

## **Tres razones que justifican la importancia del aislamiento térmico para prevenir enfermedades respiratorias, según Sto**

**El aislamiento térmico favorece el cuidado de la salud, ya que ayuda a crear ambientes interiores confortables y con una mayor calidad del aire, además de contribuir a la reducción de contaminación por CO2 en las ciudades**

Más allá de contribuir a la eficiencia energética de los edificios, el aislamiento térmico también desempeña un papel fundamental en el cuidado de la salud. Y es que, además de favorecer a la reducción de la demanda de energía en las viviendas, cifrada, según el IDAE (Instituto para la Diversificación y Ahorro de la Energía de España), en el 20% del consumo total del país, también supone una excelente solución para crear un espacio interior confortable y libre de agentes perjudiciales para la salud, además de contribuir a la reducción de contaminación por CO2 en las ciudades.

Los catarros, el asma y otro tipo de patologías similares están relacionados, en muchas ocasiones, con el aire que se respira a diario en el hogar y en los espacios exteriores, de ahí que este elemento cobre especial importancia ahora, en un texto en el que las enfermedades respiratorias han estado a la orden del día: tal y como muestran las estadísticas publicadas por el Instituto de Salud Carlos III, adscrito al Ministerio de Sanidad, la incidencia de virus respiratorios llegó a superar los 900 casos por 100.000 habitantes a principios de 2024.

Según el IDAE, el 60% de las viviendas españolas se construyeron sin ninguna normativa de eficiencia energética. Por este motivo, y dada la importancia del aislamiento térmico para crear ambientes confortables y con una mayor calidad del aire, los expertos de Sto, compañía internacional especializada en la fabricación de sistemas y elementos constructivos, identifican las principales razones que justifican las ventajas de esta solución a la hora de prevenir enfermedades respiratorias:

Contribuye a una temperatura interior constante. Las fluctuaciones de temperatura pueden tener un efecto negativo en el sistema respiratorio, irritando las vías respiratorias e incrementando la probabilidad de padecer enfermedades. Con la aplicación de un sistema de aislamiento térmico, se mantendrá una temperatura constante en el hogar y se evitará cualquier variación brusca en este sentido.

Previene la proliferación de moho. La humedad excesiva en la vivienda puede propiciar el crecimiento de moho, desencadenante de diversas enfermedades respiratorias, como alergias o asma. De este modo, gracias a la capacidad de este tipo de soluciones de mantener una temperatura interior constante, se reducirá la condensación de humedad en techos y paredes y, con ello, la proliferación de estos microorganismos.

Reduce la contaminación por CO2 en las ciudades. La reducción de la demanda energética asociada con el aislamiento térmico del hogar contribuye indirectamente a la mejora de la calidad del aire exterior al disminuir las emisiones de contaminantes atmosféricos. Hay que tener en cuenta que la

exposición crónica a estos elementos puede debilitar el sistema inmunológico y aumentar el riesgo de infecciones respiratorias.

**Datos de contacto:**

Redacción

Trescom

914115868

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional Hogar Sostenibilidad Construcción y Materiales Arquitectura](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>