



# El uso y cuidado de los humidificadores domésticos

Los humidificadores habitualmente se utilizan en los hogares para aliviar las molestias físicas que provocan la sequedad de la nariz, la garganta, los labios y la piel. La humedad que añaden al aire seco también ayuda a aliviar molestias comunes provocadas por la calefacción durante el invierno, como la electricidad estática, el empapelado despegado y las grietas en la pintura y los muebles. Sin embargo, el exceso de humedad puede propiciar el crecimiento de organismos biológicos en el hogar. Entre estos organismos se encuentran los ácaros de polvo, que son animales microscópicos que producen materiales que causan reacciones alérgicas al polvo doméstico y a los mohos.

Varios estudios han demostrado que los humidificadores ultrasónicos y de impulsión (o rocío frío) pueden dispersar materiales, como microorganismos y minerales, desde sus tanques de agua al aire interior. Es importante cuidar y limpiar adecuadamente los humidificadores ultrasónicos y de impulsión para reducir la posible exposición a microorganismos, como bacterias y mohos. Los microorganismos suelen reproducirse en los humidificadores equipados con tanques que contienen agua estancada. Respirar el vapor que contiene estos contaminantes ha sido implicado como causante de cierto tipo de inflamación de los pulmones.

Utilizar agua con un bajo contenido en minerales reducirá la exposición a estos materiales (véase el recuadro siguiente).

Los jóvenes, los ancianos y las personas con enfermedades pulmonares o alergias respiratorias pueden ser especialmente susceptibles a ciertos tipos de contaminantes presentes en el aire. Sin embargo, si sigue las recomendaciones para el uso y cuidado de los humidificadores domésticos que se ofrecen en esta hoja informativa, se reducirá el potencial de propagación de microorganismos y minerales de su humidificador.

## Tipos de humidificadores y sus contaminantes asociados

Los humidificadores de consola están encerrados en armarios diseñados para su uso en el suelo. Los humidificadores portátiles son más pequeños y fáciles de mover. Los humidificadores centrales están integrados en sistemas de calefacción y aire acondicionado y humidifican toda la casa.

Los dos tipos de humidificadores que generalmente parecen producir las mayores diseminaciones tanto de microorganismos como de minerales son:

- Los ultrasónicos, que crean una vaporización fría mediante vibraciones sonoras ultrasónicas.
- Los de turbina o de impulsión que producen un rocío frío por medio de un disco giratorio de alta velocidad.

Otros dos tipos de humidificadores pueden permitir el crecimiento de microorganismos si están equipados con un tanque que contiene agua estancada, pero generalmente dispersan menos contaminantes en el aire, si es que dispersan alguno. Estos son:

### Consejos para el uso y cuidado de los humidificadores domésticos

- Vacíe el recipiente, seque todas las superficies y reabastezca diariamente el agua de los humidificadores portátiles para reducir la proliferación de microorganismos.
- Utilice agua con bajo contenido mineral, como el agua destilada, para evitar que se liberen minerales al aire.
- Limpie los humidificadores portátiles cada tres días para reducir la acumulación de cal y microorganismos.
- Si utiliza un producto de limpieza o desinfección para limpiar el humidificador, enjuague bien el recipiente para evitar que se liberen sustancias químicas al aire.

## El uso y cuidado de los humidificadores domésticos

- Los vaporizadores, que transmiten la humedad al aire de forma invisible utilizando un ventilador para soplar aire a través de un material absorbente humedecido, como una cinta, una mecha o un filtro.
- Los vaporizadores, que crean vapor calentando agua con un elemento de calentamiento eléctrico o electrodos. Los humidificadores de "rocío tibio" son un tipo de vaporizador en el que el vapor se enfría antes de salir de la máquina.

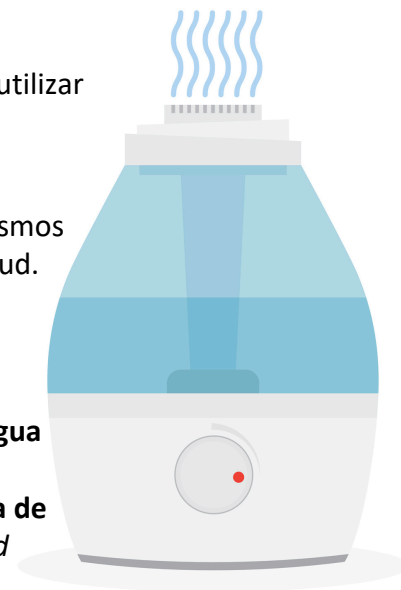
**Nota:** No se espera que los vaporizadores y los humidificadores de vapor puedan dispersar cantidades sustanciales de minerales.

