

Un nuevo estudio acaba con el mito: las plantas con maceta que tienes en casa no purifican el aire

“No coloques plantas en el dormitorio porque se comen el oxígeno por la noche”. Si tienes cierta edad, es posible que en tu juventud temieras que una planta al lado de la cama fuera tu perdición. Afortunadamente no era más que un mito, al igual que la “purificación” del aire de tu casa si tienes plantas de interior. Un estudio que ha durado 30 años acaba de tirar por tierra la idea.

Para entender cómo ha perdurado en el tiempo esta teoría debemos remontarnos a finales de la década de los 80, cuando la NASA realizó su Estudio del Aire Limpio para ver si las plantas de interior comunes podrían purificar el aire interior al eliminar toxinas, además de absorber dióxido de carbono y liberar oxígeno.



Aquello funcionó, y aunque las plantas todavía son capaces de absorber toxinas en el aire, la nueva investigación advierte que la capacidad de las plantas en macetas para mejorar la calidad del aire en el hogar (o en una oficina) es una exageración. De hecho, la investigación ha encontrado una solución mucho más efectiva para mantener el aire limpio.

El nuevo estudio se ha publicado en el Journal of Exposure Science and Environmental Epidemiology. Los investigadores cuentan que la ventilación natural de los ambientes interiores diluye las concentraciones de contaminantes del aire potencialmente dañinos mucho más rápido de lo que una planta es capaz de extraerlos. Según autor del estudio, Michael Waring, de la Universidad de Drexel:

La mejor manera de tener un hogar saludable es tratar de reducir las emisiones en interiores, ventilar bien (especialmente cuando se realizan emisiones de alto impacto como cocinar) y utilizar la filtración para ciertos contaminantes (por ejemplo, partículas).

Resulta que donde la NASA y otros estudios posteriores fallaron fue en llevar a cabo sus experimentos en cámaras selladas en laboratorios, las cuales no imitan con precisión muchos factores que influyen en nuestros ambientes interiores. Según Waring:

Esta es la primera revisión sistemática que examina [la] eliminación de compuestos orgánicos volátiles (COV) por plantas en macetas utilizando estudios de cámara.

Para ello, Waring y su equipo revisaron sistemáticamente una docena de estudios tomando los datos de eliminación de VOC disponibles de otros trabajos, y convirtiendo los hallazgos en una métrica común que denominaron la tasa de suministro de aire limpio (CADR). CADR se utilizó como medida de la limpieza del aire en interiores.

Luego, usando dicha métrica, el impacto de la capacidad de las plantas para eliminar los COV se comparó con la capacidad de eliminación de otros tipos de ventilación, tanto naturales como mecánicas. Como refleja el estudio:

En una oficina pequeña, tendrías que tener entre 100 y 1.000 plantas para tener el mismo impacto de limpieza del aire que la ventilación a 1 cambio de aire por hora, que es un valor típico.

Los investigadores hablan de tres categorías para explicar los efectos de la contaminación en interiores. El primero son los compuestos orgánicos volátiles, moléculas en fase gaseosa que se emiten desde muchas fuentes, como productos de consumo, de limpieza y materiales de construcción. Estos tienden a residir en el aire mismo.

El segundo, compuestos orgánicos semivolátiles (SVOC), “los que se encuentran en pesticidas, retardantes de llama o plastificantes. Estos tienden a ser “pegajosos” y se adhieren

a las superficies interiores y pueden persistir durante meses o años”, explican.

Por último, las partículas (sólidas o líquidas) que podemos encontrar flotando en el aire. Estos contaminantes en interiores se han relacionado con asma, reacciones alérgicas, irritación y otras enfermedades respiratorias.

Por todo ello, el trabajo finaliza sugiriendo que la mejor manera de tener un hogar saludable es “tratar de reducir las emisiones en interiores, ventilar bien, especialmente cuando se realizan emisiones de alto impacto como cocinar, y usar filtración para ciertos contaminantes como partículas”.

Y por supuesto, no hace falta que tires las plantas de interior de casa. No te van a purificar el aire, pero puedes dormir tranquilo, tampoco te van a quitar el oxígeno por la noche.

Fuente: gizmodo.