

# Explican cómo ganarle a la humedad dentro de la casa

Este es uno de los enemigos más silenciosos en esta época sobre todo, porque se genera con típicas acciones diarias.

Cristian Aguayo Venegas  
cronica@estrellaonline.cl

La humedad al interior de las viviendas se transforma, cada invierno, en uno de los problemas más frecuentes para las familias del Biobío. La condensación en ventanas y muros, la aparición de moho y el deterioro de los espacios no solo afectan la infraestructura de casas y departamentos, sino que también pueden tener consecuencias en la salud de quienes las habitan. Por ello, especialistas entregaron una serie de recomendaciones para prevenir su formación y evitar complicaciones durante esta temporada del año.

“Los ejemplos clásicos de aparición de humedad dentro de una vivienda son secar la ropa dentro de casa, ducharse con la puerta abierta o con el extractor apagado, y cocinar sin utilizar la campana o sin abrir una ventana”, señaló Javier Muñoz, académico de Arquitectura de la Universidad Andrés Bello.

“Estas actividades liberan vapor de agua. Cuando ese vapor se acumula y entra en contacto con superficies frías, como ven-



EXPERTOS RECOMENDARON LA OPCIÓN DE VENTILAR LA VIVIENDA POR UN CORTO PERÍODO DE TIEMPO.

tanás, muros o cielos, se transforma en agua y aparece la condensación. Muchas personas creen que el problema es el agua que entra desde afuera, pero en realidad gran parte de la humedad del invierno se produce dentro de

la propia vivienda”, agregó. “La medida principal para combatir esto es ventilar todos los días, aunque haga frío. En mi caso realicé una ventilación breve e intensa, abriendo ventanas en lados opuestos para producir una re-

novación rápida del aire. Esto es más efectivo que mantener una sola ventana entreabierta durante mucho tiempo”, explicó.

Respecto de cuándo la humedad se vuelve un problema, el académico comentó que “si una

“La medida principal para combatir esto es ventilar todos los días, aunque haga frío”.

Javier Muñoz, académico Unab

mancha aparece en esquinas, pilares, vigas o encuentros entre materiales, puede existir un puente térmico o una deficiencia de aislamiento”.

“La humedad persistente no significa necesariamente que la vivienda tenga un daño estructural, pero sí afecta su habitabilidad y puede deteriorar revestimientos, aislantes, maderas y otros materiales. Por eso no basta con limpiar o pintar la mancha: primero debe identificarse y corregirse la fuente de humedad”, sentenció.

## IMPACTO SANITARIO

Valeska Houlin, académica del Departamento Nacional de Salud Pública Facultad Medicina USS, expresó que “los ambien-

tes húmedos con moho favorecen la proliferación de hongos, ácaros y otros agentes capaces de actuar como desencadenantes o agravantes de enfermedades respiratorias”.

“Entre las principales afecciones asociadas se encuentran la rinitis alérgica, por la exposición a alérgenos ambientales; el asma bronquial, en la que la humedad y las esporas de moho pueden aumentar la inflamación de las vías respiratorias y desencadenar crisis; y la bronquitis, especialmente en personas susceptibles, por la irritación e inflamación de las vías respiratorias”, relató.

Por su parte, Priscilla Inostroza, docente de Enfermería de la Universidad Andrés Bello, apuntó que “la humedad en espacios cerrados es posible disminuirla o evitarla con una correcta ventilación, siendo la ventilación cruzada la más costo efectiva. Este tipo de ventilación es posible conseguirla abriendo al menos dos ventanas o puertas opuestas, durante un mínimo de 20 minutos, para así permitir que el aire circule y evitar exponerse a enfermedades molestas de la época”.