



## Los mohos en el medio ambiente

### ¿Qué es el moho?

El moho es un hongo que se encuentra tanto al aire libre como en interiores. Nadie sabe cuántas especies de hongos existen, pero se calcula que puede haber desde decenas de miles hasta quizá trescientas mil o más. El moho crece mejor en condiciones cálidas, mojadas y húmedas, y se propaga y reproduce mediante esporas. Las esporas del moho pueden sobrevivir en condiciones ambientales, como la sequedad, que no favorecen el crecimiento normal del moho.

### ¿Cuáles son los tipos más comunes de mohos de interiores?

- Cladosporium
- Penicillium
- Alternaria
- Aspergillus
- Mucor

### ¿Cómo afectan los mohos a las personas?

Algunas personas son sensibles a los mohos. La exposición a los mohos en estas personas puede causarles síntomas como congestión nasal, irritación de los ojos o resuello. Otras personas que tienen graves alergias a los mohos pueden experimentar reacciones más severas. Las reacciones severas pueden ocurrir entre trabajadores expuestos a grandes cantidades de mohos en los lugares de trabajo, como en el caso de los granjeros que trabajan todo el día alrededor del heno mohoso. Algunas reacciones severas pueden incluir fiebre y dificultad para respirar. Las personas con enfermedades crónicas, como enfermedad obstructiva de los pulmones, pueden presentar infecciones de moho en los pulmones.

### ¿Dónde se encuentran los mohos?

Los mohos se encuentran virtualmente en cada ambiente y pueden ser detectados, tanto en interiores como al aire libre, durante todo el año. Las condiciones húmedas y cálidas favorecen el crecimiento del moho. Al aire libre pueden encontrarse en áreas o lugares húmedos sombreados donde hay descomposición de hojas o de otro tipo de vegetación. En los interiores pueden encontrarse en lugares donde los niveles de humedad son altos como los sótanos o las duchas.

### ¿Cómo pueden las personas disminuir la exposición al moho?

Las personas sensibles deben evitar áreas que tienen más probabilidad de tener moho como los lugares donde se apila el abono, el prado cortado y las zonas boscosas. Al interior de las casas, el crecimiento del moho puede disminuirse manteniendo los niveles de humedad por debajo del 50% y ventilando las duchas y los lugares donde se cocina. Los crecimientos de moho pueden eliminarse de las superficies duras con productos comerciales, agua y jabón, o con una solución de blanqueador<sup>1</sup> preparada con una mezcla de no más de 1 taza de cloro y 1 galón de agua. Las personas sensibles deben ponerse una máscara ajustada en la cara en los casos en que no pueda evitarse la exposición al moho.

## Los mohos en el medio ambiente

(continuación de la página anterior)

### Recomendaciones específicas:

- Mantenga los niveles de humedad en la casa por debajo del 50%.
- Utilice el aire acondicionado o un deshumificador durante los meses húmedos.
- Asegúrese que la casa tiene una ventilación adecuada, que incluya los ventiladores de escape de la cocina y de los baños.
- Añada inhibidores de moho a la pintura antes de su aplicación.
- Lave los baños con productos que maten el moho.
- No alfombre los baños y sótanos.
- Retire o reemplace las alfombras y tapicerías mojadas.

### ¿Qué lugares tienen alta exposición al moho?

- Tiendas de antigüedades
- Invernaderos
- Saunas
- Granjas
- Molinos
- Áreas de construcción
- Floristerías
- Casas de verano

### Encontré moho creciendo en mi casa, ¿cómo hago la prueba para saber qué tipo de moho es?

Por lo general, no es necesario identificar las especies de moho que crecen en una residencia y los CDC no recomiendan la toma periódica de muestras de moho. La evidencia actual indica que las alergias son el tipo de enfermedades más comúnmente asociadas con los mohos. Debido a que la susceptibilidad de las personas puede variar ampliamente de acuerdo con la cantidad o el tipo de moho, tomar muestras y realizar cultivos no son formas confiables para determinar los riesgos para la salud. Si usted es susceptible al moho y el moho se puede ver u oler, existe un riesgo potencial para la salud; por esta razón, usted debe hacer que el moho sea eliminado sin importar cuál sea el tipo de moho que se encuentre presente. Además, un análisis confiable de las muestras de moho puede ser costoso y no hay normas establecidas para determinar cuál es una cantidad aceptable o tolerable de moho.

