

# Guia para uma Casa Saudável: o que saber antes de se mudar

Para ajudar compradores e locatários a mudar-se para uma casa segura, este guia fornece informações sobre:

- |                      |                                  |
|----------------------|----------------------------------|
| 1. Água potável      | 7. Pragas                        |
| 2. Sistemas sépticos | 8. Monóxido de carbono           |
| 3. Chumbo            | 9. Qualidade do ar externo       |
| 4. Radônio           | 10. Locais de resíduos perigosos |
| 5. Amianto           | 11. Padrões de doenças           |
| 6. Mofo              |                                  |

## Resumo da lista do que fazer:

✓ Pergunte ao atual proprietário:

- De onde vem a água potável (fonte de água pública ou poço privado)
- Se há algum filtro de água ou sistema de filtragem na casa
- Onde as águas dos esgotos são tratadas (esgotos públicos ou rede séptica no local)
- Para ver os registros de bombeamento/inspeção do sistema séptico no local (se aplicável)
- Se há tinta com chumbo, linha de serviço com chumbo e a idade do prédio
- Se foi feito o testes de radônio
- Se os materiais de construção contêm amianto
- Se há vazamentos de água ou problemas de umidade conhecidos
- Para ver o histórico de manutenção dos sistemas de aquecimento e dos aparelhos que queimam combustível
- Riscos ambientais conhecidos na área

✓ Investigue as condições ambientais

- Qualidade da água potável
- Qualidade do ar externo
- Locais de resíduos perigosos
- Linhas elétricas de alta tensão nas proximidades

✓ Considere fazer os testes de:

- Qualidade da água (se for um poço privado)
- Chumbo
- Radônio (radão, radónio ou rádon)
- Amianto (se necessário)

# Água Potável



## De onde vem minha água potável?

- Os sistemas públicos de abastecimento de água fornecem água a muitas pessoas regularmente. Servem cerca de 90% dos habitantes de Massachusetts.
- Outros residentes utilizam um poço privado. Os poços privados fornecem água a um número menor de pessoas (normalmente apenas uma casa).



## A minha água potável pública é segura?

Por lei, os fornecedores de água pública devem fazer testes regulares para verificar se bactérias e contaminantes estão presentes na água. O Departamento de Proteção Ambiental de Massachusetts (MassDEP, na sua sigla em Inglês) verifica se os fornecedores cumprem os padrões rigorosos de qualidade da água.



## A água do meu poço privado é segura?

Os poços privados podem ser contaminados por substâncias naturais (p. ex., bactérias, radônio, arsênico), atividades industriais próximas, aterros sanitários, escoamentos urbanos ou atividades residenciais (p. ex., fertilizantes). Alguns contaminantes tóxicos não têm sabor, cheiro ou cor. O proprietário da casa é responsável por testar o poço privado.



## O que posso fazer?

1. Se sua casa tem uma fonte de água pública, consulte as informações sobre a qualidade da água:
  - Relatórios de Confiança do Consumidor: <http://water.epa.gov/drink> ou do seu departamento de água ou fornecedor de água local.
2. Se a casa tem um poço privado, teste a água antes de comprar ou alugar a casa. Encontre informações sobre os testes no MassDEP em <http://www.mass.gov/eea/agencies/massdep/water/drinking/protect-your-family-a-guide-to-water-quality-testing-f.html>



## Onde posso encontrar mais informações?

1. Departamento de Proteção Ambiental de Massachusetts:
  - Program.director-dwp@mass.gov, 617-292-5770
  - [www.mass.gov/eea/agencies/massdep/water/drinking/](http://www.mass.gov/eea/agencies/massdep/water/drinking/)
2. Agência de Proteção Ambiental dos EUA:
  - Linha Direta sobre a Água Potável Segura: 1-800-426-4791
  - <http://water.epa.gov/drink>

# Sistemas Sépticos



## O que são os sistemas sépticos?

Cerca de 1 em 4 casas de Massachusetts tem um sistema de águas residuais no local (sistema séptico). Outras casas são servidas por esgotos públicos. Os sistemas sépticos utilizam a terra do campo de drenagem para tratar e eliminar as águas residuais das casas.



