

Registro de humedad en casa

La cifra aislada dice poco. Registra siempre en condiciones comparables para descubrir si la humedad cambia con la hora, la habitación, la ventilación o una actividad concreta.

1. Mismo lugar	Coloca el higrómetro lejos de ventanas abiertas, radiadores y vapor directo.
2. Dos momentos	Anota una lectura por la mañana y otra por la noche, aproximadamente a la misma hora.
3. Añade contexto	Indica si has cocinado, duchado, secado ropa, ventilado o detectado agua visible.

Día / hora	Estancia y punto	Temp. °C	HR %	Ventana o pared	Qué ocurría antes de medir
Día 1 - mañana					
Día 1 - noche					
Día 2 - mañana					
Día 2 - noche					
Día 3 - mañana					
Día 3 - noche					
Día 4 - mañana					
Día 4 - noche					
Día 5 - mañana					
Día 5 - noche					
Día 6 - mañana					
Día 6 - noche					
Día 7 - mañana					
Día 7 - noche					

Busca patrones, no una cifra perfecta

Compara lecturas tomadas en condiciones parecidas. Este registro ayuda a ordenar observaciones, pero no identifica por sí solo el origen de una humedad ni sustituye una inspección profesional.

Preguntas para interpretar

- ☐ ¿Sube la humedad después de duchas, cocina o secado de ropa?
- ☐ ¿Baja de forma clara después de ventilar?
- ☐ ¿Una habitación se comporta distinto al resto?
- ☐ ¿Las lecturas altas coinciden con superficies frías o gotas?
- ☐ ¿La mancha empeora con lluvia aunque la humedad del aire no cambie?
- ☐ ¿Hay olor, pintura abombada, madera hinchada o agua activa?

Resumen de la semana

- ☐ Rango de temperatura: _____ C a _____ C
- ☐ Rango de humedad relativa: _____ % a _____ %
- ☐ Estancia con las lecturas más altas: _____
- ☐ Patrón que se repite: _____

Cuando conviene pedir ayuda

- ☐ Entrada de agua activa, fuga o riesgo eléctrico.
- ☐ Daño estructural, yeso suelto o techo deformado.
- ☐ Moho extenso, recurrente o síntomas de salud.
- ☐ Lecturas persistentemente altas sin relación clara con el uso.
- ☐ La causa sigue sin estar clara después de registrar el patrón.

Siguiente paso razonable

Describe el patrón con datos: dónde aparece, cuándo cambia, qué actividades lo preceden y si responde a ventilación. Con esa información podrás elegir una prueba adicional o explicar mejor el caso a un profesional.

Notas

Guías y herramientas: hogarbajolupa.online/reto-humedad-7-dias/