HOJA DE DATOS

Departamento de Salud Pública de Connecticut
Sección de Salud Ambiental
Programa de Evaluación de la Salud Ocupacional y Ambiental
410 Capitol Avenue, MS # 11EOH, PO Box 340308
Hartford, CT 06134-0308
Tel: (860) 509-7740, Fax: (860) 509-7785
http://www.ct.gov/dph/mold

4/2010

Moho En El Hogar: Inquietudes Sobre Salud

Esta hoja de datos brinda información al público acerca de inquietudes en materia de salud relacionadas con la exposición al moho. Asimismo, proporciona pautas generales sobre la detección de moho, su limpieza y la eliminación de materiales contaminados con moho.

Puntos Principales:

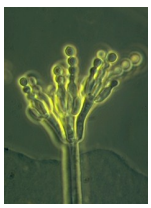
- Sin agua, el moho no puede sobrevivir.
- Todo tipo de moho representa un riesgo potencial para la salud y debería eliminarse.
- Tomar una muestra de moho es costoso y, por lo general, innecesario. Si nota la presencia de moho, elimínelo.
- Encontrará pautas para limpiar y eliminar el moho en la página 4

¿Qué es el moho?

El moho es un organismo microscópico que está prácticamente en todas partes, tanto en ambientes internos como al aire libre. El moho es un tipo de hongo que vive en las plantas, los alimentos, las hojas secas, la madera y en otros materiales orgánicos. Las esporas de moho son estructuras diminutas que constituyen la parte reproductiva del microorganismo. Es posible ver un conjunto de esporas de moho a simple vista. La apariencia de las esporas suele ser aterciopelada o pulverulenta. Sus colores varían desde blanco pálido, amarillo, anaranjado o verde, a marrón oscuro o negro. Las esporas son muy pequeñas y livianas, lo que les permite viajar a través del aire. A veces algunas esporas de moho pueden provocar síntomas de alergia similares a los que provoca el polen de las plantas.

El moho necesita tres condiciones para crecer:

1) un ambiente húmedo o mojado
2) una fuente de alimentación, como hojas, madera, productos de papel, placas de construcción, materiales de aislamiento térmico, tejas y otros materiales de naturaleza orgánica
3) una temperatura similar a la del medio en que vive el ser humano



¿Debería preocuparme la presencia de moho en mi hogar?

Sí, pero no solo cuando está presente en grandes cantidades. Es importante darse cuenta de que algo de moho existe en todos los hogares y no representa un peligro para la salud cuando no crece en material dañado por el agua. Cuando las esporas de moho están presentes en grandes cantidades, pueden provocar reacciones alérgicas, desencadenar crisis de asma y otros problemas respiratorios. Es importante eliminar el moho de las superficies sólidas no porosas y además, desechar los artículos porosos que están contaminados con moho, ya que aun las esporas muertas pueden provocar alergias y otros problemas respiratorios. Asimismo, el moho puede provocar daños estructurales en el hogar.

El moho, ¿puede convertirse en un problema en mi hogar?

Sí.
El moho necesita humedad para desarrollarse y multiplicarse. Estas son las fuentes más importantes de humedad interna que pueden causar problemas de moho:

- inundaciones
- desbordamiento de las alcantarillas
- pérdidas en tuberías
- goteras
- humidificadores
- acumulaciones de hielo
- sótanos húmedos
- humedad de la combustión de electrodomésticos, como calderas o estufas

¿Cuáles son los posibles efectos para la salud?

Los síntomas típicos (aislados o combinados) que informaron las personas expuestas al moho pueden tratarse de los siguientes:

- sibilancia, dificultades respiratorias
- ataques de asma
- mareos
- tos seca o áspera
- dolor de garganta
- dolores de cabeza
- ardor y enrojecimiento en los ojos; ojos llorosos
- congestión nasal y de los senos paranasales
- dificultad para respirar (disnea)
- irritación en la piel

Nota: Estos síntomas no son específicos de la exposición al moho sino que también pueden aparecer por otras enfermedades, como resfríos y otros tipos de alergias. Consulte a su médico para descubrir la causa de estos síntomas.