## Quais são os sinais de falha de um sistema séptico?

É responsabilidade do proprietário manter e consertar o sistema séptico local. Os sinais de falha do sistema séptico incluem:

- Empoçamento de águas residuais na superfície do solo (na superfície do campo de drenagem), especialmente após tempestades
- Crescimento de vegetação exuberante na superfície do solo (acima do campo de drenagem)
- Refluxos nos esgotos da casa, ralos ou esgotos que drenam lentamente ou cheiro de esgoto



## Quais são os riscos da falha de um sistema séptico?

Uma falha do sistema séptico pode contaminar a água potável, disseminar doenças e prejudicar o ambiente. Também pode diminuir o valor da propriedade e os reparos podem ser dispendiosos.



## O que posso fazer?

1. Pergunte ao proprietário se a casa utiliza um sistema séptico. (Uma casa com um poço privado provavelmente também tem um sistema séptico) Em caso afirmativo:
  - Obtenha uma cópia do Relatório de Inspeção do Sistema Título 5 e revise-o.
  - Descubra a localização do sistema séptico e do campo de drenagem. Árvores, carros e a drenagem de água (p. ex., água das calhas do telhado) devem ser afastados do campo de drenagem.
  - Peça os registros de bombeamento/inspeção do sistema. As fossas sépticas devem ser bombeadas pelo menos de 3 em 3 anos ou conforme exigido pelo Conselho de Saúde local.
  - Substitua o sistema séptico, se necessário. Apenas um Engenheiro Profissional (PE, na sua sigla em Inglês) ou Técnico Sanitário Registrado (RS, na sua sigla em Inglês) pode projetar um novo sistema.
  - Ligue para o Conselho de Saúde local (a principal autoridade de fiscalização de sistemas sépticos) para garantir que todos os formulários do Título V relacionados a sistemas sépticos foram preenchidos e revistos.



## Onde posso encontrar mais informações?

1. MassDEP: <http://www.mass.gov/eea/agencies/massdep/water/wastewater/septic-systems-title-5.html>
2. Agência de Proteção Ambiental (EPA, na sua sigla em Inglês): <https://www.epa.gov/septic>
3. Contate o Conselho de Saúde local para obter informações sobre sistemas sépticos.

# Chumbo



## Como o chumbo afeta a saúde?

O chumbo é um metal que pode danificar o cérebro, os rins e o sistema nervoso. Crianças pequenas e mulheres grávidas são as pessoas mais vulneráveis aos efeitos do chumbo na saúde.



## Como eu poderia ser exposto ao chumbo?

1. A **tinta** na maioria das casas construídas antes de 1978 contém chumbo. A tinta lascada ou descascada ou o pó proveniente de reformas pode causar exposição ao chumbo.
2. A **água** potável pode ser contaminada com chumbo através de 1) canos ou canalizações na casa, 2) a linha de serviço que liga a casa ao fornecimento de água na rua.
3. O **solo** pode ser contaminado por chumbo perto de edifícios antigos, por tinta com chumbo no exterior, perto de estradas (devido à utilização histórica de gasolina com chumbo) ou por fontes industriais.



## O que posso fazer?

### 1. Tinta de chumbo:

- O proprietário deve informá-lo sobre quaisquer riscos conhecidos relacionados a tintas de chumbo e inspeções, e fornecer informações de conformidade para casas construídas antes de 1978. Se a casa não tiver sido testada e tiver sido construída antes de 1978, faça o teste na casa.

### 2. Água potável:

- Teste a água.
- Peça ao departamento de água local informações sobre as tubulações de serviço da casa e sobre a substituição de canos de chumbo.
- Se você é o proprietário da casa, pense em substituir os canos de água de chumbo.

### 3. Solo: Teste o solo ou considere formas de reduzir a sua exposição (por exemplo, utilizar solo novo para vegetais em vasos e areia limpa numa caixa de areia para brincar ao ar livre).