### Un laboratorio calificado de análisis ambiental tomó muestras de moho en mi casa y me dio los resultados. ¿Pueden los CDC interpretar esos resultados?

No se han establecido normas para determinar cuál es una cantidad aceptable, tolerable o normal de moho. Si usted decide pagar por el análisis ambiental de una muestra de moho, antes de que lo haga, pídale a los consultores encargados del análisis que establezcan los criterios para la interpretación de los resultados de las pruebas. Ellos deben decirle con anticipación lo que van a hacer o el tipo de recomendaciones que harán con base en esos resultados. Los resultados del análisis para su caso específico no pueden interpretarse sin hacer una inspección física al área contaminada o sin tener en consideración las características de la edificación y los factores que causaron la condición actual.

## Los mohos en el medio ambiente

(continuación de la página anterior)

### Puede encontrar información adicional sobre hongos y enfermedades fungales en las siguientes páginas de los CDC (algunos documentos sólo están disponibles en inglés):

CDC/NCID Division of Bacterial and Mycotic Diseases: [Fungal Diseases](http://www.cdc.gov/ncidod/dbmd/)  
[<http://www.cdc.gov/ncidod/dbmd/>]

Publicación de NIOSH: [HISTOPLASMOSIS: Protección para los trabajadores](http://www.cdc.gov/spanish/niosh/docs/97-146sp.html)  
[<http://www.cdc.gov/spanish/niosh/docs/97-146sp.html>]

Emerging Infectious Diseases article: "[Emerging Disease Issues and Fungal Pathogens Associated with HIV Infection](http://www.cdc.gov/ncidod/EID/vol2no2/ampel.htm)" [<http://www.cdc.gov/ncidod/EID/vol2no2/ampel.htm>] by Neil M. Ampel, M.D. University of Arizona College of Medicine, Tucson Veterans Affairs Medical Center, Tucson, Arizona, USA

Emerging Infectious Diseases article: "[Coccidioidomycosis: A Reemerging Infectious Disease](http://www.cdc.gov/ncidod/EID/vol2no3/kirkland.htm)" [<http://www.cdc.gov/ncidod/EID/vol2no3/kirkland.htm>] by Theo N. Kirkland, M.D., and Joshua Fierer, M.D., Departments of Pathology and Medicine, University of California, San Diego School of Medicine and Department of Veterans Affairs Medical Center, San Diego, California, USA

---

<sup>1</sup> Si desea usar cloro (blanqueador) para limpiar el moho:

- Nunca mezcle cloro con amoníaco u otros productos de limpieza. La mezcla de cloro con amoníaco u otros limpiadores puede generar gases peligrosos y tóxicos.
- Abra las puertas y ventanas para permitir la entrada de aire fresco.
- Use guantes no porosos y lentes para protegerse los ojos.
- Si el área que va a limpiar es mayor de 1 metro cuadrado (10 pies cuadrados), consulte la guía de la Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos (EPA, por sus siglas en inglés) "*Mold Remediation in Schools and Commercial Buildings*" (en inglés). A pesar de que este documento se enfoca en escuelas y edificios comerciales, también sirve para otros tipos de construcciones. Puede obtener esta guía en forma gratuita si llama a la *EPA Indoor Air Quality Information Clearinghouse* al (800) 438-4318, o por Internet en el sitio de la EPA en: [http://www.epa.gov/mold/mold\\_remediation.html](http://www.epa.gov/mold/mold_remediation.html).
- Siempre siga las instrucciones del fabricante al usar cloro (blanqueador) o cualquier otro tipo de producto de limpieza.