

Moho

Esta hoja habla sobre la exposición al moho en un embarazo y durante la lactancia. Esta información no deberá usarse como un sustituto del cuidado médico o los consejos de su proveedor de salud.

¿Qué es el moho?

El moho son hongos que se pueden encontrar tanto en el interior como en el exterior. Crece mejor en lugares cálidos y húmedos. El moho se extiende por formar esporas que pueden vivir prácticamente en cualquier lugar.

El moho puede ser de muchos diferentes colores y por lo general crece en áreas húmedas o dañadas por el agua. El moho también puede tener un olor a humedad o a tierra. Cuatro mohos comunes en el hogar son: **Cladosporium**, **Penicillium**, **Alternaria** y **Aspergillus**.

¿Puede enfermarme el moho?

El moho en sí no la enferma, pero algunos tipos de moho pueden producir sustancias (toxinas) que pueden causar problemas de salud. La exposición al moho pueden causar síntomas de salud en algunas personas tales como: reacciones alérgicas incluyendo nariz congestionada, irritación en los ojos, erupciones de piel, y sibilancias y posiblemente fiebre o dificultad para respirar. No todas las personas tendrán estos síntomas. Las personas que tienen un sistema inmunológico débil o tienen problemas crónicos (continuos) respiratorios como asma pueden ser más sensibles al moho. Si la exposición al moho le está causando algunos de estos síntomas, hable con sus proveedores de salud.

¿Cómo puedo mantener los edificios y hogares libres de moho?

- Mantenga el nivel de humedad dentro de casa lo más bajo posible, pero un promedio menor que 50%.
- Utilice el aire acondicionado o deshumidificador durante los meses de humedad.
- Utilice extractores de aire en la cocina y baños.
- Limpie los baños con productos que eliminen el moho. Use guantes no porosos y protección para los ojos; y tenga buena ventilación mientras limpia.
- No instale o ponga alfombra en los baños ni sótanos.

¿Cómo puedo limpiar el moho después de un derrame de agua o inundación?

- Use una máscara especial que pueda mantener las esporas del molde fuera del aire que respira, como un respirador N95. Los respiradores N95 bloquean el 95% de las partículas pequeñas (como las esporas de moho) de entrar en el aire que usted respira. Para que funcione correctamente, asegúrese de seguir todas las instrucciones en el paquete del respirador N95.
- Use guantes no porosos, que están hechos de caucho natural, neopreno, nitrilo, poliuretano o PVC.
- Use protección para los ojos, como gafas sin respiraderos.
- Tenga una buena ventilación mientras limpia manteniendo las puertas y ventanas abiertas, ventilas y ventiladores encendidos, etcétera.
- Retire todos los artículos que han estado mojados por más de 48 horas si no pueden limpiarse y secarse completamente. Esto incluye alfombras, tapicería, papel pintado, paneles de yeso, tejas para suelos y techos, material aislante, ropa, cuero, papel, madera y alimentos.
- Elimine el crecimiento de moho de superficies duras usando productos de limpieza de moho comerciales o una solución de blanqueador (1 taza de lejía en 1 galón de agua). No mezcle blanqueador con amoníaco u otros productos de limpieza para el hogar. Siempre siga las instrucciones de uso y almacenamiento en las etiquetas.
- Si usted es sensible al moho o productos de limpieza, considere pedirle a alguien que lo limpie, especialmente en áreas con mala ventilación.
- También se pueden contratar empresas profesionales para limpiar el sótano inundado u otras áreas del hogar.

Me he enterado que el “Moho Negro” Stachybotrys es un moho que es el peor de los mohos comunes en el hogar. ¿Debo preocuparme si tengo este moho en mi casa?

Stachybotrys es un moho de color negro verdusco. Aunque no es muy común en los hogares, tampoco no es raro. Hay algunos reportes sobre mohos como el **Stachybotrys** que causan hemorragias en los pulmones de los infantes. Estos casos son raros y no hay la suficiente información para comprobar una relación.

Si usted considera que en su casa hay **Stachybotrys**, no necesita que se hagan pruebas. Aunque todos los mohos podrían causar problemas de salud, ellos deberían ser eliminados lo más pronto posible. **Stachybotrys** deberá ser eliminado de la misma manera que los otros tipos de moho.

¿Estando cerca del moho en mi casa puede hacerlo más difícil embarazarme?

En este momento, no hay estudios en humanos analizando si la exposición al moho podría hacerlo más difícil quedar embarazada.

¿Estando cerca del moho en mi casa puede aumentar la posibilidad de aborto espontáneo?

El aborto espontáneo puede ocurrir en cualquier embarazo. En este momento, no hay estudios en humanos que analicen si la exposición al moho podría aumentar la posibilidad de aborto espontáneo.

¿Estando cerca del moho en mi casa en el primer trimestre puede aumentar la posibilidad de malformaciones congénitas u otras complicaciones del embarazo más adelante en el embarazo?

En cada embarazo, una mujer comienza con un 3-5% de probabilidad de tener un bebé con una malformación congénita. No hay ningún estudio hecho en humanos que investigue sobre la exposición del moho durante el embarazo. Los estudios en animales han demostrado que las toxinas de moho pueden aumentar la posibilidad de malformaciones congénitas cuando se comen. Sin embargo, actualmente no hay ningún riesgo establecido para un embarazo de la exposición al moho aerotransportada.

Si usted está embarazada y ha encontrado moho en su hogar, deberá hacer que lo eliminen tan pronto como sea posible. Consulte a su proveedor de salud si usted está sufriendo cualquier enfermedad que considere que se debe a la exposición al moho.

¿Estando cerca de moho en mi casa durante el embarazo puede aumentar la posibilidad de problemas a largo plazo en el comportamiento o el aprendizaje del bebé?

En este momento, no hay estudios en humanos que analicen si la exposición al moho aumenta la posibilidad de tales problemas.

¿Puedo amamantar si hay moho en mi casa?

Ya que el moho en la casa puede enfermar tanto a la madre como al bebé, deberá ser eliminado lo más antes posible. No se han realizado estudios que analicen la salud del infante cuando la exposición al moho sucede durante la lactancia. Asegúrese de hablar con su proveedor de salud si tiene preguntas sobre la lactancia.

Si un hombre está expuesto al moho, ¿aumenta la posibilidad de infertilidad o malformaciones congénitas?

En general, las exposiciones que los padres tienen son pocos probables que aumenten los riesgos a un embarazo. Para más información, por favor vea la hoja informativa de MotherToBaby [Exposiciones paternas y el embarazo](https://mothertobaby.org/es/fact-sheets/exposiciones-paternas/pdf/) en <https://mothertobaby.org/es/fact-sheets/exposiciones-paternas/pdf/>.

Por favor haga clic [aquí](#) para las referencias.

¿Preguntas? Llame al 866.626.6847 | Texto 855.999.3525 | Correo electrónico o chat en [MotherToBaby.org](https://www.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, agosto 9, 2019.