

La prevención de la gripe

Independientemente de los mitos, algunos gérmenes comunes pueden sobrevivir en las superficies durante horas.

Un nuevo estudio de la Universidad de Arizona financiado por The Clorox Company reveló que los lugares donde se acumulan más gérmenes en las escuelas podrían no ser los que se pensaba.

Mito N.º 1: Los baños son el lugar donde se acumulan más microbios.

FALSO. Aunque la manija del portarrollo de papel y los grifos del baño albergan microbios, la mesa de la cafetería es el lugar donde se acumulan más bacterias. De hecho, se encontraron el triple de bacterias que en el segundo lugar donde más se acumulan: el mouse o ratón de la computadora. Por lo tanto, los niños deberían lavarse las manos antes y después de comer, y los padres deberían enviar desinfectante para manos en las loncheras de sus hijos. Además, los niños deberían evitar compartir sus comidas y bebidas, ya que el contacto boca a boca es una manera infalible de propagar microbios. Por último, envíen pañuelos de papel para que sus hijos se puedan cubrir la nariz y la boca al toser o estornudar, y enséñenles que deben botar el papel en la basura de inmediato. Si no tienen un pañuelo de papel, que tosan en la parte interior del codo, no en la mano.

Mito N.º 2: En las escuelas elementales probablemente se encontró la mayor cantidad de bacterias.

FALSO. El mayor nivel de bacterias se encontró en las escuelas medias, seguidas por las escuelas elementales y las secundarias. Los maestros y los padres controlan constantemente las prácticas de higiene de los más pequeños. "Aquí tienes un pañuelo de papel", "Lorena, ¿te lavaste las manos después de ir al baño?" y "No se olviden de cubrirse la boca cuando estornudan" son frases que se escuchan con frecuencia en las escuelas primarias. Con la edad y la pubertad hay un poco más de independencia, incluso rebelión. Los padres y los maestros confían en que los niños de 12 ó 13 años se lavarán las manos y usarán pañuelos de papel sin recordatorios constantes. Los resultados del estudio revelan que los estudiantes de la escuela media necesitan más avisos para luchar contra los microbios.

Mito N.º 3: El baño de los niños está más sucio que el de las niñas.

FALSO. El estudio de la Universidad de Arizona demostró que, en la mayoría de los casos, las superficies en el baño de las niñas, incluidos los grifos y las manijas de los portarrollos de papel presentaban más microbios que en el baño de los niños. Los padres y los maestros deberían animar tanto a los niños como a las niñas a que usen una toalla de papel para tirar de la cadena del inodoro y abrir y cerrar los grifos. De ser posible, pueden usar el codo para presionar el portarrollos de papel al secarse las manos. Por último, si corresponde, los padres deberían asegurarse de que sus hijas desechen las compresas o paños higiénicos de manera adecuada. Lavarse las manos, sin importar el sexo, es indispensable para evitar la propagación de microbios. Se deberían lavar las manos durante 15 a 20 segundos, tiempo suficiente para cantar dos veces Cumpleaños feliz. Mantengan cerca desinfectante para manos a base de alcohol en caso de no tener acceso a agua y jabón.

Independientemente de los mitos, algunos gérmenes comunes pueden sobrevivir en las superficies durante horas. Por eso es importante pasar paños desinfectantes durante el día. Los maestros y los padres deberían colaborar para poder contar con los suministros necesarios: desinfectante para manos, pañuelos de papel y paños antibacterianos. Y, como siempre, las familias deberían protegerse vacunándose contra el virus de la gripe todos los años.

Etiquetas: agua y jabón, alcohol, bacteria, bacterias, cloro, desinfección, desinfectar, escuela, estornudar, gérmenes, gripe, higiene, ir al baño, lavarse las manos, limpiar, limpieza, microbios, niña, niñas, niño, Niños, padres, prevención, primaria, regreso a clases, secundaria, toser, virus

15 de noviembre de 2010(Tiempo Pyme)