

SAÚDE

Síndrome do edifício doente

Ar condicionado mal conservado provoca resfriados, faringites, bronquites e pneumonias alérgica ou infecciosa

Mayka Sánchez
do El País

Os lugares refrigerados são um oásis em meio ao calor infernal. Mas as temperaturas excessivamente baixas propiciadas pelos sistemas de ar condicionado, a secura e a contaminação do ambiente e o choque que sofre o organismo ao passar bruscamente de uma temperatura de 18 a 24 graus centígrados para outra de 40 são responsáveis pela maioria das infecções respiratórias adquiridas no verão.

Comércios, restaurantes, bares, cinemas, ônibus, carros, aviões, escritórios, entre outros lugares, têm aderido em massa aos sistemas de climatização. Os especialistas advertem que o problema não está tanto na tec-

nologia do ar condicionado, mas no mal uso que se faz dela.

Miguel Hinojosa Macías, alergista do Hospital Ramón e Cajal de Madri, é um dos maiores especialistas em doenças provocadas pela refrigeração de ambientes fechados e outros fatores da chamada *síndrome do edifício doente*. Ele argumenta que qualquer sistema de ar condicionado, desde que bem instalado e em boas condições de manutenção, "não causa nenhum tipo de doença".

Macías explica que a contaminação dos dutos surge quando as instruções de manutenção, limpeza e as revisões técnicas, determinadas pelo fabricante, não são respeitadas. Nesse caso, a sujeira do ar condicionado contamina o ambiente, o aparelho torna-se

uma espécie de ventilador que espalha bactérias e fungos. O ar condicionado se constitui, então, em uma fonte de infecção das vias respiratórias, provocando doenças como resfriados, faringites, bronquites e pneumonias de origem alérgica ou infecciosa.

EDIFÍCIO DOENTE

Segundo Miguel Hinojosa Macías, o sistema de refrigeração é o principal fator que leva à *síndrome do edifício doente*: a temperatura e a umidade dos interiores dependem do ar condicionado e esses são aspectos que incidem mais diretamente sobre a saúde humana que outros como a iluminação, os ruídos, as vibrações e os cheiros.

Quando o sistema de ar condicionado está contaminado, as possibilidades de surgimento de doenças se multiplicam. É muito comum que em grandes sistemas coletivos de climatização, o depósito de água e os dutos de condicionamento do ar estejam contaminados por

bactérias ou fungos. Dessa forma, todo o ambiente fica contaminado e aparecem os problemas de saúde.

Como os edifícios mais fechados necessitam de ventilação natural, quando qualquer parte do sistema se contamina, como os dutos de condução do ar ou dos depósitos umidificadores, o aparelho vai contaminando todo o ar que se respira no interior do estabelecimento.

Os principais contaminadores do ar são a bactéria *Legionella pneumophila*, responsável por uma pneumonia que pode causar a morte, e os fungos *Aspergillus niger* e *Aspergillus fumigatus*, que provocam doenças alérgicas respiratórias, como rinite, asma e pneumonia.