¿Cuánto moho haría falta para enfermarme?

Depende. En algunas personas, unas pocas esporas de moho pueden causarles problemas de salud. Para la mayoría de las personas, es posible que se necesiten muchas esporas más. Si observa efectos en la salud que piensa que se relacionan con la presencia de moho, debería consultar a su médico y tomar las medidas necesarias para eliminar el exceso de humedad y quitar el moho (consulte la sección sobre limpieza y eliminación del moho en la página 4).

¿Cómo estoy expuesto al moho en ambientes internos?

El moho está en todas partes, tanto en ambientes internos como al aire libre. Es normal encontrar esporas de moho en el aire de los hogares de Connecticut. Las esporas de moho provocan principalmente problemas de salud al dispersarse por el aire e inhalarse. Las personas también pueden quedar expuestas al moho comiendo alimentos mohosos. La exposición puede también suceder a través del contacto con la piel, aunque se espera que, en este caso, los riesgos para la salud sean mínimos.

¿Quién corre mayor riesgo con la exposición al moho?

La exposición a grandes cantidades de moho dentro de un edificio no es saludable para nadie. Debería limpiarse el moho visible lo más pronto posible (dentro de los 2 días). Es importante identificar y corregir con rapidez cualquier fuente de humedad antes de que la cantidad de moho aumente y surjan problemas de salud. Los siguientes grupos de personas parecen correr mayor riesgo de sufrir problemas de salud debido a la exposición al moho:

- bebés y niños
- ancianos
- pacientes inmunodeprimidos (personas infectadas con el VIH, pacientes de cáncer, enfermedades autoinmunitarias, personas con afecciones hepáticas, pacientes de quimioterapia)
- personas con enfermedades o sensibilidades **respiratorias existentes como** asma y alergias

¿Existen tipos de moho más peligrosos que otros?

Algunos de los productos naturales derivados del metabolismo del moho son sustancias químicas que pueden provocar alergia o irritación. Ciertos tipos de moho pueden producir micotoxinas que son sustancias químicas tóxicas para el ser humano, los animales y las plantas. De lo que más conocemos es de la exposición a la micotoxina provocada por comer alimentos contaminados. Sabemos muy poco sobre inhalar micotoxinas. Los efectos en la salud de los seres humanos a causa del moho varían según el estado de salud de la persona, el producto específico derivado del moho, el tiempo de exposición y la vía de exposición. Sin embargo, en la mayoría de los casos, es mucho más importante quitar el moho y eliminar las fuentes de humedad que invertir tiempo y recursos contando e identificando el tipo de moho presente.

¿Qué sucede con el Stachybotrys*?*

Existe un tipo de moho, el *Stachybotrys chartarum* (SC), que captó la atención de los medios de comunicación. El SC es un moho negro verdoso oscuro, de textura oleosa, que crece en materiales de alto contenido de celulosa (placas de yeso, madera, etc.) que constantemente están empapados con agua. **EL SC no crece en los materiales que suelen encontrarse en los baños.** El SC necesita mucha agua para sobrevivir y es un moho relativamente poco común. El SC es capaz de producir una micotoxina y se sospechaba que, en personas muy jóvenes, podía causar efectos en la salud más graves que la irritación. Sin embargo, no se ha comprobado que el SC provoque estos otros efectos en la salud.

¿Debería realizar pruebas para determinar si hay moho en mi hogar?

El Departamento de Salud Pública de Connecticut no aconseja realizar pruebas como primer paso para determinar si existen problemas de moho. No existen normas relativas al aire para clasificar el grado de presencia de moho en un ambiente interno. Las pruebas de aire casi nunca influyen en las recomendaciones finales. Si observa o huele a moho o a mildiu, usted tiene problemas de moho y de humedad. El primer paso consiste en limpiar, desinfectar y secar la zona mohosa. Deseche todos los materiales porosos que tengan moho. Luego, es importante identificar la fuente de humedad y corregirla.

