



## Calidad del aire en espacios interiores: compuestos orgánicos volátiles (COV) Indoor Air Quality: Volatile Organic Compounds (VOCs)

### ¿Qué son los compuestos orgánicos volátiles (COV)?

Los compuestos orgánicos volátiles (COV) son gases emitidos por diversas fuentes en espacios cerrados. La concentración de la mayoría de los compuestos orgánicos volátiles es más elevada en el aire de los espacios cerrados que en el aire exterior.

### ¿De dónde vienen los COV?

El formaldehído es uno de los COV más comunes. El formaldehído es un gas incoloro con un fuerte olor. Es común en muchos materiales de construcción como el contrachapado, el aglomerado y los pegamentos. También se puede encontrar formaldehído en algunas cortinas y telas, además de en algunos tipos de espuma aislante.

Entre otras fuentes de COV se encuentra la quema de combustibles como la gasolina, la leña y el queroseno, así como los productos del tabaco. Los COV también pueden provenir de productos de cuidado personal como del perfume, laca para el cabello, productos de limpieza, líquidos para la limpieza en seco, pinturas, lacas, barnices, materiales para manualidades, y de fotocopiadoras e impresoras.

Los productos pueden liberar COV durante su uso e incluso durante su almacenamiento. Sin embargo, la cantidad de COV que los productos emiten tiende a disminuir con el tiempo.

### ¿Cuáles son algunos de los problemas de salud causados por los COV?

Los COV incluyen una variedad de productos químicos que pueden causar irritación de los

ojos, nariz y garganta, falta de aliento, dolores de cabeza, fatiga, náuseas, mareos y problemas de la piel. Las concentraciones más elevadas pueden causar irritación de los pulmones, así como daños hepáticos, renales o daños al sistema nervioso central.

Se sospecha que algunos COV causan cáncer en los humanos y se ha demostrado que causan cáncer en animales. Los efectos sobre la salud causados por los COV dependen de la concentración y de la duración de la exposición a los productos químicos.

### ¿Cómo puedo evitar la exposición a los COV?

La mejor manera de evitar la exposición es controlando la fuente de COV y usando materiales y productos que no emitan COV. A continuación se mencionan algunos ejemplos.

- Algunos de los materiales de construcción emiten menos COV que otros. Trate de elegir productos apropiados para su uso en espacios cerrados.
- No permita que se fume en su casa o cerca de ella; fumar es una fuente de muchos contaminantes, incluyendo de COV.
- Si no es posible eliminar la fuente de COV, reduzca la exposición sellando las superficies como aglomerados o paneles con un sellador impermeable, como barniz de poliuretano o pintura de látex.
- Permita que el mobiliario nuevo o los materiales de construcción emitan gases en un lugar de almacenamiento durante al menos unas semanas antes de introducirlos en su hogar. Si no es posible, aumente la ventilación abriendo las puertas y ventanas de su casa durante unas semanas.

- Compre sólo las pinturas, limpiadores y disolventes necesarios para su uso inmediato para evitar la necesidad de almacenar estos productos en su hogar. Siga las instrucciones de la etiqueta del producto. Mantenga las tapas perfectamente cerradas. Almacene los productos en una habitación separada; preferiblemente en un cobertizo exterior, o en zonas con una ventilación adecuada.
- Saque de su hogar las latas o botellas de productos que contengan COV que sean viejas o innecesarias. No tire los productos sin usar junto con la basura, asegúrese de deshacerse de ellos de manera segura y adecuada.
- No mezcle limpiadores para el hogar o disolventes distintos. La mezcla puede crear contaminantes nuevos y peligrosos.
- No meta en casa ropa que acaba de lavar en seco si tiene un fuerte olor. Deje la ropa en la tintorería o sáquela de su envoltura de plástico y cuélguela en una zona ventilada hasta que esté convenientemente seca.

#### **Alfombras nuevas:**

- Desenrolle las alfombras nuevas y si es posible, permita que se aireen en un lugar de almacenamiento antes de instalarlas.
- Si necesita pegamentos, elija los que sean adecuados para su uso en espacios cerrados.
- Salga del espacio durante la instalación de la alfombra.
- Ventile la zona todo lo que sea posible durante la instalación y en el espacio de varios días después de ésta, usando ventiladores, y abriendo puertas y ventanas.

#### **Ventilación:**

- Asegúrese de tener suficiente aire fresco y limpio en su hogar.
- Aumente la ventilación abriendo puertas y ventanas después de traer nuevas fuentes de COV a su hogar como alfombras, muebles o cortinas nuevas.

- Siga las indicaciones de las etiquetas del fabricante cuando use productos químicos para el hogar. Si la etiqueta dice “use en una zona bien ventilada” salga al exterior o vaya a una zona donde un extractor o una ventana abierta proporcione una ventilación añadida.

#### **Para más información**

Para obtener más información sobre la calidad del aire en espacios cerrados y su salud, visite los siguientes sitios web:

- Health Canada (Departamento de Salud de Canadá) – Calidad del aire en espacios cerrados [www.hc-sc.gc.ca/ewh-semt/air/in/index-eng.php](http://www.hc-sc.gc.ca/ewh-semt/air/in/index-eng.php)
- Asociación pulmonar de B.C– Calidad del aire [www.bc.lung.ca/airquality/airquality.html](http://www.bc.lung.ca/airquality/airquality.html) o llame al número de teléfono gratuito 1-800-665-LUNG (5864)

Para leer acerca de otros temas en los folletos de salud de B.C. (HealthLinkBC Files) diríjase a: [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) o comuníquese a su unidad local de salud pública.

Para obtener información y familiarizarse con los servicios de salud en B.C. (en casos que no constituyan una emergencia) diríjase a: [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) o llame al **8-1-1**.

En B.C., el número telefónico de asistencia para personas sordas o con problemas de audición es el 7-1-1.

Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los requieran.



**BC Centre for Disease Control**  
An agency of the Provincial Health Services Authority