

# CENTRO DE TRABAJO.

## SÍNDROME DEL EDIFICIO ENFERMO

Conjunto de **sintomatologías y enfermedades** que sufren las **personas** que ocupan un edificio que están ocasionadas o estimuladas por la **contaminación del aire** en los espacios cerrados o la **suma de varios factores** que hacen que el edificio se encuentre en mal estado, no siempre visible.

### QUÉ ES

### SÍNTOMAS

- **Oculares:** escozor, enrojecimiento, lagrimeo, sequedad.
- **Vías respiratorias:** goteo y/o congestión nasal, estornudos, picor y/o hemorragia nasal, sequedad y/o dolor de garganta, ronquera, sed, afonía, alteraciones del gusto y el olfato.
- **Cutáneos:** sequedad, enrojecimiento, eczemas.
- **Otros:** cefaleas, fatiga, hipersensibilidades.

- **Evitar** la climatización automática en exclusividad.
- Disponer de una correcta **ventilación** con aire fresco en el edificio.
- Mantener un **buen nivel de humedad**.
- Trabajar con **luz natural**.
- Usar mobiliario y materiales de **construcción de calidad** (evitar productos sintéticos, electricidad estática, plásticos, pegamentos, disolventes...).
- Tener un buen **aislamiento térmico** (evitar ruidos, vibraciones, olores, frío y/o calor).

### QUÉ HACER

- **Síntomas en personas**
- **Construcción preventiva**
- **Ventilación**
- **Luz natural**
- **Aislamiento térmico**

### RECUERDA

### FUENTES

<https://www.insst.es/documents/94886/96076/el+sindrome+del+edificio+enfermo/bc268bbc-7dd5-4036-83ed-762a1c9e7ea6>

<https://www.salud.mapfre.es/cuerpo-y-mente/habitos-saludables/el-sindrome-del-edificio-enfermo/>

<https://www.ecologistasenaccion.org/17875/el-sindrome-del-edificio-enfermo/>

<https://www.previsorageneral.com/consejos-para-evitar-el-sindrome-del-edificio-enfermo/>