## Onde posso encontrar mais informações?

1. EPA: [www.epa.gov/lead](http://www.epa.gov/lead)
2. Programa de Prevenção Contra Intoxicação por Chumbo na Infância do Departamento de Saúde Pública de Massachusetts (MDPH, na sua sigla em Inglês): 1-800-532-9571
  - [www.mass.gov/dph/clppp](http://www.mass.gov/dph/clppp)
  - [www.mass.gov/dph/lead-sources](http://www.mass.gov/dph/lead-sources)
3. Lei do Chumbo de Massachusetts:  
<http://www.mass.gov/eohhs/gov/departments/dph/programs/environmental-health/exposure-topics/lead/lead/>
4. Monitorização da Saúde Pública Ambiental de Massachusetts (MA EPHT, na sua sigla em Inglês: [https://matracking.ehs.state.ma.us/Health-Data/Childhood\\_Blood\\_Lead\\_Levels.html](https://matracking.ehs.state.ma.us/Health-Data/Childhood_Blood_Lead_Levels.html)) (ver Relatório de Progresso da Comunidade)
5. MassDEP: [www.mass.gov/eea/agencies/massdep/water/drinking/](http://www.mass.gov/eea/agencies/massdep/water/drinking/)

# Radônio (Rádon, Radão ou Radónio)



## O que é radônio?

O radônio é um gás radioativo invisível e sem cheiro. O gás de radônio vem do solo e pode infiltrar-se numa casa através de fissuras nos alicerces. Dentro de uma casa, o gás de radônio pode infiltrar-se no ar que você respira e ficar retido. Embora a maior parte do gás de radônio de uma casa venha do solo, também pode ser transportado pelo ar na água de um poço privado da casa.



## Estou sendo exposto ao radônio?

Em média, 1 em 4 casas de Massachusetts pode ter níveis elevados de radônio no ar. Testar o ar é a única forma de saber se a casa tem níveis elevados de radônio. Se a casa tiver níveis elevados, existem formas de reduzir os níveis de radônio para níveis seguros.



## O radônio pode afetar a minha saúde?

O radônio é a segunda principal causa de câncer do pulmão nos EUA após o fumo. O seu risco de contrair câncer do pulmão aumenta se estiver exposto a níveis elevados de radônio durante muito tempo. O risco é muito maior para os fumantes.



## O que posso fazer?

1. Pergunte ao proprietário se a casa foi testada quanto à presença de radônio.
  - Em caso afirmativo, solicite uma cópia dos resultados.
  - Caso contrário, teste a casa quanto à presença de radônio no ar.
2. Se os níveis no ar forem elevados e você utiliza um poço privado, teste a água.
3. Ligue para a Unidade de Radônio do MDPH para obter informações sobre testes e soluções.



## Onde posso encontrar mais informações?

1. Departamento de Saúde Pública de Massachusetts
  - Unidade de Radônio: 1-800-723-6695
  - Ficha Informativa sobre Radônio: <http://www.mass.gov/eohhs/docs/dph/environmental/iaq/radon-fact-sheet-2016.pdf>
  - Monitorização da Saúde Pública Ambiental de Massachusetts: <https://matracking.ehs.state.ma.us/Environmental-Data/radon/index.html>
2. Agência de Proteção Ambiental dos EUA
  - <https://www.epa.gov/radon>

# Amianto

## O que é o amianto?



O amianto é uma fibra mineral que tem sido utilizada no isolamento térmico e para proteção contra incêndios em materiais de construção. O amianto pode ser encontrado em determinados pisos de vinil, telhas, tintas texturizadas e isolantes de paredes, sótãos, dutos e canalizações. As casas construídas após o final da década de 1970 normalmente têm menos materiais com amianto.

## Como poderei ser exposto ao amianto?



Você poderá ser exposto ao amianto se o material que contém amianto for perturbado ou danificado. Isto pode acontecer durante uma construção, consertos, reformas e utilização do produto. Estas atividades podem liberar fibras de amianto que ficam no ar e podem ser inaladas (aspiradas).

## O amianto pode afetar a minha saúde?



A aspiração de amianto pode provocar mesotelioma, câncer de pulmão e dos brônquios ou doenças pulmonares. O seu risco de doença aumenta se você ficar exposto a níveis elevados durante muito tempo. O risco é maior para fumantes.