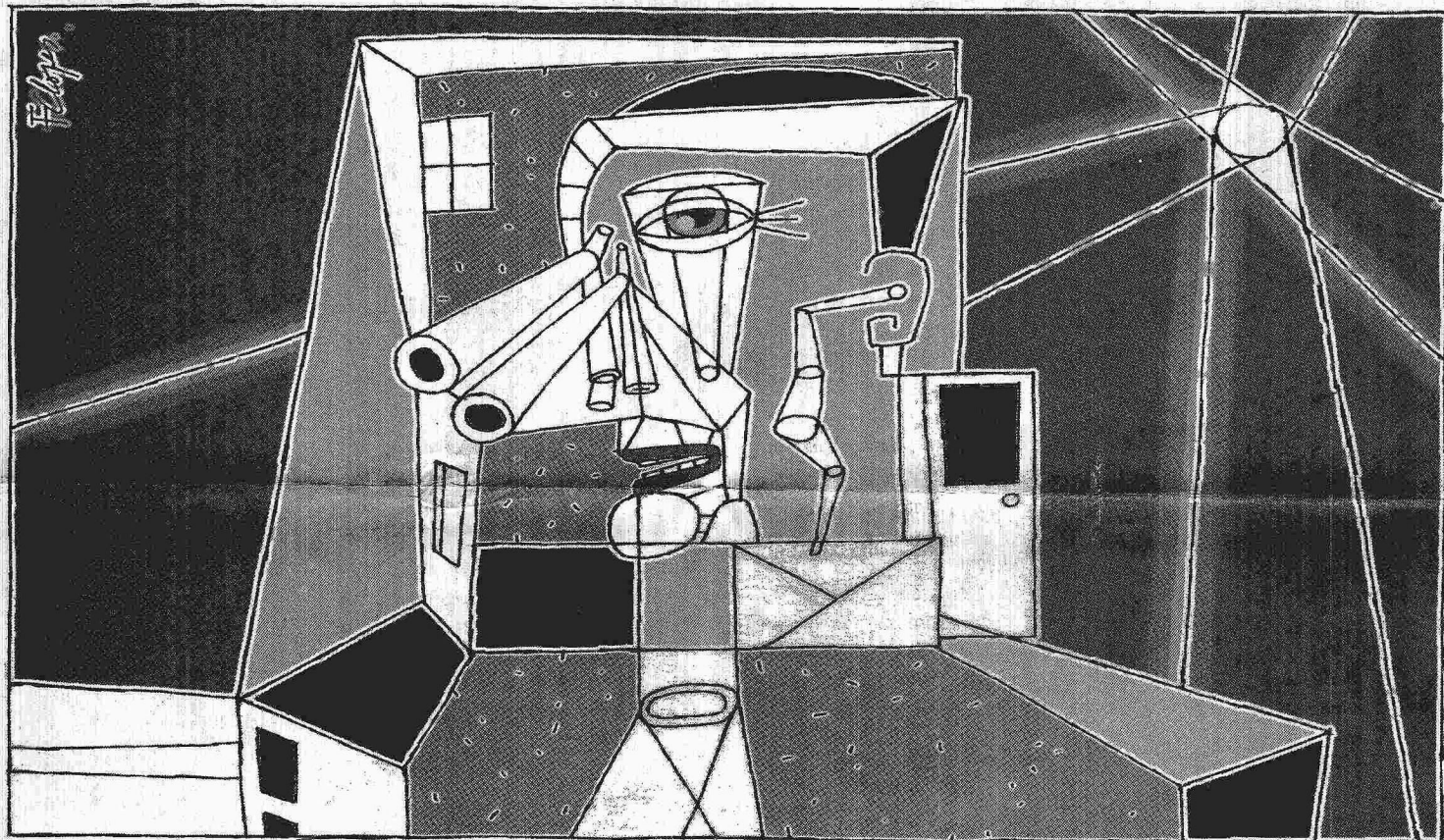
"Nas pessoas com o sistema imunológico comprometido, o fungo *Aspergillus Fumigatus* pode causar uma pneumonia, de origem alérgica-infecciosa, que provoca uma infecção generalizada que pode levar à morte. Também existe a chamada febre

do ar condicionado, que se manifesta com febre, calafrios, mal-estar geral e dor de cabeça", explica Macías.

Para José María Bertrán, chefe de seção do departamento de otorrinolaringologia do hospital Ramón e Cajal, os resfriados nasais e as faringites são as infecções mais comuns.

"É muito frequente que os rinovírus, que são vírus saprófitos (que se alimentam de restos orgânicos em decomposição) da mucosa do nariz e que em situação normal não causem doenças, se tornem patológicos por essas circunstâncias e apareça o resfriado. Por isso, no verão os catarros são geralmente viróticos, diferentemente do inverno, produzidos por bactérias".

