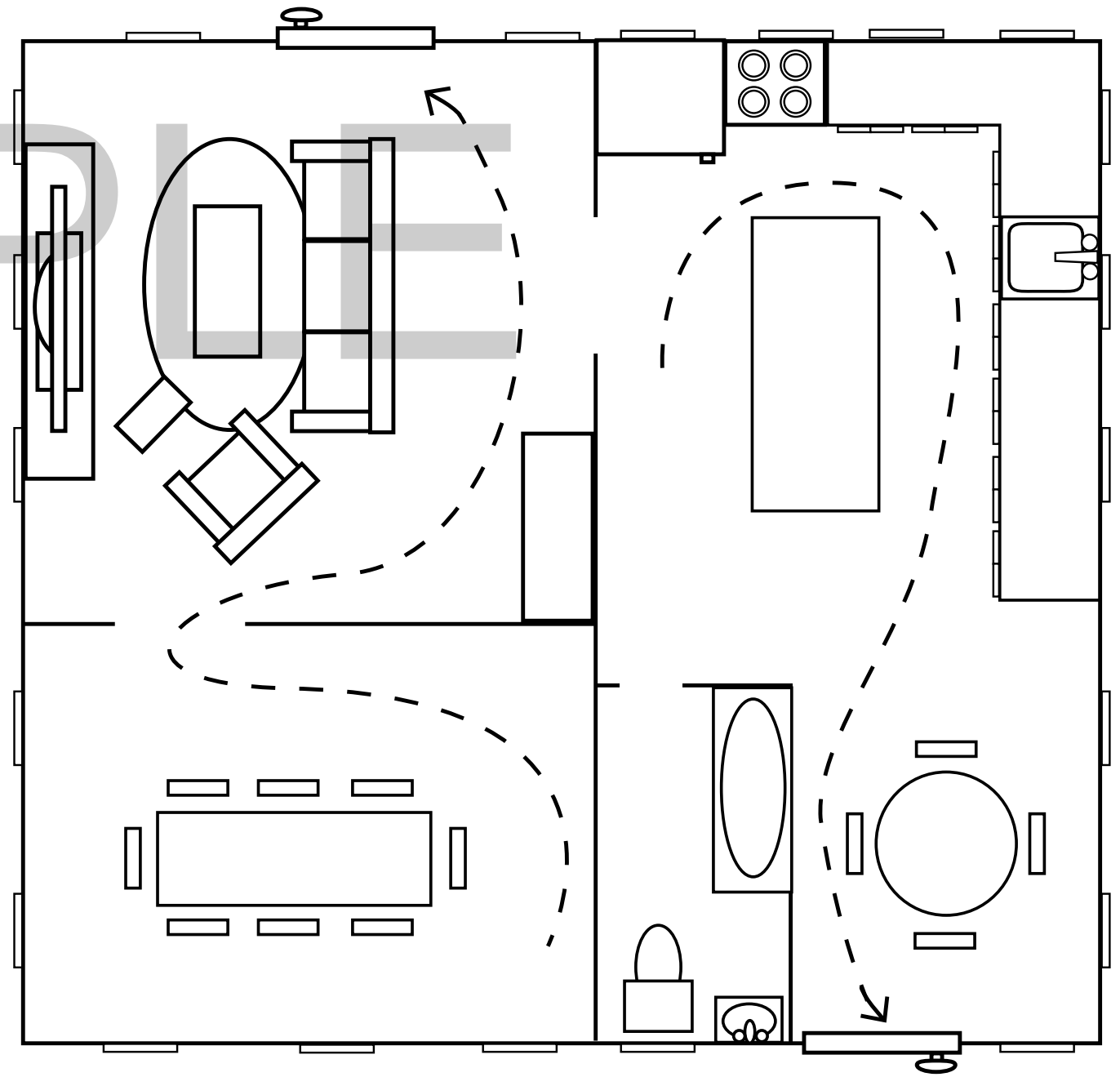




Debes tener
alarmas contra
incendios y alarmas
contra monóxido de
carbono en casa.

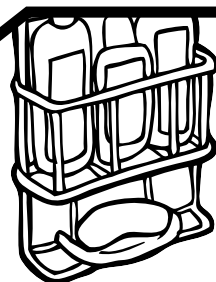


Los niños y los
padres deben
hacer un plan
de evacuación
en caso de que
se dispare una
alarma.

