Moho

Esta hoja trata sobre la exposición al moho en el embarazo y durante la lactancia. Esta información se basa en la literatura publicada disponible. No debe usarse como un sustituto de la atención médica o los consejos de su proveedor de atención de salud.

¿Qué es el moho?

El moho es un tipo de hongo que puede vivir en casi cualquier lugar, en interiores y exteriores. Crece mejor en lugares cálidos, húmedos y mojados, incluidas las áreas dañadas por el agua. El moho puede ser de diferentes colores y puede tener olor a humedad y tierra. Se propaga al liberar esporas que se transmiten por el aire y pueden ser transportadas en la ropa o en los animales. Existen cuatro mohos domésticos comunes: ***Cladosporium***, ***Penicillium***, ***Alternaria*** y ***Aspergillus***.

¿Puedo enfermarme a causa del moho?

Los mohos en sí mismos no enferman a las personas. Algunos mohos producen toxinas que pueden causar síntomas como congestión nasal, irritación de los ojos, sarpullido, sibilancias, fiebre o dificultad para respirar. No todas las personas expuestas al moho tendrán síntomas. Las personas que tienen un sistema inmunitario débil o una condición respiratoria crónica (permanente), como asma, pueden ser más sensibles a las toxinas del moho. Si presenta síntomas, hable con sus proveedores de atención de salud.

La exposición al moho no ha sido bien estudiada durante el embarazo. Si está embarazada o amamantando y ha encontrado moho en su hogar, haga que lo eliminen lo antes posible, ya que podría afectar su propia salud o la salud de su bebé después del parto.

He oído que el moho Stachybotrys es peor que los mohos domésticos comunes. ¿Debo preocuparme si lo tengo en mi casa?

Stachybotrys chartarum es un moho de color negro verdoso. Es menos común en los hogares, pero no es raro. Si cree que su hogar puede tener ***Stachybotrys***, no es necesario hacer un análisis para saber qué tipo de moho es. Todos los mohos deben eliminarse del hogar lo antes posible. El ***Stachybotrys*** se debe eliminar de la misma manera que cualquier otro tipo de moho.

¿Puede la exposición al moho hacer que me resulte más difícil quedar embarazada?

Según los estudios revisados, no se sabe si la exposición al moho puede dificultar el embarazo.

¿La exposición al moho aumenta la posibilidad de aborto espontáneo?

El aborto espontáneo es común y puede ocurrir en cualquier embarazo por muchas razones diferentes. Según los estudios revisados, no se sabe si la exposición al moho aumenta la probabilidad de aborto espontáneo.

¿La exposición al moho aumenta la posibilidad de defectos de nacimiento?

Los defectos de nacimiento pueden ocurrir en cualquier embarazo por diferentes razones. De todos los bebés que nacen cada año, aproximadamente 3 de cada 100 (3%) tendrán un defecto de nacimiento. Revisamos los estudios de investigación para tratar de entender si cierta exposición, como el moho, podría aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento en un embarazo. Los estudios realizados en animales han demostrado que el moho puede aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento cuando se ingiere en grandes cantidades, pero no existe un riesgo comprobado para un embarazo o un bebé debido a la exposición al moho en el aire durante el embarazo.

¿La exposición al moho aumenta la posibilidad de otros problemas relacionados con el embarazo?

Se desconoce si la exposición al moho puede causar otros problemas relacionados con el embarazo, como parto prematuro (nacimiento antes de la semana 37) o bajo peso al nacer (pesar menos de 5 libras, 8 onzas [2500 gramos] al nacer).

¿La exposición al moho durante el embarazo afecta el comportamiento o aprendizaje futuro del niño?

No se sabe si la exposición al moho durante el embarazo puede causar problemas de conducta o de aprendizaje en el niño.

¿Cómo puedo reducir mi exposición al moho?

- Mantenga los niveles de humedad en el hogar lo más bajos posible, en promedio por debajo del 50%.
- Use un climatizador o un deshumidificador durante los meses húmedos.
- Use extractores de aire en cocinas y baños.
- Limpie los baños con productos para eliminar el moho. Use guantes no porosos y protección para los ojos, y asegúrese de tener buena ventilación de aire mientras limpia.
- No coloque alfombras en los baños ni en los sótanos.

¿Cómo se puede limpiar el moho después de una fuga de agua o una inundación?

- Use una máscara que impida que respire las esporas presentes en el aire, como un respirador N95. Para que la máscara o el respirador funcione correctamente, asegúrese de seguir todas las instrucciones del empaque.
- Use guantes no porosos hechos de caucho natural, neopreno, nitrilo, poliuretano o PVC.
- Use protección para los ojos, como gafas sin ventilación.
- Aumente la ventilación del aire mientras limpia al mantener las puertas y ventanas abiertas, y las rejillas de ventilación y los ventiladores encendidos.
- Retire todos los artículos que hayan estado húmedos durante más de 48 horas si no se pueden limpiar y secar a fondo. Esto incluye alfombras, tapicería, papel tapiz, paneles de yeso, baldosas de pisos y techos, material aislante, ropa, cuero, papel, madera y alimentos.
- Elimine el crecimiento de moho de las superficies duras con productos comerciales de limpieza de moho o una solución de lejía (1 taza de lejía en 1 galón de agua). No mezcle lejía con amoníaco u otros limpiadores domésticos. Siga siempre las instrucciones de uso y almacenamiento de las etiquetas.
- Si es sensible al moho o a los productos de limpieza, considere pedirle a otra persona que limpie por usted, especialmente en áreas con poca ventilación.
- Se puede contratar los servicios de empresas profesionales para limpiar sótanos inundados u otras áreas del hogar.

Lactancia materna y exposición al moho:

Los estudios han demostrado que la lactancia materna puede ayudar a proteger a los bebés contra el desarrollo de asma y alergias, incluidas aquellas relacionadas con la exposición al moho en el hogar. Si sospecha que el bebé tiene algún síntoma relacionado con el moho (estornudos frecuentes, congestión nasal, ojos llorosos, picazón, tos, sibilancias o dificultad para respirar), comuníquese con el proveedor de atención médica del niño. Asegúrese de hablar con su proveedor de atención de salud acerca de todas sus preguntas sobre la lactancia.

Si un hombre está expuesto al moho, ¿podría afectar la fertilidad o aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento?

Según los estudios revisados, no se sabe si la exposición al moho podría afectar la fertilidad masculina (capacidad de embarazar a su pareja) o aumentar la posibilidad de defectos de nacimiento por encima del riesgo de fondo. En general, es poco probable que las exposiciones de padres o donantes de esperma aumenten los riesgos del embarazo. Para obtener más información, lea la hoja informativa de MotherToBaby sobre las exposiciones paternas en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/exposiciones-paternas/.

Haga clic aquí para acceder a las referencias.

¿Preguntas? Llame al 866.626.6847 | Texto 855.999.3525 | Correo electrónico o chat en MotherToBaby.org .

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). Copyright de OTIS, 1 de junio de 2024.