## O que posso fazer?



1. Pergunte ao proprietário se a casa foi inspecionada quanto à presença de amianto.
  - Em caso afirmativo, solicite uma cópia dos resultados.
  - Caso contrário, contrate um inspetor de amianto, se houver materiais de construção danificados ou se for fazer reformas. Não é necessário inspecionar a casa se os materiais estiverem em bom estado e não forem perturbados ou estiverem danificados.
2. Se existirem materiais danificados que contenham amianto, os profissionais licenciados no trabalho com amianto podem realizar remoção do material e consertos. Evite a área e não passe o aspirador de pó nem varra os resíduos.

## Onde posso encontrar mais informações?



1. Agência de Proteção Ambiental dos EUA
  - <https://www.epa.gov/asbestos>
2. Departamento de Proteção Ambiental de Massachusetts
  - <http://www.mass.gov/eea/agencies/massdep/air/programs/answers-to-common-asbestos-questions.html>
3. Programa de Amianto do Departamento de Normas Laborais de Massachusetts
  - <http://www.mass.gov/lwd/labor-standards/asbestos-safety/>

# Mofo



## O que é o mofo?

Mofo é um fungo que pode ser encontrado em quase qualquer lugar. O mofo necessita de umidade para crescer. A umidade pode vir da chuva, de vazamentos de água, inundações, transbordos de pias de cozinha e de roupa molhada.



## Quais são os efeitos do mofo na saúde?

Tocar ou inalar mofo pode causar reações alérgicas, ataques de asma e irritação (dos olhos, pele, nariz, garganta e pulmões). Alguns mofos podem algumas vezes liberar substâncias que são potencialmente tóxicas.



## Como posso detectar mofo?

Sinais de crescimento excessivo de mofo incluem:

- Crescimento visível de mofo (preto, branco, verde, laranja ou outra cor)
- Um cheiro de mofo, bolorento
- Vazamentos de água, descoloração, apodrecimento de madeira, deformação do piso ou das tábuas das paredes ou umidade elevada em casa
- Empoçamento de água ao redor dos alicerces da casa



## O que posso fazer?

1. Pergunte ao proprietário se ele tem conhecimento de algum vazamento de água ou se há problemas de umidade conhecidos.
2. Não teste a casa quanto à presença de mofo no ar. Existe um pouco de mofo em todos os lugares e não existem normas para avaliar se os níveis de mofo no ar são aceitáveis ou não.
3. Em vez disso, procure sinais de vazamentos de água ou de danos causados por umidade em casa. Tente não respirar nem tocar em mofo.
  - Pequenas quantidades de mofo superficial, como em azulejos do banheiro, normalmente podem ser facilmente removidas.
  - Um grande crescimento de mofo exigiria provavelmente mais tempo e dinheiro para resolver o problema.



## Onde posso encontrar mais informações?

1. EPA: <https://www.epa.gov/mold>
2. MDPH: <https://www.mass.gov/mold-moisture-and-mildew>
3. Programa de Prevenção e Controle da Asma do MDPH:  
<https://www.mass.gov/asthma-prevention-and-control>

# Pragas



## O que são pragas?

Existem muitos tipos diferentes de pragas que podem causar danos à saúde humana e/ou danificar os espaços onde você mora. As pragas comuns incluem roedores, baratas, formigas e ácaros. Ambientes úmidos atraem pragas que podem se espalhar por toda a casa, da roupa de cama aos estofados e até ao carpete. Uma infestação é um número grande incomum de determinada praga em casa.



## Quais são os efeitos das pragas sobre a saúde?

Os efeitos sobre a saúde podem variar muito, de picadas que provocam coceiras até doenças que ameaçam a vida. Algumas pragas como os roedores podem transportar parasitas causadores de doenças e transmiti-las aos seres humanos através de mordidas ou contato direto. Os excrementos ou partes do corpo das baratas, ácaros e outras pragas podem desencadear ataques de asma, reações alérgicas ou irritação.



