



Funded by
the European Union

K-HEALTHinAIR has been funded by the
European Union's Horizon Europe Programme
under the Grant Agreement GA 101057693.



K-HEALTHinAIR
Knowledge for improving indoor AIR quality and HEALTH

¿QUÉ ES EL INDICADOR DE VENTILACIÓN MICA Y CÓMO MEJORA TU BIENESTAR?

¿Qué es el indicador de ventilación MICA?

MICA es un dispositivo inteligente que mide en tiempo real la calidad del aire interior de tu casa y te informa mediante una luz indicadora cuando es recomendable ventilar

1 ¿Cómo usar tu dispositivo MICA?

Coloca el dispositivo de calidad de aire en una **zona central y visible**.

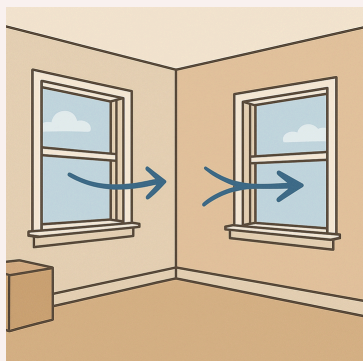
Observa el color del dispositivo varias veces al día, y actúa según el color:

Cuando ventiles, hazlo el tiempo necesario hasta que la luz del sensor vuelva a estar en verde.



2 Consejos para una buena ventilación

- Realiza **ventilación cruzada** abriendo ventanas o puertas en lados opuestos de la casa para facilitar la renovación del aire.



Ventilación unidireccional



Ventilación cruzada



Ventilación por patio interior

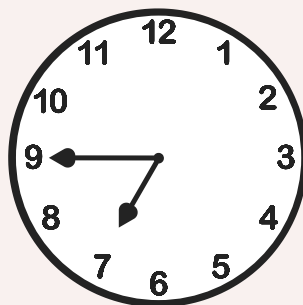


Ventilación eficaz

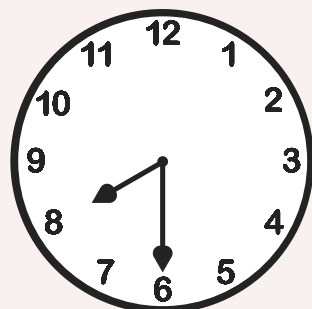
- Usa **extractores de aire en cocina y baño** durante y después de usarlos para eliminar contaminantes y humedad
- Evita ventilar en horas punta de tráfico para reducir la entrada de contaminantes del exterior (generalmente entre 7-9am y 6-8pm).



Mañana



Tarde



Y recuerda, un aire limpio en casa es clave para proteger tus pulmones y cuidar tu salud respiratoria.

Ante cualquier duda o problema relacionado con el uso del MICA, pueden ponerse en contacto través del chat o llamando al +34 671 01 05 12.