



### NOTA DE PRENSA

## **AIRE ACONDICIONADO Y PISCINAS CON EXCESO DE CLORO, POSIBLES FUENTES DE PATOLOGÍAS RESPIRATORIAS DURANTE EL VERANO**

- El uso inadecuado del aire acondicionado, sobre todo durante los días de mayor calor, induce a muchas personas a tratar de enfriar espacios fijando temperaturas por debajo de los 20° C. El brusco cambio de temperatura favorece la aparición de resfriados, faringitis o procesos bronquíticos
- Se recomienda no bajar nunca de los 22,5° C, aunque lo ideal es que la temperatura del aire acondicionado se mantenga entre los 24°-26° y con una humedad relativa del 35% al 60%
- Nadar en piscinas con exceso de cloro puede aumentar las posibilidades de desarrollar asma, sobre todo en niños. Y esta probabilidad aumenta cuanto más pequeño sea el niño, más tiempo permanezca en el agua, más agua de la piscina ingiera, menos higiene personal se requiera a la hora de zambullirse y mayor sea la temperatura del agua
- Además de entre los menores, el exceso de cloro en las piscinas lo acusan antes los sujetos con alergia o enfermedad respiratoria, así como las personas más expuestas al agua, caso de monitores, cuidadores, personal de mantenimiento, etc.

**Miércoles, 5 de agosto de 2015.-** El uso inadecuado del aire acondicionado o el hecho de nadar en una piscina con exceso de cloro puede conducir a desarrollar patologías respiratorias o agravar el estado de las mismas durante los meses de verano. Por ello, desde Neumosur, la sociedad científica que aglutina a los neumólogos y cirujanos torácicos del sur de España, se ofrecen consejos, prácticos y de fácil seguimiento, para prevenir la aparición o el agravamiento de alguna de estas dolencias.

### **Aire acondicionado**

El uso inadecuado del aire acondicionado, sobre todo durante los días de mayor calor como los vividos durante alguna de las 'olas de calor' de este verano, induce a muchas personas a tratar de enfriar espacios fijando temperaturas por debajo de los 20° C. El

brusco cambio de temperatura favorece la aparición de resfriados, faringitis o procesos bronquíticos. Desde Neumosur se recomienda no bajar nunca de los 22,5° C, aunque lo ideal es que la temperatura del aire acondicionado se mantenga entre los 24°-26° y con una humedad relativa del 35% al 60%.

Estas recomendaciones deben ir acompañadas de otras que sean igualmente de sencillo cumplimiento, como es el caso de tener una correcta hidratación, ya que el aire acondicionado fomenta la sequedad de las mucosas nasales, lo que origina molestias respiratorias. Asimismo, los aparatos de refrigeración deben mantenerse en óptimas condiciones de limpieza, ya que un mantenimiento deficiente puede contribuir a que colonicen en el mismo la bacteria *Legionella pneumophila*, responsable de una neumonía grave, u hongos como *Aspergillus niger* y *Aspergillus fumigatus*, que provocan rinitis, asma o neumonía.

### **Piscinas con exceso de cloro**

Nadar en piscinas con exceso de cloro puede aumentar las posibilidades de desarrollar asma, sobre todo en niños. Y esta probabilidad aumenta cuanto más pequeño sea el niño, más tiempo permanezca en el agua, más agua de la piscina ingiera, menos higiene personal se requiera a la hora de zambullirse y mayor sea la temperatura del agua.

En concreto, el riesgo es mayor en los niños que acuden regularmente a la piscina con una edad por debajo de 6-7 años, dado que a esas edades habitualmente no se nada, sino que se chapotea y se inhalan y degluten más partículas de agua con cloramina, una sustancia que puede lesionar el epitelio pulmonar y provocar síntomas asmáticos (tos, pitos en el pecho y ahogo) o desencadenar asma en niños predispuestos (atópicos).

La cloramina se genera por la mezcla de ácido hipocloroso –desinfectante resultante de la reacción del cloro con el agua-, el sudor, la saliva y la orina presentes en el agua de una piscina –en especial, bastante frecuente ésta última, sobre todo cuando se trata de niños pequeños- Neumosur subraya que los niveles de cloramina son mayores en las piscinas con exceso de cloro, no ventiladas (cubiertas), con mayor temperatura del agua y con malas condiciones higiénicas de los nadadores, por lo que se aconseja a los padres que se cercioren de que las instalaciones a las que llevan a sus hijos tienen los permisos correspondientes, y eviten en cualquier caso aquellas que cuyas condiciones les resulten sospechosas.

Igualmente, desde esta sociedad científica recomiendan que no se dejen a los menores un tiempo demasiado prolongado en el agua, que estén atentos de que no traguen agua y que exijan a los padres de niños pequeños el uso de pañales adecuados capaces de absorber la orina en el agua.

Además de entre los niños menores de 6-7 años, el exceso de cloro en las piscinas lo acusan antes los sujetos con alergia o enfermedad respiratoria, así como las personas más expuestas al agua, caso de monitores, cuidadores, personal de mantenimiento, etc., a las que se les recomienda ser inflexibles y exigentes en el cumplimiento de las adecuadas condiciones higiénicas de la piscina y su entorno.

Desde Neumosur se recomienda que, en el caso de que se desarrolle algunas de las situaciones anteriormente descritas, consultar con su médico (neumólogo, alergólogo, pediatra o médico de atención primaria) cualquier duda que se planteen al respecto.

**Para más información:**

**Gabinete de comunicación de Neumosur: Tomás Muriel (95 462 27 27 / 605 603 382)**