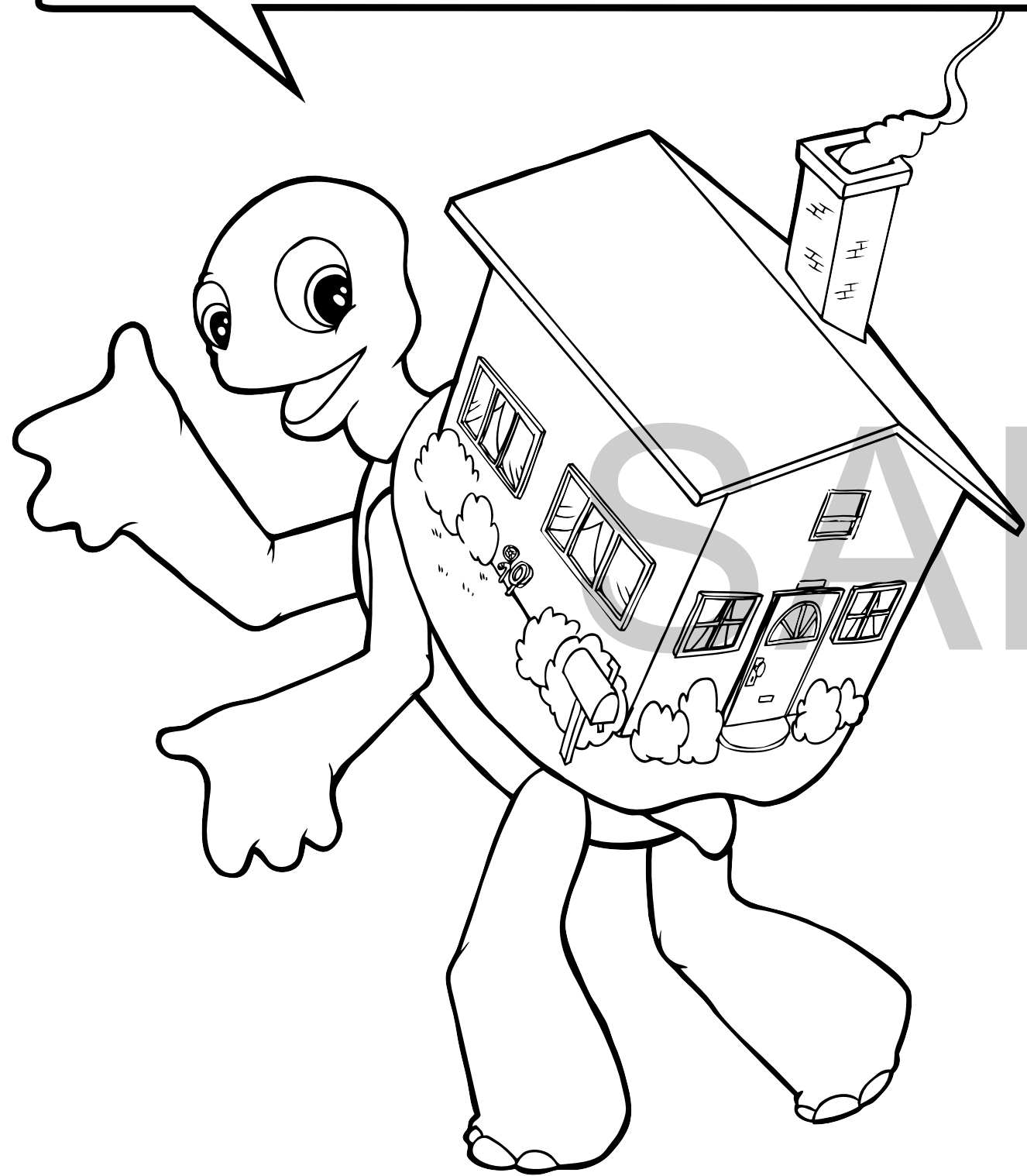


Avisa a tus padres si ves grifos que gotean o desagües obstruidos en casa. También avisa si ves moho.

Los ratones y alimañas prefieren los lugares sucios. Limpia tu habitación para que no se metan allí.



¡Adiós, niños! Y recuerden ...
¡una casa limpia es una casa saludable!



SAMPLE



SAMPLE

©2026 The Education & Outreach Company. Todos los derechos reservados.
www.educationandoutreach.com