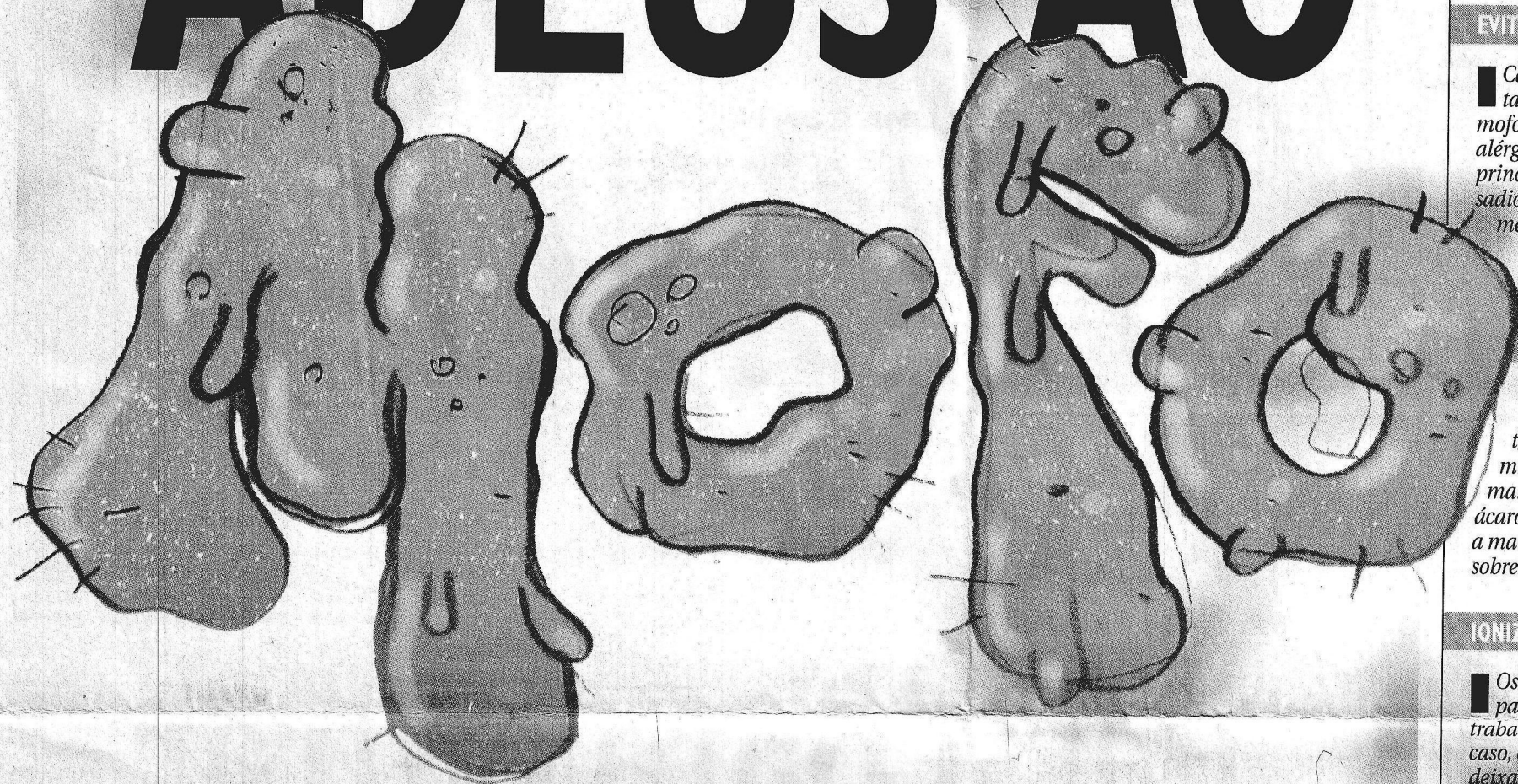


GUIA
DE

SEXTA

GRITA GERAL
PREOCUPADO COM O TRÁFEGO EM FRENTE AO
ALAMEDA SHOPPING, MORADOR DE TAGUATINGA
PEDE SEMÁFORO NO LOCAL.
PÁGINA 3

ADEUS AO



A ALTA UMIDADE, OS LUGARES MAL VENTILADOS E POUCO ILUMINADOS CONTRIBUEM PARA O APARECIMENTO DOS FUNGOS E ÁCAROS, QUE FAZEM MAL À SAÚDE. SAIBA COMO EVITAR ESSES VISITANTES INDESEJÁVEIS EM SUA CASA

Da Redação

Brasília é a capital das duas estações. O ano se divide entre épocas muito secas ou muito chuvosas. Nos meses mais quentes, a baixa umidade provoca mal-estar, queda de pressão e dor de cabeça. Nos mais chuvosos, o excesso de umidade dentro de casa causa mofo. A saber, aquelas manchinhas esverdeadas que aparecem em guarda-roupas, teto de banheiro e até em colchões e travesseiros não deixam só mal cheiro. Podem fazer mal à saúde, especialmente se os moradores da casa forem alérgicos.

O mofo é um tipo de fungo que sobrevive de matérias orgânicas e se desenvolve nos móveis e paredes de ambientes muito úmidos, sem ventilação e luminosidade. Apesar de Brasília ser uma cidade normalmente conhecida pelo clima seco, em determinadas épocas do ano, quando a umidade ultrapassa os 30%, algumas residências ficam mais sujeitas ao aparecimento dos tais fungos, especialmente as casas próximas ao Lago Paranoá.

É com muita água e sabão que a psicóloga Márcia de Queiroz consegue resolver o

problema de mofo do apartamento onde mora, na 409 Sul. Com a chegada da chuva, pequenas manchas brancas começam a se formar nos guarda-roupas da casa, principalmente no armário de sua filha, Ariel de Queiroz, 3 anos.