## O que posso fazer?

Evitar a entrada de pragas na sua casa é a melhor forma de as controlar. Algumas práticas básicas de prevenção de pragas incluem o seguinte:

1. Remover fontes de alimentos. Fechar bem todos os recipientes e sacos que contêm alimentos e restos de alimentos. Limpar regularmente os balcões, pisos, armários e áreas de lixo.
2. Retirar as fontes de água. Consertar vazamentos de água, substituir artigos danificados pela água e não deixar acumular água em nenhuma parte da casa.
3. Remover fontes de abrigo. Evitar entulhos (p.ex., pilhas de papelão) e selar fendas e frestas por onde as pragas possam entrar, esconder-se e reproduzir-se. Buracos com até  $\frac{1}{4}$  de polegada são suficientes para que os roedores entrem.
4. Lavar os animais de pelúcia, roupa de casa, almofadas, cortinas e outros artigos estofados com água quente.
5. Utilizar aspiradores de pó com filtro HEPA para limpar pisos planos, móveis estofados e tapetes. Limpe ou utilize um aspirador com filtro HEPA para limpar também as saídas do ar de ventilação.

Se a utilização de pesticidas não puder ser evitada, procure pesticidas mais seguros que cumpram a Norma da Escolha Mais Segura da EPA. Pense em utilizar opções que não sejam aerossóis, como géis e sólidos, em vez de sprays ou nebulizadores. Siga sempre as instruções do rótulo.



## Onde posso encontrar mais informações?

1. EPA: <https://www.epa.gov/safepestcontrol/dos-and-donts-pest-control>
2. Escolha Mais Segura da EPA: <https://www.epa.gov/saferchoice>

# Monóxido de Carbono



## O que é monóxido de carbono?

O monóxido de carbono (CO) é um gás tóxico liberado por aparelhos e equipamentos que queimam combustíveis fósseis. As fontes comuns incluem automóveis, fogões a gás, fogões a lenha, chaminés entupidas, aquecedores de ambiente a querosene ou gás sem ventilador, aquecedores de água a gás, caldeiras a gás ou óleo de aquecimento, geradores portáteis e cortadores de grama. O monóxido de carbono é invisível e não tem cheiro.



## Quais são os efeitos do monóxido de carbono sobre a saúde?

Respirar monóxido de carbono pode causar sintomas semelhantes aos da gripe, como dores de cabeça, fraqueza, tonturas, confusão e náuseas. Em níveis muito elevados, pode causar perda de consciência e morte. Se suspeitar de níveis elevados de CO em sua casa, saia imediatamente de casa e ligue para 911.



## O que posso fazer?

1. Verificar se existem alarmes de CO certificados, em funcionamento, com menos de 5 anos por toda a casa. Por lei, a maioria das casas em Massachusetts deve ter alarmes de CO em todos os andares e a menos de 3 metros das portas dos quartos. (As casas também devem ter detectores de fumaça em funcionamento).
2. Peça ao proprietário o histórico de manutenção do sistema de aquecimento, aquecedor de água, fogão, chaminé e quaisquer outros aparelhos que queimem gás, óleo de aquecimento ou carvão. Estes aparelhos devem ser inspecionados, consertados e limpos todos os anos.
3. Escolha aparelhos com ventilação (como um aquecedor portátil com ventilação) em vez de aparelhos sem ventilação.
4. Verifique se os aparelhos que queimam algum tipo de combustível estão devidamente instalados e são ventilados.
5. Verifique se as saídas de ar e os dutos não estão bloqueados (p. ex., pela neve ou pelo gelo).
6. Considere a instalação de um exaustor para o exterior acima de fogões a gás, se a casa não dispor de um.



