

Cómo combatir el moho del hogar

Por Aaron Warnick

Cuando se empieza a formar moho en la comida, sabe que es hora de tirarla a la basura. Sin embargo, no se puede hacer lo mismo con su hogar. Es muy común que se forme moho en casas y otros edificios, por lo que se la pasaría mudándose. Pero hay cosas que puede hacer para evitar que se forme moho donde sea que usted vaya.

El moho es un hongo. En la naturaleza, el moho facilita la descomposición de cosas muertas, como las ramas y las hojas de los árboles. Se propaga desprendiendo pequeñas esporas al aire, y cuando estas se chocan con algo como una corteza muerta, comienzan a crecer y a alimentarse de la superficie. El moho está en el aire que nos rodea.

Cómo detener el moho antes de que comience a formarse

La mejor manera de controlar el moho es evitarlo desde el principio. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades ofrecen estos consejos:

- ◆ **Controle la humedad.** Mantenga la humedad de su hogar a un nivel inferior al 50 por ciento. Mida la humedad de su hogar con un medidor y, si es alta, use un deshumidificador para mantenerla bajo control. Supervise el nivel de humedad en diferentes momentos.
- ◆ **Déjelo fluir.** El aire en su hogar debe fluir libremente. Asegúrese de que la secadora de ropa descargue el aire hacia el exterior del hogar y use extractores de aire en la cocina y el baño.
- ◆ **Preste atención al agua.** Esté atento a las goteras en el techo, las paredes, los grifos y las cañerías de su hogar.
- ◆ **Seque todo.** Si su casa se inunda, límpiela y séquela dentro de las 24 a 48 horas.
- ◆ **Prepare la pintura.** Antes de pintar, agregue inhibidores de moho o busque imprimadores que ya los tengan.



"El moho es parte de la naturaleza," afirma Dean Mitchell, MD, alergólogo e inmunólogo de la Ciudad de Nueva York. "Pero cuando el moho comienza a crecer en su hogar, debe ocuparse del tema."

Las esporas de moho se abren paso hacia el interior del hogar de varias maneras. Las ventanas, los respiraderos, las puertas y los sistemas de calefacción y aire acondicionado son la puerta de entrada para el ingreso del moho en el hogar. Los zapatos, la ropa e incluso las mascotas pueden traer el moho del exterior al interior. Y si cae sobre algo húmedo, puede instalarse y comenzar a alimentarse de lo que sea que atrape. Una vez que el moho encuentra un lugar para vivir, crecerá y desprenderá más esporas al aire.

Tener una pequeña fábrica de esporas donde vive puede ser perjudicial para la salud. La mayoría de los mohos no presenta riesgos graves para la salud. Si es alérgico al moho, algo que un alergólogo puede evaluar, puede tener una reacción que va desde síntomas parecidos a la rinitis hasta erupciones cutáneas. Pero incluso si no es alérgico al moho, este puede provocar irritación en los ojos y la piel.

El moho puede presentar una gran variedad de colores y texturas, además de crecer en diferentes lugares. Algunos mohos son más peligrosos que otros. El moho viscoso de color verde oscuro o negro con el tiempo puede causar problemas para respirar. El moho puede ocasionar problemas respiratorios para las personas con asma y síntomas similares al asma para las personas que no padecen la enfermedad.

El sistema inmunitario de su organismo tiene que luchar contra el moho para mantenerse sano, pero esa lucha puede enfermarlo y fatigarlo, advierte Mitchell.

En resumen, no ignore el moho en su casa. "Tiene que ser como un detective," dice Mitchell. "Si encuentra moho o comienza a tener reacciones alérgicas en su hogar, necesita saber dónde está creciendo el moho y cómo llegó allí."

A veces puede ver un poco de moho formándose en los azulejos del baño o junto a una ventana. Si se trata de un área pequeña, de menos de 10 pies cuadrados, límpiela frotando con agua y detergente. Pero si el moho aparece en un material absorbente, como alfombras o tejas, lo mejor es retirar estos materiales.



>> Para recibir más consejos sobre cómo prevenir y limpiar el moho, visite www.cdc.gov/mold

La limpieza de manchas de moho libera esporas al aire. Así que asegúrese de usar una máscara, guantes y gafas protectoras mientras se ocupa del problema.

Pero deshacerse del moho es solo una parte de la batalla. En primer lugar, debe descubrir por qué se estaba formando moho en su hogar. Las causas más probables son el agua y la humedad, que son incubadoras de moho.

"Tengo mucho miedo al agua en mi casa," dice Mitchell. "Cualquier pérdida de agua, desde un inodoro suelto hasta una pequeña gotera en el techo, puede causar daños, lo que aumenta la probabilidad de que se forme moho."

Si el agua llega a donde no debería, es necesario solucionarlo. De lo contrario, el problema del moho no se resolverá por más limpieza que haga. Revise las cañerías cercanas y otras fuentes de agua para asegurarse de que no tengan pérdidas.

A veces, encontrar el moho no es una tarea sencilla. Si cree que tal vez tiene un problema de moho, pero no puede encontrarlo, puede llamar a profesionales para que lo ayuden. Estos pueden ayudar a eliminar el moho de áreas del hogar que no son fáciles de encontrar o alcanzar.