Enquanto Márcia não pode trocar o móvel velho, faz questão de garantir a saúde da menina com muita espuma e os sachês antiumidificantes. “Pelo menos uma vez por semana, lavo muito bem o local onde costumam aparecer os fungos. Além disso, deixo a porta do armário um pouco aberta para evitar a umidade”, ensina a mãe.

ÁCARO

Do mofo para o aparecimento do ácaro é um pulo. O pequeno artrópode adapta-se muito bem nas regiões mofadas e é um potencializador de crises alérgicas. Apesar de se desenvolver nos mesmos meios, é importante não confundir as duas manifestações. “Para acabar com mofo, água, sabão e boa circulação de ar resolvem. O ácaro deve ser eliminado com produtos especiais, como os acaricidas”, enfatiza Carlos Gomes, dono da loja Tudo Para Alérgicos.

O problema é que, muitas vezes, a disposição dos móveis na casa e mesmo o tipo de construção restringem a passagem da luz e da ventilação. Nesses casos, os purificadores e ionizadores ajudam a reduzir a poeira e a umidade do ar e, portanto, previnem o aparecimento de fungos na casa. Além disso, alguns tipos de aquecedores, se colocados dentro dos armários, mantêm o ambiente numa temperatura insuportável para que sobrevivam os tais esporos.

Os sintomas de algumas doenças respiratórias podem surgir pela inalação de fungos, como o mofo. O desencadeamento de uma crise de asma, rinite ou conjuntivite alérgica por exposição a esses esporos é confirmado por médicos especialistas em alergia. Mas os problemas de saúde não estão restritos ao universo das pessoas alérgicas.

“A pneumonia fúngica é típica dos pacientes que tiveram superexposição às regiões mofadas e têm baixa resistência imunológica”, afirma o alergista Ronaldo Gomes de Almeida. Segundo o especialista, carpetes, tapetes e bichos de pelúcia devem ser constantemente limpos e expostos ao sol. Além disso, recomenda-se a aplicação, de três em três meses, do acaricida em armários, paredes e colchões.

ELIMINE OS FUNGOS

LIMPE COM ÁGUA E SABÃO

■ A melhor forma de eliminar o mofo é limpar o local com água e sabão ou detergente. Uma maneira de evitar que os fungos apareçam é deixar uma fresta nos banheiros e armários para provocar uma corrente de ar nesses lugares. Expor objetos como colchões, lençóis, travesseiros e móveis mais antigos também evita que possam surgir novos focos do problema

EVITE OS OBJETOS QUE ACUMULAM PÊLOS

■ Carpetes, tapetes e bichos de pelúcia também são ótimas casas para a fixação de mofo e ácaros. As pessoas sabidamente alérgicas devem evitar esses objetos em casa, principalmente nos locais onde dormem. Os sadios também não podem descuidar. Pelo menos uma vez por semana, deve-se limpar bem o quarto e usar produtos específicos para desinfetar o chão acarpetado

PURIFICADORES

■ Os purificadores são aparelhos com filtros de carbono capazes de fazer a troca de ar no ambiente. Sem esses microrganismos no recinto, torna-se bem mais difícil o desenvolvimento dos fungos e ácaros. O aparelho elimina a poeira e com isso a matéria orgânica decomposta, base da sobrevivência do mofo e ácaros

IONIZADORES

■ Os ionizadores apresentam resultados parecidos aos dos purificadores, apesar de trabalharem o ar de forma diferente. Nesse caso, ondas sonoras baixam a poeira e não deixam que se acumule em móveis e paredes. Há ainda o Sterilair, um tipo de purificador que esteriliza o ambiente. Todo o ar que passa pelo aparelho alcança uma temperatura tão elevada que faz morrer todo tipo de impureza

DESUMIDIFICADORES

■ Uma outra alternativa são os desumidificadores. O aparelho faz o ar ficar seco e as chances do mofo aparecer são mínimas. Só que, como em Brasília a umidade atinge níveis baixíssimos de junho a setembro, um desumidificador tornaria ainda mais crítica a vida dos moradores da capital. Assim, a instalação destes aparelhos em casa pode trazer mais problemas — conjuntivite, desidratação, mal-estar — do que benefícios

Obs: Os preços dos ionizadores, purificadores e desumidificadores variam entre R\$ 80 e R\$ 150

SACHÊS ANTIMOFO

■ Nos supermercados e lojas especializadas em produtos antialérgicos também são encontrados sachês que diminuem a umidade do ambiente. Eles devem ser alocados nos cantos de armários e trocados regularmente. Apesar de não serem tão eficientes como os purificadores e ionizadores, os sachês ajudam a conter o mau cheiro e a proliferação dos fungos em lugares fechados

CAPAS PARA COLCHÕES E TRAVESSEIROS

■ Um dos lugares mais propícios para o surgimento de mofo são os colchões e travesseiros, porque o corpo mantém uma temperatura ideal para o desenvolvimento dos fungos e ácaros. A melhor forma de conter o problema nesses lugares é cobri-los com capas antitranspirantes. Elas são feitas de algodão, mas têm um revestimento interno de PVC que impede a passagem de calor

COMBATA O ÁCARO

■ A melhor maneira de combater o ácaro é eliminando o fungo, já que os pequenos artrópodes sobrevivem e se mantêm no mofo. Mas o ácaro deve ser eliminado com borrifadas de acaricida. No mercado ele é vendido como Funbacnew e custa, em média, R\$ 11

LOJAS

■ Allergoshop: 443-7771/352-8899

■ Tudo Para Alérgicos: 344-9039/445-1085