

Los daños para la salud de la combustión de los artefactos del hogar

¿Qué es la combustión en el hogar?

La combustión en el hogar se refiere a la quema de combustible dentro de su hogar. Es probable que esto tenga que ver con usted, ya que en dos tercios de las viviendas de EE. UU. se quema combustible. En particular, la quema de metano (o “gas natural”), leña, propano, gasoil para calefacción u otros combustibles para calentar el ambiente, tener agua caliente, secar la ropa y cocinar.

Algunos de los artefactos más comunes que producen combustión son:



Cocinas



Calentadores de agua



Secadoras



Hornos



Estufas a leña



Chimeneas

¿Cuál es la alternativa? Electrodomésticos. Las estufas, las secadoras, los hornos y los calentadores de agua eléctricos no queman combustible adentro del hogar.

¿Cómo influye la combustión en el hogar en la contaminación ambiental?

La combustión de leña, gas natural, gasoil y otros combustibles adentro de las viviendas produce emisiones dañinas para la salud de las personas y el medioambiente. Algunos tipos de artefactos, incluidas las estufas de gas, emiten gases o sustancias directamente dentro del hogar. Otros artefactos, como los hornos de gas y los calentadores de agua, emiten sus gases al exterior, por lo que contaminan el aire exterior y contribuyen al cambio climático.

Los niveles de contaminantes en interiores pueden ser de dos a cinco veces (y a veces más de cien veces) superiores a los del exterior. La mayoría de las personas pasa el 90 % de su tiempo en espacios cerrados. Las políticas y prácticas destinadas a reducir los contaminantes del aire de interiores, incluidos los derivados de la combustión en el hogar, son muy importantes para la protección de la salud.



¿Cómo perjudica a la salud la contaminación ambiental derivada de la combustión en el hogar?

Algunos contaminantes que pueden derivar de la combustión en los hogares son:

- El monóxido de carbono: un gas peligroso que, si se inhala, puede interferir en la capacidad de la sangre para transportar oxígeno de los pulmones al resto del cuerpo.
- Los óxidos de nitrógeno: gases irritantes respiratorios que provocan inflamación de las vías respiratorias, tos, sibilancias y aumento de los ataques de asma.
- Las partículas en suspensión, también llamadas hollín: sustancias sólidas y líquidas mezcladas de tamaño microscópico que afectan a múltiples sistemas del cuerpo y pueden aumentar el riesgo de muerte prematura.
- Los contaminantes tóxicos del aire, como el amoníaco, el formaldehído, los hidrocarburos aromáticos policíclicos y los compuestos orgánicos volátiles, que pueden provocar cáncer, malformaciones congénitas y otros daños graves para la salud.

La exposición en el exterior a contaminantes atmosféricos, como las partículas en suspensión, los óxidos de nitrógeno, el monóxido de carbono y los contaminantes tóxicos del aire, contribuye a la mortalidad prematura y al aumento del riesgo de enfermedades

en niños y adultos, como asma, cardiopatías y accidentes cerebrovasculares, EPOC, cáncer de pulmón, diabetes de tipo 2, partos prematuros e infecciones respiratorias.

La contaminación del aire que respiramos no es saludable para nadie, pero muchas personas corren un riesgo mayor, como los niños, las personas con enfermedades pulmonares o cardíacas, las embarazadas, las personas mayores, las personas de color, los integrantes de comunidades con bajos recursos y de comunidades rurales.



Destacado: Estufas de leña y chimeneas

Quemar leña en casa puede producir un aumento considerable de los niveles de monóxido de carbono, óxidos de nitrógeno y elementos tóxicos en el aire. Las estufas de leña y las chimeneas también producen grandes cantidades de partículas letales. La combustión de la leña también contribuye a niveles de contaminación externa perjudiciales para la salud.



Destacado: Cocinas de gas

Los artefactos de cocina que funcionan con gas pueden emitir cantidades sustanciales de monóxido de carbono y óxidos de nitrógeno, además de algunas partículas e hidrocarburos aromáticos policíclicos.

Un estudio de la American Lung Association señala que la exposición en interiores a los contaminantes de la cocina de gas puede agravar los síntomas del asma y reducir la función pulmonar en los niños.

¿Qué puede hacer para protegerse a usted mismo y a su familia de la combustión en el hogar?

Si quema combustible en su casa, hay algunas medidas que puede tomar inmediatamente para reducir el riesgo de exposición a contaminantes dañinos:

- Asegúrese de que todos y cada uno de los artefactos que consumen combustible de su hogar funcionan correctamente.
- Instale monitores de monóxido de carbono.
- Siempre que utilice la cocina de gas, debe ventilar: con un extractor con salida al exterior, con una ventana abierta o con ambas cosas.
- En los hogares en los que se utiliza leña para calentar o cocinar, se puede instalar un dispositivo de limpieza del aire que utilice filtración HEPA para proteger el hogar del hollín y el humo.

Existen otras medidas que pueden adoptarse para reducir la contaminación por combustión en interiores:

- Reducir o eliminar la quema innecesaria de leña en su hogar.
- Si puede, sustituya los artefactos de gas por electrodomésticos.
- Si es propietario de su vivienda, puede aprovechar los programas de incentivos que ofrecen las compañías eléctricas y los gobiernos para adquirir sistemas de calefacción, calentadores de agua, secadoras de ropa y estufas o cocinas más seguros y limpios.
- Las entidades públicas y privadas, incluidas las escuelas, las empresas y los propietarios y administradores de edificios, pueden evaluar el impacto de los contaminantes derivados de la combustión en la calidad del aire interior de sus instalaciones y adoptar medidas para reducirlos o eliminarlos.
-

Obtenga más información en [Lung.org/residential-combustion](https://www.lung.org/residential-combustion)