## Onde posso encontrar mais informações??

1. MA EPHT: <https://matracking.ehs.state.ma.us/Health-Data/Carbon-Monoxide-Poisoning.html>
2. EPA: <https://www.epa.gov/indoor-air-quality-iaq/carbon-monoxides-impact-indoor-air-quality>
3. Centros de Controle de Doenças dos EUA: <https://www.cdc.gov/co/>
4. Departamento de Serviços Contra Incêndios e Requisitos Legais de Massachussets: [www.mass.gov/eopss/agencies/dfs/osfm/pubed/fs-topics/carbon-monoxide-safety.html](http://www.mass.gov/eopss/agencies/dfs/osfm/pubed/fs-topics/carbon-monoxide-safety.html)

# Qualidade do Ar Externo



## O que causa a poluição do ar externo?

A poluição do ar é causada por automóveis, caminhões, centrais elétricas, fábricas e outras atividades comerciais e industriais. A poluição do ar pode consistir em:

- Ozônio troposférico (“smog” urbano)
- Poluição por partículas (partículas minúsculas no ar)
- Tóxicos no ar (alguns gases, aerossóis líquidos e partículas)



## A poluição do ar afeta a saúde?

A poluição do ar pode contribuir para:

- Chiado, tosse e dificuldades respiratórias
- Ataques cardíacos e problemas cardíacos
- Asma e problemas pulmonares
- Morte prematura em pessoas com doenças cardíacas ou pulmonares
- Risco elevado de certos tipos de câncer

Alguns grupos de pessoas são mais sensíveis à poluição do ar. Estes grupos incluem crianças, idosos, pessoas com asma e pessoas com doenças cardíacas ou pulmonares. A Agência de Proteção Ambiental dos EUA (EPA) estabelece limites para os níveis de poluição do ar externo a fim de proteger nossa saúde.



## O que posso fazer?

1. Observe a proximidade de estradas com muito tráfego, centrais elétricas ou outras fontes de poluição.
2. Investigue e monitore as fontes de informações sobre a poluição do ar local.
  - Perfil da Comunidade do MA EPHT: [www.mass.gov/dph/matracking](http://www.mass.gov/dph/matracking)
  - EPA AirNow (+ assinar alertas por e-mail): [www.airnow.gov](http://www.airnow.gov)
  - MassDEP: [www.mass.gov/eea/agencies/massdep/air/quality/](http://www.mass.gov/eea/agencies/massdep/air/quality/)
3. Saiba se você ou os membros da sua família são sensíveis à poluição.



## Onde posso encontrar mais informações?

1. Agência de Proteção Ambiental dos EUA
  - Poluentes no ar: <https://www.epa.gov/criteria-air-pollutants>
  - Substâncias tóxicas no ar: <https://www.epa.gov/haps>
2. MA EPHT: <https://matracking.ehs.state.ma.us/Environmental-Data/Air-Quality/index.html>
3. Programa de Prevenção e Controle da Asma do MDPH:  
<https://www.mass.gov/asthma-prevention-and-control>

# Locais de Resíduos Perigosos



## O que são resíduos perigosos?

Resíduos perigosos são aqueles que podem prejudicar a saúde humana e o ambiente. Podem entrar no ar, no solo ou na água a partir de processos de fabricação, de aterros sanitários mal projetados, derramamentos e despejos de lixo ilegais.



## A proximidade a resíduos perigosos pode afetar minha saúde?

Qualquer risco potencial para a saúde depende de:

- Se você entra ou não em contato com um produto químico (p. ex., se bebe água contaminada ou toca em solo contaminado)
- A quantidade de produto químico que entra no seu corpo
- O nível de toxicidade do produto químico

O MassDEP exige a limpeza de um local de resíduos perigosos se ele representa um risco para a saúde humana. Se você estiver preocupado, converse com seu médico e contate o Conselho de Saúde local.



## O que posso fazer?

1. Pergunte ao proprietário se há algum perigo conhecido na área.
2. Caminhe pelo bairro e converse com potenciais vizinhos. Observe se há aterros sanitários ou indústrias nas proximidades.
3. Pergunte ao Conselho de Saúde sobre queixas apresentadas por residentes.
4. Pesquise os aterros sanitários locais e as condições ambientais:
  - Lista Nacional de Prioridades Contaminadas:  
<https://www.epa.gov/superfund/superfund-national-priorities-list-npl>
  - Locais de limpeza de resíduos perigosos do MassDEP:  
<http://www.mass.gov/eea/agencies/massdep/cleanup/sites/>
  - MA EPHT: [www.mass.gov/dph/mattracking](http://www.mass.gov/dph/mattracking)
  - Informações Ambientais da EPA: <http://www.epa.gov/enviro>
  - Dados da Lei de Redução da Utilização de Produtos Tóxicos:  
<http://turadata.turi.org>

# Padrões de Doença



## O que são padrões de doença em uma comunidade?

Algumas áreas podem parecer ter uma ocorrência elevada incomum de certas doenças, como câncer ou diabetes. Consequentemente, alguns residentes podem suspeitar que existe um risco ambiental nas proximidades. Contudo, muitos focos de doenças não são, na realidade, incomuns. Taxas elevadas de doenças em uma comunidade podem ser causadas por:

- Fatores de estilo de vida da comunidade, como um grande número de pessoas que fumam ou comem alimentos que não são saudáveis
- Uma população mais idosa
- Taxas elevadas de triagem de doenças
- Eventos fortuitos



## Que fatores podem aumentar o meu risco de doenças?

Uma variedade de fatores pode contribuir para a doença. Por exemplo, o seu risco de ter um ataque cardíaco está relacionado à genética, idade, estilo de vida e o ambiente. Os fatores ambientais dependem da quantidade, duração e rota de exposição ao poluente. Por exemplo, inalar grandes quantidades de determinado poluente pode aumentar o seu risco de doença, mas tocar em uma pequena quantidade pode não aumentar seus riscos.



## Quais são os determinantes sociais da saúde?

Os determinantes sociais da saúde são as condições em que vivemos, estudamos, trabalhamos e brincamos que afetam a saúde. Fatores individuais, sociais e econômicos (como renda e educação) podem levar a um aumento dos riscos de doença para certos grupos. Por exemplo, pessoas com renda mais baixa podem não ter muito acesso a cuidados preventivos de saúde ou a alimentos saudáveis. Consequentemente, elas têm maior risco de contrair doenças. Ou crianças que moram em casas mais antigas podem ter maior risco de intoxicação por chumbo. Para obter mais informações, visite [www.cdc.gov/socialdeterminants/](http://www.cdc.gov/socialdeterminants/).



## Onde posso encontrar estatísticas sobre doenças da minha comunidade?

O site do MA EPHT ([www.mass.gov/dph/matracking](http://www.mass.gov/dph/matracking)) tem informações e dados sobre as seguintes condições de saúde:

- Esclerose Lateral Amiotrófica (ALS)
- Asma
- Defeitos congênitos
- Câncer
- Monóxido de carbono
- Intoxicação por chumbo na infância
- Ataque cardíaco
- Estresse térmico
- Diabetes pediátrico
- Consequências para a reprodução

# Mais Recursos

1. U.S. Environmental Protection Agency (Agência de Proteção Ambiental dos Estados Unidos):  
<https://www.epa.gov/environmental-topics>
2. U.S. Centers for Disease Control (Centros de Controle de Doenças dos EUA):  
[https://www.cdc.gov/nceh/lead/publications/final\\_companion\\_piece.pdf](https://www.cdc.gov/nceh/lead/publications/final_companion_piece.pdf)
3. U.S. Department of Housing and Urban Development (Departamento de Habitação e Desenvolvimento Urbano dos EUA):  
[https://portal.hud.gov/hudportal/HUD?src=/program\\_offices/healthy\\_homes/healthyhomes](https://portal.hud.gov/hudportal/HUD?src=/program_offices/healthy_homes/healthyhomes)
4. U.S. National Institute of Environmental Health Sciences (Instituto Nacional de Ciências de Saúde Ambiental dos Estados Unidos):  
<https://www.niehs.nih.gov/health/topics/agents/index.cfm>
5. American Lung Association (Associação Americana de Pneumologia):  
<http://www.lung.org/our-initiatives/healthy-air/indoor/indoor-air-pollutants/>
6. Massachusetts Department of Environmental Protection (Departamento de Proteção Ambiental de Massachusetts):  
<https://www.mass.gov/guides/safely-manage-hazardous-household-products>
7. Massachusetts Environmental Public Health Tracking (Monitoramento da Saúde Pública Ambiental de Massachusetts):  
<https://www.mass.gov/dph/matracking/>

