



<b>Veículo: Diário do Pará</b>		
<b>Data:</b> 18/12/2017	<b>Caderno:</b> Cidade	<b>Página:</b> 04
<b>Assunto:</b> Limpeza		
<b>Tipo:</b> Notícia	<b>Ação:</b> Espontânea	<b>Classificação:</b> Neutra

# Veja como manter a higiene de toalhas, esponja, travesseiro...

Para evitar a proliferação de bactérias, fungos e outros organismos nesses produtos é preciso cuidados redobrados. Acompanhe alguns deles

## LIMPEZA

**Arthur Medeiros**

**A**caros, bactérias, fungos e outros tipos de organismos habitam toalhas, colchas de cama, esponjas e outros utensílios domésticos, segundo a biomédica e professora de bacteriologia da Universidade Federal do Pará (UFPA), Lucimar di Paula. A umidade frequente a que são expostos e a temperatura são elementos propícios para a proliferação desses seres que podem causar infecções, alergias e problemas respiratórios.

“A nossa região já tem um clima conveniente para a propagação desses organis-

mos, com uma umidade de mais de 90% no ar. Por isso, é preciso ter certos cuidados para diminuir esses riscos”, explica a especialista. Trocar com frequência os produtos e ter atenção na hora de lavar e armazenar são as principais formas de prevenção. Ao lado, a professora lista algumas medidas para se ter um ambiente doméstico mais seguro e saudável.

“

**A nossa região já tem um clima conveniente para a propagação desses organismos, com uma umidade de mais de 90% no ar. Por isso, é preciso ter certos cuidados para diminuir esses riscos”**

**Lucimar di Paula**  
Professora



## CUIDADOS

### ● TOALHA DE BANHO

A recomendação é trocar de toalha ao menos uma vez por semana e, depois de lavada, deixá-la exposta ao sol. A alta temperatura é importante para matar os microrganismos que restarem e deixar o tecido devidamente higienizado. O utensílio também deve ser de uso individual.

### ● TOALHA DE ROSTO

De acordo com a professora Lucimar di Paula, os riscos são ainda maiores para aquelas toalhas próximas da pia, que usamos para enxugar a mão e o rosto. Isso porque elas costumam ficar por muito mais tempo no banheiro e acumulam muito mais sujeira e umidade com o decorrer do tempo, facilitando a transmissão de alguns males como resfriado e conjuntivite. O mais indicado é o uso de papel toalha para esse fim. Mas, caso não seja financeiramente possível, a toalha precisa ser trocada pelo menos uma vez por semana.

### ● COLCHA DE CAMA

É propício para o acúmulo de ácaros que ficam suspensos no ar e junto à pele. Esses seres por si só não são realmente prejudiciais à saúde, mas suas fezes sim, podendo causar reações alérgicas e, com o tempo, problemas respiratórios como rinite e afins. A colcha também deve ser trocada pelo menos uma vez na semana e exposta ao sol após a lavagem.

### ● TRAVESSEIRO

As recomendações são as mesmas para a colcha de cama com o acréscimo de que se evite dormir de cabelo molhado, pois aumenta a umidade absorvida pelo tecido e a multiplicação de bactérias e fungos. Além disso, o correto é deixar o travesseiro secar ao sol com a fronha e não sem ela, pois a fronha abafa a temperatura interna do objeto, auxiliando no combate aos organismos.

### ● VENTILADOR

A poeira e sujeira acumula muito facilmente nesse eletrodoméstico e o pior: é espalhada pelo ambiente quando ligado. Por isso, deve ser limpo uma vez por semana ou de acordo com a necessidade.



### ● **PANO DE ENXUGAR LOUÇA**

A cozinha também é um dos ambientes mais úmidos da casa e, portanto, um parque de diversão para bactérias e fungos. Por estar em contato com água várias vezes ao dia e ser armazenado próximo à pia, além de, muitas vezes, ser usado para enxugar as mãos, o pano deve ser trocado, no mínimo, a cada três dias. O mais indicado é que a louça seja deixada para secar sozinha para só então ser guardada.

### ● **ESPONJA**

A esponja de louça é um dos maiores depósitos de organismos presentes no ambiente doméstico. O contato constante com restos de comida e sujeira aumentam os riscos de contaminação. O mais recomendado é se desfazer da esponja e adquirir uma nova toda semana. No entanto, como a prática pode ser custosa, é possível manter a esponja limpa ao secá-la no micro-ondas com algumas gotas de água sanitária todos os dias.

### ● **ARMAZENAMENTO**

Manter limpos os guarda-roupas, armários e gavetas onde esses utensílios são armazenados também é importante. Deve-se evitar o uso de móveis do tipo em ambientes muito úmidos e estimular a prática de abrir as portas e gavetas com frequência para aumentar a ventilação. Móveis feitos de certos materiais, como madeira, devem ter cuidado redobrado e a utilização de alguns produtos de limpeza específicos para esses objetos é altamente recomendado.