

El coronavirus y la ropa de uso habitual

Muchos sanitarios y otros que trabajan en lugares contaminados por el SARS-CoV-2, protegidos o no con EPI, se quitan la ropa personal tan pronto como llegan a casa, algunos incluso antes de entrar. ¿Eso significa que deben preocuparse por la transmisión de COVID-19 desde su propia ropa, toallas y otros tejidos?

Si bien los investigadores descubrieron que el virus puede permanecer en algunas superficies hasta 72 horas, los estudios no incluyeron los tejidos que habitualmente utilizamos para vestir. Hasta ahora, la evidencia sugiere que es más difícil contraer el virus desde una superficie blanda (como una tela) que de superficies duras que se tocan con frecuencia, como planchas metálicas, botones de ascensores o los picaportes de las puertas. De todas formas, ambas cosas plantean dudas razonables.

Lo que se sabe, por ahora, es que la transmisión del virus ocurre principalmente a través del contacto cercano y poco o nada al tocar superficies duras (metálicas) o ropa.

De todas formas, lo mejor que se puede hacer para no contagiarse y protegerse es quedarse en casa, pero ya que el confinamiento no puede quedar como una medida eterna, si se sale, hay que mantener estrictamente la distancia entre personas entre 1,5 y 2 metros, es decir, practicar eso que se viene llamando impropia "distanciamiento social", que el distanciamiento social lo practica ese tío hurraño y misántropo que rehúye el contacto con sus congéneres.

Este virus tienen una capacidad de contagio hasta ahora desconocida, más aun así tampoco pasa tan fácilmente de una persona a otra si no se dan una serie de circunstancias favorecedoras. El virus "trabaja bien en las distancias cortas" sobre todo cuando se "embarca" en esos proyectiles salivales que expulsamos al hablar, toser o estornudar. Pero además tiene que hacerlo en grandes cantidades e incidir en personas con unos perfiles biológicos que predispongan a la infección.

Por eso no hay que bajar la guardia olvidando las medidas que reiteradamente se vienen dando para evitar contagiarse y contagiar a los demás. Ya sabe: lavado frecuente de manos, distancia física entre personas de 2 metros, desinfectantes de manos y superficies, lavados de ropa a altas temperatura, usar mascarillas y guantes de látex, etc., etc.

Si nadie en su hogar tiene síntomas de COVID-19 y todos están confinados, se recomienda extremar la limpieza de rutina, incluida la lavandería. Pero si sale a la calle y mantiene un buen distanciamiento físico interpersonal no tiene por qué sentirse amenazado por el contagio.

No obstante, si sospecha que alguien se le acercó demasiado y durante un tiempo excesivo, o alguien tosió o estornudó cerca de usted, no debe entrar en pánico. Cámbiese de ropa cuando llegue a casa, lave la que llevaba puesta, especialmente si lleva botones metálicos o cremalleras, lávese las manos nuevamente después de ponerlo todo en la lavadora a una temperatura de 60°C mínimo, y si le quedan dudas enjabone todo su cuerpo bajo la ducha incluido el cabello.

Todo lo anterior, tal vez sean medidas extremas, pero ante una situación de tanta inseguridad e incertidumbre como la que estamos viviendo, toda precaución es poca.