



## Invierno y monóxido de carbono: prevención y riesgos de la amenaza invisible



**DR. CLAUDIO MÜLLER RAMÍREZ**  
 TOXICÓLOGO UNIVERSIDAD DE CONCEPCIÓN

**D**urante la temporada de invierno, se registra un marcado aumento en las exposiciones accidentales relacionadas con el monóxido de carbono (CO), debido principalmente al incremento en el uso de sistemas de calefacción basados en la combustión de gas natural, licuado, parafina, leña y carbón de madera. Esta sustancia tóxica se genera cuando la combustión ocurre de manera incompleta, produciendo un gas que posee dos rasgos extremadamente peligrosos: es incoloro e inodoro, lo que hace que su presencia pase totalmente desapercibida.

Diversos factores facilitan la acumulación de este gas en el ambiente, tales como artefactos defectuosos o recintos calefaccionados con una ventilación deficiente, lo que pone a las personas en riesgo de intoxicación aguda. Un punto técnico crucial es la ubicación de los calefont; la normativa actual exige instalarlos preferentemente en el exterior o, en su defecto, en áreas ventiladas dentro de los departamentos. Lamentablemente, aún existen hogares donde estas condiciones de seguridad no se cumplen, elevando drásticamente el riesgo de desarrollar cuadros graves de intoxicación por monóxido de carbono.



En cuanto a la prevención, es imperativo realizar una mantención periódica de los artefactos con personal certificado y calificado. El uso de braseros a leña o carbón debe ser idealmente en ambientes abiertos, pero si se ubican dentro del hogar por el frío, la ventilación continua de las habitaciones es fundamental para la supervivencia. Una recomendación esencial es apagar siempre los sistemas de calefacción antes de irse a dormir.

Los síntomas más frecuentes asociados a una intoxicación aguda incluyen náuseas, vómitos, dolor de cabeza intenso, mareos, confusión mental, dificultad respiratoria y aumento de la frecuencia cardíaca. Es común que los malestares iniciales se confundan con un estado gripal, cansancio o agotamiento físico, lo que retrasa la búsqueda de ayuda médica oportuna. No obstante, la falta de oxígeno en el organismo puede conducir rápidamente al colapso, paro cardiorrespi-

ratorio y finalmente al fallecimiento de la persona.

Ciertos grupos de la población presentan una vulnerabilidad mayor ante estas amenazas ambientales. Los niños poseen una inmadurez anatómica-funcional y sus mecanismos de detoxificación no están plenamente desarrollados para protegerse; además, inhalan proporcionalmente más aire por kilogramo de peso corporal que un adulto, lo que acelera la captación de gases nocivos. Por su parte, los

adultos mayores enfrentan riesgos adicionales debido a la coexistencia de patologías crónicas o el uso de múltiples medicamentos (polifarmacia), lo cual puede agravar las consecuencias de una intoxicación involuntaria.

Ante cualquier sospecha de intoxicación, la recomendación inmediata es abandonar rápidamente la habitación y ventilar de manera profunda el área. Es vital contactar de urgencia al número de emergencia del SAMU (131) para recibir atención médica.

En cuanto a la prevención, es imperativo realizar una mantención periódica de los artefactos con personal certificado y calificado. El uso de braseros a leña o carbón debe ser idealmente en ambientes abiertos, pero si se ubican dentro del hogar por el frío, la ventilación continua de las habitaciones es fundamental para la supervivencia. Una recomendación esencial es apagar siempre los sistemas de calefacción antes de irse a dormir.

Finalmente, existen en el mercado "detectores de monóxido de carbono" que deben ser instalados por especialistas para asegurar su efectividad. La seguridad comienza con reconocer los factores de riesgo en nuestra vivienda y fomentar una cultura de autocuidado en el grupo familiar.