Bertran pede que os velhos, as crianças e todas aquelas pessoas com uma saúde delicada, e com o sistema imunológico com defesas baixas, tomem cuidados ao permanecer em espaços climatizados.



Risco é maior na época da seca

Brasília atravessa mais um inverno típico do cerrado: noites e madrugadas frias, tardes ensolaradas e de calor e umidade relativa do ar entre 30% a 40% nas horas mais quentes do dia. E para fugir das temperaturas que atingem até 30 graus, basta ligar o ar condicionado.

Mas os médicos brasileiros alertam para o risco de se refugiar em ambientes refrigerados nesta época do ano. "O ar condicionado desidrata o ar do ambiente onde está instalado, baixando mais ainda a umidade e transformando-o em um local propício para a propagação de fungos e bactérias", explica o pneumologista Laércio Valença.

Esses lugares, se estiverem contaminados, são espaços ideais para o surgimento de doenças respiratórias, como gripes, pneumonias e rinites alérgicas, entre outras.

O oftalmologista Halmélio Sobral Neto adverte ainda que as pessoas que trabalham ou transitam por tais locais também podem apresentar infecções nos olhos — tersol, calázio (fase crônica do tersol) e conjuntivite.

"Para evitar tais doenças, é fundamental a limpeza dos filtros e dutos dos sistemas de ar condicionado, onde se alojam os fungos e bactérias que contaminam o ambiente. Os administradores dos prédios com serviços de cli-

matização devem seguir as orientações dos fabricantes para manutenção dos aparelhos e assim mantê-los limpos", afirma Valença. Porém, ele esclarece que essa desinfecção deve ser feita em qualquer época do ano e não apenas nos períodos de seca.

O pneumologista Celso Rodrigues aconselha o consumo de bastante água e sucos às pessoas que são obrigadas a passar várias horas em uma sala com ar condicionado, principalmente entre 10h e 16h, quando a umidade atinge os seus índices mais baixos.

As pessoas com doenças respiratórias não devem ficar em tais ambientes. "Como são

locais fechados, sem ventilação, uma pessoa gripada, por exemplo, pode contaminar os seus companheiros de local de trabalho", esclarece Rodrigues.

Para evitar irritação dos olhos e problemas como tersol e conjuntivite, Halmélio Sobral Neto afirma que é imprescindível o uso de colírios. "Em lugares com baixa umidade, os olhos ficam ressecados e vulneráveis às bactérias e fungos. A melhor forma de protegê-los é usar lágrimas artificiais, em forma de colírios", disse o oftalmologista. Ele também indica a lavagem dos olhos, onde as bactérias e fungos ficam depositados, com xampus oftalmológicos ou neutros.

ADOTE ESTES CUIDADOS

Para fugir das doenças provocadas pelos sistemas de ar condicionado contaminado, os médicos dão esses conselhos às pessoas que são obrigadas a conviver com eles durante várias horas.

REVISÕES

Seguir rigorosamente as orientações técnicas do fabricante quanto as revisões, limpeza e manutenção do aparelho. Em caso de urgência, avise imediatamente aos técnicos de manutenção.

AMBIENTE SADIO

Manter uma temperatura entre 20 e 24 graus, com uma umidade relativa do ar de 35% a 60%.

DOENÇAS

Utilizar analgésicos e antitérmicos como tratamento para a febre do ar condicionado. O doente não deve ficar em ambiente climatizado.

SECREÇÕES

Evitar locais frios e as mudanças bruscas de temperatura, assim como a exposição prolongada ao sol e não frequentar piscinas ou praias. O catarro produzido pelo ar condicionado não costuma causar febre, só espirros, corrimento nasal e congestionamento nasal.

ANTIBIÓTICO

Não usar esses medicamentos nos casos de infecções nasais ou de faringe, pois elas são de origem viróticas.