Tenga en cuenta que tomar una muestra es costoso. En raras ocasiones, puede ser útil tomar una muestra con el fin de ubicar fuentes de moho detrás de las paredes o en otros lugares de difícil acceso y/o evaluar la eficacia de la limpieza. Esto suele requerir que se contrate a un profesional, ya que, para realizar una evaluación de moho, se necesitan equipos para tomar muestras que no están disponibles para el público en general. No se recomienda el uso de kits caseros para tratar el moho. Las muestras de moho al aire libre siempre deben recogerse durante el mismo período de muestreo para compararlas con los resultados de los ambientes internos. Es fundamental para el laboratorio identificar las especies de moho en las muestras, así como proporcionar resultados numéricos. Los números solos no son útiles.

Si usted es inquilino de una casa o de un departamento rentado, hable con el conserje sobre los problemas de moho y de humedad. Si el problema es grave, tal vez desee comunicarse con el departamento de salud local.

Limpieza y eliminación del moho

¿Debería limpiar mi hogar yo mismo o contratar a un profesional?

La primera decisión es si debe contratar a un profesional o resolver el problema por sí mismo. Si la tarea es demasiado grande, si es alérgico a las esporas de moho o siente que su salud fue afectada, considere la posibilidad de recurrir a una empresa de limpieza profesional.

¿Cómo limpio el moho en mi hogar?

- Identifique y elimine la fuente de humedad. Esto puede incluir mejorar la ventilación, utilizar un deshumidificador para sótanos durante los meses de mayor humedad, reparar las goteras en los techos o arreglar las tuberías que tienen pérdidas. Luego de corregir la fuente de humedad, comienza el proceso de limpieza y de secado. Puede comprar un higrómetro en la ferretería local. Este instrumento mide la cantidad de humedad. Asegúrese de que el porcentaje de humedad se mantenga por debajo del 60 %.
- Debería desechar los materiales contaminados con moho que no se puedan secar ni limpiar perfectamente. Pueden ser alfombras, tejas del techo, placas de yeso, yeso y productos de madera. Si hubo daños provocados por una inundación, reemplace las placas de yeso y el aislamiento térmico dañado por el agua, al menos, hasta 12 pulgadas (aproximadamente 30 cm) por encima de la marca de agua más alta. Al manipular materiales mohosos, utilice una máscara con filtro HEPA (de partículas de alta eficiencia, no una máscara contra el polvo) para protegerse de respirar las esporas presentes en el aire y utilice guantes de caucho.
- Limpie el moho que esté sobre materiales duros no porosos, como plástico, vidrio y metal, con una solución de agua y lejía (1 medida de lejía más 9 medidas de agua). La lejía puede provocar irritación en ojos, nariz y garganta. Ventile bien la zona y utilice guantes de caucho y protección en los ojos. Deje secar la solución de lejía en forma natural entre 6 y 8 horas. **Recuerde:** NUNCA mezcle lejía con amoníaco: los vapores que se producen son tóxicos.

¿Qué objetos puedo conservar? ¿Qué objetos puedo desechar?

Utilice el mejor criterio. Si el material absorbe agua, se lo considera poroso. Los materiales porosos deberían desecharse. Loa materiales como el plástico duro, el vidrio y el metal no son no porosos y pueden limpiarse.

Para obtener más información, comuníquese con:

El Departamento de Salud Local:
http://www.ct.gov/dph/cwp/view.asp?a=3123&q=397740

o con:

Connecticut Department of Public Health
Environmental Health Section
Environmental & Occupational Health Assessment Program
410 Capitol Avenue, MS # 11EOH
Hartford, CT 06134-0308
Tel. (860) 509-7740, Fax (860) 509-7785

Sitios web que ofrecen información sobre el moho:

CT DPH (Departamento de Salud Pública de Connecticut): http://www.ct.gov/dph/mold

US EPA (Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos): http://www.epa.gov/iaq

Esta hoja de datos se financia en parte con los fondos provenientes del fondo fiduciario de Comprehensive Environmental Response, Compensation, and Liability Act (Ley de Respuesta Ambiental Exhaustiva, Responsabilidad y Compensación) mediante un acuerdo cooperativo con Agency for Toxic Substances and Disease Registry (Agencia para Sustancias Tóxicas y el Registro de Enfermedades), Public Health Service (Servicio de Salud Pública), U.S. Department of Health and Human Services (Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos)