



CÓMO EVITAR LA HUMEDAD EN CASA

La humedad excesiva en el hogar puede ocasionar efectos nocivos para la salud e incrementar el deterioro de las paredes y otras estructuras. Aparece debido a factores como el clima, el paso del tiempo, una mala ventilación y los materiales de los cuales está hecha la casa que habitas.

En este tutorial, te enseñaremos cómo identificar los síntomas de la humedad y prevenir efectivamente su aparición. ¡Manos a la obra!

ÍNDICE

1. DETECTAR SÍNTOMAS
2. BAÑO
3. COCINA
4. MUROS EXTERIORES

5. MUROS INTERIORES
6. TECHOS Y JUNTAS
7. CÓMO MANEJAR UNA GOTERA

MATERIALES Y HERRAMIENTAS

Materiales

- Limpiador de hongos y moho 1 litro
- Pasta muro exterior o yeso
- Bloqueador de humedad mate
- Extractor de aire para baño 100 mm
- Primer fondo eliminador de hongos y moho Mold Killing
- Esmalte al agua interior anti hongo y moho Perma White

Herramientas

- Espátula de acero flexible
- Escobilla de acero
- Brocha
- Lija

ANTES DE COMENZAR:

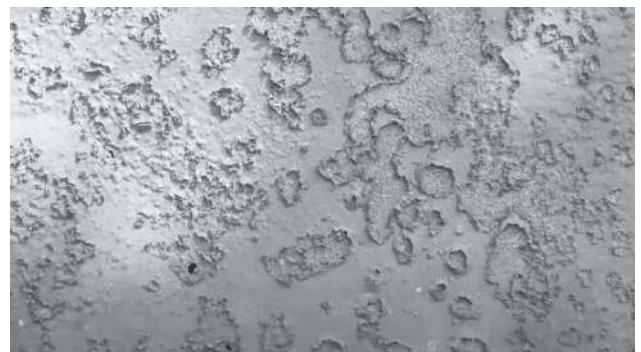
Recuerda siempre utilizar guantes y antiparras de seguridad para realizar los trabajos y reparaciones indicados a continuación.

1 DETECTAR SÍNTOMAS



Es probable que, especialmente durante el invierno, encuentres síntomas de humedad en diferentes áreas de tu hogar. Estos pueden aparecer en forma de:

- Fuerte “olor a húmedo”: el olor que percibimos de forma intensa es olor de partículas de moho en el ambiente.
- Manchas oscuras en paredes o techos: este es un claro indicio de moho u hongos en el área.



- Muros con yesos o pintura inflada o desprendida, muestra clara de presencia de humedad.
- Goteras o artículos oxidados.

2 BAÑO



Uno de los lugares donde hay mayor presencia de humedad debido a su constante uso y poca ventilación, es el baño. En esta zona, es común que se dé el efecto de humedad por condensación: el vapor del aire se convierte en líquido al entrar en contacto con superficies más frías.

¿Cómo reconocerla?

- Superficies como las paredes, el espejo u otros objetos que no están en directo contacto con el agua se ven mojadas después de tomar una ducha.
- Revisa también si hay otros de los síntomas que vimos en el punto 1.
- Un fragüe deteriorado también es indicio de humedad por condensación.



¿Cómo prevenir la humedad del baño?

- Abre las ventanas diariamente para ventilar el espacio.
- Al momento de ducharte, abre una ventana para dar salida al vapor.
- Si no posees una ventana o ventilación adecuada, te recomendamos la instalación de un extractor de aire.
- Si es tu caso, revisa nuestro proyecto: **Cómo instalar un extractor de aire.**

Recomendación

*Si el problema es más grave y ya existe abundante moho, te recomendamos revisar nuestro proyecto **Cómo reparar la humedad en el baño** donde te contamos el paso a paso de cómo eliminarlo.*

3 COCINA



Otro sector de nuestro hogar que se puede ver afectado por la humedad es la cocina: el vapor de agua que se produce al cocinar se condensa en ventanas y paredes, ocasionando deterioro en el techo o el área donde cocinamos.

Existe, además, el riesgo que aparezca moho u hongos en alimentos, vajilla o utensilios de cocina, lo que puede ocasionar problemas de salud.



Para prevenir su aparición:

- Ventila antes, durante y después de cocinar, asegurándote de que el vapor de ollas o hervidores tiene un modo de salir.
- Utiliza la campana extractora, para así eliminar el exceso de humedad y olores en el ambiente.
- Asegúrate de guardar ollas y otros implementos de cocina en armarios con puertas, para evitar su exposición directa a la humedad.
- Limpia con frecuencia con productos especiales antihongos.

4 MUROS EXTERIORES



La presencia de humedad en muros exteriores ocurre por capilaridad, es decir, el exceso de agua en la base del hogar. Este exceso de humedad asciende por muros y paredes, para luego evaporarse cuando llega a zonas con mejor ventilación.

Esta humedad se manifiesta generalmente en las zonas bajas de los muros.

¿Cómo reconocer la humedad en los muros exteriores?

- Hay presencia de manchas.
- Se aprecian sales minerales cristalizadas en la superficie.
- La pintura está inflada o se desprende en algunas zonas.
- Se visualizan líneas de humedad a través de la estructura.



¿Cómo prevenir la humedad en los muros exteriores?

Para esto, debes impermeabilizar el muro desde la base y procurar un buen drenaje en el terreno, con el fin de que el agua tenga salida y no se acumule, en especial en muros con orientación sur.

Para ello:

- Mantén limpias las superficies que rodean el muro.
- Aplica al menos dos veces al año pintura anti-humedad para mantener la impermeabilización.

En el caso de daños más extensos, hay que efectuar una mantención en el muro, de acuerdo a los siguientes pasos:

- Quita el material suelto con la espátula de acero flexible.
- Con la escobilla de acero, remueve sales y partes sueltas.
- Limpia el área con agua y luego deja secar.
- Aplica un bloqueador de humedad para evitar la aparición de la humedad y deja secar.
- Agrega una capa de pasta muro o marmolina para lograr la textura del muro.
- Finaliza con una capa de pintura.

5 MUROS INTERIORES



En los muros del interior del hogar, la humedad puede ser debida a diferentes causas:

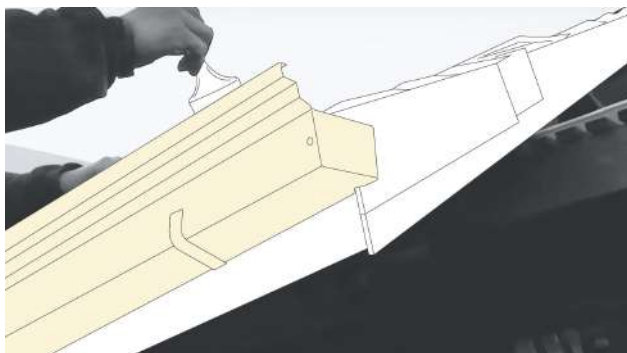
- **Capilaridad:** cuando hay un muro dañado en el exterior la humedad puede filtrarse hacia el interior.
- **Condensación:** producto de una mala ventilación y un exceso de vapor de agua.
- **Filtración:** ocasionada por el desgaste de material de las cañerías o una obstrucción en ellas.

Importante

En el caso de los muros interiores, la reparación puede resultar mucho más compleja, así que es conveniente dejarla en manos de especialistas.

Contacta con los **Servicios de Hogar de Sodimac**, en donde un especialista podrá ayudarte a solucionar dudas y requerimientos.

6 TECHOS Y JUNTAS



La humedad en techos y juntas se debe, generalmente, a la filtración de lluvias, la cual se abre paso por muros, ventanas y fachadas.

La podrás identificar por las siguientes señales:

- Manchas en el techo.
- Cambio de tonalidad en algunas zonas.
- Desprendimiento de material.
- Goteras de exterior o escurrimiento de agua, en los casos más graves.

Para prevenir su aparición:

- Usa materiales impermeabilizantes en todas las terminaciones de tu casa, en especial bajo la techumbre.
- Limpia las canaletas de forma regular, para evitar la acumulación de hojas y basura que puedan entorpecer el cauce del agua.

7 CÓMO MANEJAR UNA GOTERA



Las molestas goteras se pueden dar tanto en el exterior como en el interior. A continuación te contamos cómo enfrentarlas:

Goteras de exterior

- Identifica la zona desde donde proviene la filtración.
- Limpia y quita el material sobrante o desprendido, con ayuda de una espátula o escobilla.
- Para finalizar, vuelve a sellar.



Para las goteras de interior

- Elimina los restos de material suelto con la espátula o escobilla de acero, hasta dejar limpia la zona.
- Aplica un fondo antihongos.
- Echa pasta muro o yeso, y luego deja secar.
- Lija y remueve el polvo.
- Aplica una pintura antihongos al techo.

Si quieres saber con mayor detalle el paso a paso sobre esta reparación, visita nuestro proyecto:

[*¿Cómo reparar un techo dañado por la humedad?*](#)

Después de estas revisiones y reparaciones ya tienes la preparación necesaria para evitar que la humedad se extienda por tu casa. Recuerda realizar estas actividades de forma periódica para mantener el óptimo cuidado de tu hogar.