



Ministero della Salute

Direzione generale della prevenzione sanitaria

Direzione generale della comunicazione
e dei rapporti europei e internazionali



Umidità e muffe

www.salute.gov.it

■ Che cosa sono

Uno dei problemi più fastidiosi e dannosi per il comfort abitativo è quello legato all'**umidità**; la presenza di acqua nelle murature può provocare inconvenienti come la diminuzione del comfort termico, il degrado dei materiali a causa di reazioni chimiche distruttive e la comparsa di muffe.

Le **muffe** sono funghi microscopici che durante la loro crescita producono particelle di forma sferica di piccole dimensioni (spore) che si disperdono nell'aria principalmente in estate e in autunno. Possono crescere sia all'interno che all'esterno delle abitazioni. All'interno si trovano soprattutto dove è presente umidità in eccesso e scarsa ventilazione e tendono a svilupparsi più rapidamente con un clima caldo umido, come in estate e in luoghi poco illuminati, su oggetti e materiali umidi, in umidificatori o sistemi di condizionamento d'aria, non sottoposti a regolare pulizia e manutenzione.

■ Effetti sulla salute

E' dimostrato che l'esposizione alle muffe e/o umidità domestica si associa alla maggiore prevalenza di sintomi respiratori, asma e danni funzionali respiratori. In particolare, per quanto riguarda la salute dei bambini, i risultati complessivi di studi trasversali su bambini di 6-12 anni hanno confermato la relazione positiva tra la muffa visibile (riportata dai conviventi) e la tosse notturna e diurna dei bambini e, nelle famiglie più affollate, la relazione con asma e sensibilizzazione ad allergeni inalanti.

■ Misure per ridurre l'esposizione

- assicurarsi che i muri esterni, le fondamenta, i sottotetti e l'attico siano isolati e ben ventilati
- cercare di mantenere all'interno dell'abitazione un'umidità inferiore al 50%
- assicurarsi che non vi sia terra o altro materiale che possa drenare l'umidità a diretto contatto con i muri della casa
- non usare tappeti o moquette in zone con alta umidità come bagno, cucina, lavanderia
- non lasciare i vestiti stesi ad asciugare per molto tempo in ambienti chiusi poco ventilati
- cercare di eliminare fenomeni di condensa che spesso sono causa di umidità; in presenza di condense è consigliabile aerare frequentemente l'ambiente
- eliminare le macchie di muffa con tinture speciali antimuffa a base di acqua
- assicurare la corretta manutenzione di umidificatori e condizionatori e del **sistema di ventilazione meccanica**, in particolare delle bocchette esterne e dei filtri

- pulire regolarmente le guarnizioni dei frigoriferi; vuotare e pulire frequentemente le vaschette dell'acqua nei frigoriferi autosbrinanti
- lavare regolarmente le tende della doccia, il lavandino, la vasca e le pareti di bagno e cucina con candeggina
- limitare il numero delle piante ornamentali (le muffe possono essere aerodisperse quando le piante sono reinvasate, spostate o annaffiate, e comunque aumentano l'umidità ambientale)
- i depuratori di aria muniti di filtri adeguati possono essere efficaci nel rimuovere le spore fungine.