### Recomendaciones para su uso y cuidado

Es importante utilizar un humidificador solo cuando las condiciones lo requieran, utilizar el ajuste de humedad correcto para las condiciones existentes y limpiarlo meticulosamente.

Los posibles efectos sobre la salud provocados por la propagación de microorganismos y minerales a través de los humidificadores domésticos no se conocen con exactitud. Mientras tanto, puede ser prudente reducir el potencial de exposición personal a estos materiales tomando las siguientes precauciones, especialmente cuando se utilizan humidificadores ultrasónicos y de turbina

- **Vacíe el tanque, seque todas las superficies y reabastezca diariamente el agua de los humidificadores portátiles para reducir la proliferación de microorganismos; siga las instrucciones del fabricante para cambiar el agua de los humidificadores de consola.** Asegúrese de *desconectar primero la unidad de la toma de corriente.*
- **Utilice agua con bajo contenido en minerales para evitar la formación de incrustaciones y la liberación de minerales en el aire.** Consulte el recuadro siguiente para obtener información sobre el uso de agua con bajo contenido mineral.
- **Limpie los humidificadores portátiles cada tres días.** Vacíe el tanque y utilice un cepillo u otro estropajo para limpiarlo. Elimine cualquier cal, depósito o película que se haya formado en los lados del depósito o en las superficies interiores y seque todas las superficies con un paño. De nuevo, asegúrese de *desconectar la unidad.*



Siga las sugerencias del fabricante sobre el uso de los productos de limpieza o desinfectantes. Si no hay recomendaciones específicas, limpie todas las superficies que entren en contacto con el agua con una solución de peróxido de hidrógeno al 3%. Si utiliza algún producto de limpieza o desinfectante, enjuague bien el tanque con varios cambios de agua del grifo para evitar la propagación de productos químicos en el aire durante su uso.

## Can I Use Tap Water in My Ultrasonic or Impeller Humidifier?

Researchers have documented that ultrasonic or impeller humidifiers are very efficient at dispersing minerals in tap water into the air. In addition, some consumers are bothered by a "white dust" that may appear on surfaces during use of these devices. Most importantly, minerals in tap water may increase the development of crusty deposits, or scale, in humidifiers. Scale can be a breeding ground for microorganisms. Retarding the growth of scale is the most compelling reason to find alternatives to tap water. For this reason, or if white dust is a problem or you wish to minimize your exposure to minerals in the tap water as a matter of prudence, you should either:

- 1. Use bottled water labeled "distilled."** While distilled water still contains some mineral content, it will likely contain lower mineral content than most tap water. Distillation is the most effective method for removing minerals from water.

Two additional demineralization processes, deionization and reverse osmosis, remove most of the minerals from water, but are generally less effective than distillation. Water demineralized by these two processes would, on the average, be expected to contain a higher mineral content than distilled waters. "Purified" water may be produced by any of these three or other similar processes.

Be aware, however, that not all bottled water is produced using demineralization processes. Bottled waters labeled "spring", "artesian" or "mineral" have not been treated to remove mineral content.

- 2. Consider using demineralization cartridges, cassettes, or filters if supplied or recommended for use with your humidifier.**

Be aware, however, that the ability of these devices to remove minerals may vary widely. Further research is needed to determine how well, and how long, these devices work. Watch for the appearance of "white dust," which would indicate that minerals are not being removed.

Also, in areas of the country where the mineral content in the tap water is high, using distilled water may be less expensive than cartridges, cassettes, or filters.

## Additional Sources of Information

For additional information on home humidifiers and other consumer products:



Scan the QR code on your smart phone or visit [our website](#) for a web version of this and related information.



Scan the QR code on your smart phone or visit the [U.S. Consumer Product Safety Commission \(CPSC\)](#) website.



Scan the QR code on your smart phone or visit [CPSC Safety Alert Dirty Humidifiers May Cause Health Problems](#) website.