



## ¿PUEDES CONTAGIARTE DE COVID-19 A TRAVÉS DE LA ROPA?

Aunque la mayoría de las personas se está aislando en sus hogares conforme el COVID-19 se extiende por todo el mundo, muchas de ellas todavía tienen que acudir a sus trabajos, y los viajes a la tienda de comestibles y la farmacia siguen siendo necesarios. Pero, **¿puede la ropa que la gente usa propagar el COVID-19?**

Si es así, **¿cuál es la mejor manera de manejar la ropa cuando regresas a casa?**

**Esto puede depender exactamente de lo que hagas cuando salgas de tu hogar.** Por ejemplo, el Colegio Estadounidense de Médicos de Emergencia (ACEP, por sus siglas en inglés) insta a las enfermeras y a los médicos a que piensen en los hospitales como «zonas de transmisión», y les aconseja quitarse toda la ropa antes de volver a ingresar a su casa. También **se aconseja una ducha o baño inmediato, con la ropa de trabajo alejada de otras prendas hasta que se lave completamente con agua jabonosa caliente.**

Pero **para la persona promedio, el papel de la ropa en el riesgo de infección es mucho menos claro.**

«No he visto nada publicado que sugiera que las personas necesiten quitarse la ropa, lavar y ducharse justo después de un viaje a la tienda», señaló Elizabeth Scott, decana asociada de la Facultad de Ciencias Naturales, del Comportamiento y de la Salud de la Universidad de Simmons en Boston (Estados Unidos). Scott también es fundadora del Centro de Higiene y Salud de Simmons en el hogar y la comunidad.

En este punto, **«el enfoque debe permanecer en las prácticas de higiene de manos, usar una mascarilla y no tocarse la cara»** para la mayoría de las personas, recomendó Scott.

Sin embargo, Scott dijo que, como medida de precaución para los empleados de tiendas, los trabajadores de saneamiento o cualquier persona que deba tener contacto de rutina con el público, **«tendría sentido quitarse la ropa exterior cuando lleguen a casa, y lavarla o dejarla colgada hasta el próximo turno».** Y aconsejó lavarse las manos justo después de hacerlo.

Scott también se hizo eco de los consejos de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades de Estados Unidos (CDC), de que **«el lavado se debe hacer utilizando la configuración de agua más caliente posible, seguido de un secado completo».**

**«Siempre usaría el ciclo de agua más caliente para el tipo de telas que se lavan»,** enfatizó. **«Y también es posible hacer un lavado desinfectante, usando cloro doméstico siguiendo las instrucciones de la etiqueta».**

Asimismo, los CDC **NO recomiendan sacudir la ropa sucia,** a fin de evitar la circulación involuntaria de cualquier virus en el aire.

Para aquellos que no tienen lavadora y secadora en casa, ¿son seguras las lavanderías?

Scott mencionó que sí, siempre y cuando se siga el distanciamiento social. Para ello, recomendó minimizar el tiempo de lavandería al ordenar la ropa sucia por adelantado y doblar la ropa limpia en casa.

**«También te sugiero que traigas tu propio jabón y toalla de mano»,** puntualizó Scott, para limpiar el exterior de cualquier lavadora o secadora pública que puedas usar. **«Agregaría que si necesitas usar un carrito comunal o una canasta de lavandería, limpia todas las superficies de contacto de las manos con toallitas desinfectantes o desinfectante para manos».**

Finalmente, Scott enfatizó la importancia de mantener la higiene de las manos durante tu viaje a la lavandería-

**«Deberías lavarte y secarte las manos antes de salir de casa, si es posible, y desinfectarlas una vez fuera de la lavandería»,** subrayó Scott. **«Y, una vez que llegues a casa, lávate y sécate las manos nuevamente».**

CLICKISALUD

