

‘Lo más importante es evitar que los ácaros entren a las vías respiratorias’, dice especialista

# Calefacción para alérgicos al polvo: las opciones más y menos recomendables

**Estufas a gas y parafina no mueven masas de aire, pero generan dióxido de nitrógeno, enemigo de las personas alérgicas porque produce inflamación en las vías respiratorias.**

VASTI ABARCA

**A**londra Espinoza es profesora de inglés y cuenta que todos los inviernos lo pasa mal tratando de escoger una calefacción que no profundice su alergia al polvo. “He probado con distintos tipos, partí con estufa a gas, pero me hace sentir ahogada. También tuve un calefactor eléctrico que era potente y funcionaba bien, pero comencé a sentir muchos síntomas de alergia y me di cuenta de que era porque tenía un pequeño ventilador. Ahora me cambié a un departamento que tiene calefacción central y creo que me ha funcionado mejor”, cuenta la profesora.

## Calefacción que hay que evitar

Beatriz Arteaga, directora de la Escuela de TENS de la Universidad de las Américas, es especialista en el tema, no solo por su profesión, sino también porque sus hijos sufren de alergia al polvo. “Lo más importante es evitar que los ácaros entren a las vías respiratorias producto de la calefacción porque eso es lo que causa el cuadro alérgico, inflamatorio o asmático, generando complicaciones desde el punto de vista respiratorio.

## Convectores eléctricos

Arteaga dice que existen varios tipos de calefacción que se deben analizar. “Primero están los radiadores o convectores eléctricos que producen masas de aire caliente. Aquí está el aire acondicionado, los termoventiladores que provocan pequeñas corrientes de aire caliente que, por mucho que uno limpie la casa minuciosamente, estos calefactores movilizan las pequeñas partículas de polvo. Esto provoca que los ácaros queden en suspensión y son inhalados por las personas, afectando a los alérgicos, por lo que estos calefactores no se recomiendan”, explica.

Rogelio Moreno, ingeniero civil mecánico y académico del Instituto de Materiales y Procesos Termomecánicos de la Universidad Austral, detalla que los calefactores que mueven aire funcionan con un efecto convecti-



El calefactor oleoeléctrico es una buena opción

vo. “Estos sistemas toman el aire de la habitación que está frío, lo tratan térmicamente a través de un ventilador, haciéndolo pasar por un serpentín (como la resistencia eléctrica en forma de espiral que usan los secadores de pelo) y luego lo vuelven a inyectar en la habitación”, puntualiza el ingeniero.

“Los equipos de aire acondicionado traen un filtro que retiene el material en suspensión, lo que incluye el polvo, pero el particulado más fino igual logra atravesar el filtro. Sin embargo, los calefactores que funcionan con este sistema convectivo, por lo general, no traen ningún tipo de filtro, por lo que todas las partículas que expulsan quedan en suspensión”, dice Moreno.

## Las estufas a gas y parafina

Otro sistema de calefacción son las estufas que funcionan por combustión de parafina o gas. “Son bastante asequibles y la mayoría de las perso-

nas los ocupa, pero también son complicados para las personas alérgicas. Si bien no movilizan masa de aire, a raíz de la combustión un elemento que es el dióxido de nitrógeno, que es un desecho de este proceso que disminuye la función respiratoria e inflama las vías respiratorias, lo que aumenta el cuadro que podría presentar el paciente alérgico”, detalla Arteaga. La especialista también explica que este sistema consume oxígeno y condensa la humedad, por lo que tampoco es recomendable. Aunque al comparar la parafina y el gas, este último es menos dañino.

## Lo que se recomienda

Arteaga dice que las mejores posibilidades están dentro de los calefactores eléctricos, pero no cualquiera. “Lo más recomendable para las personas alérgicas son los sistemas eléctricos que irradian calor y no generan movimiento de masas de aire. Uno de ellos son los calefactores oleoeléctri-

cos que calientan el aire del ambiente y no generan combustión, sin embargo, son caros en el consumo de electricidad”, detalla.

Esta opción es la que eligió Arteaga para su casa. “Lo elegí porque no tenemos calefacción central, y es la que menos problemas ocasiona a mis hijos. Pero si pudiera tener calefacción central elegiría esa porque no mueve aire y es muy limpia porque calefacción central elegiría esa porque no mueve aire y es muy limpia porque calefacción a través del agua caliente”, reconoce.

Otra opción son los típicos calefactores de tubos de cuarzo, el único inconveniente es que no son eficientes a la hora de calefactar espacios que no sean tan pequeños. “La mejor opción es el sistema de calefacción de piso o techo radiante porque calefaccionan el ambiente a través de las superficies, que se conoce también como loza radiante, y no levantan polvo, no hay proliferación de ácaros y tampoco condensan la humedad”, dice la especialista, aunque la inversión para este tipo de calefacción no es menor.

La especialista dice que independiente del tipo de calefacción que se escoja, siempre debe ir acompañada de aseo diario de las habitaciones con un paño húmedo, nunca con un paño seco para no levantar polvo, y ventilar diariamente los ambientes ideal al medio día.

» «Lo más recomendable para las personas alérgicas son los sistemas eléctricos que irradian calor y no generan movimiento de masas de aire»  
 Beatriz Arteaga