

El minuto de Mayo Clinic
¿Cuán sucios son los objetos comunes?

Video	Audio
	La mayoría de la gente no está consciente de lo que hace
	y se toca la cara entre 3 y 30 veces por hora.
	El problema de eso, dice el Dr. Gregory Poland, es que todo aquello que se tocó previamente suele estar plagado de microbios.
Dr. Gregory Poland Grupo de Mayo Clinic para Investigación sobre Vacunas	“Las llaves de los lavabos, los pomos de las puertas, las barandas de las escaleras eléctricas, las consolas de los computadores y todo aquello que generalmente toca el público”.
	Pero, ¿cuán plagados de microbios están los objetos comunes? Empecemos por el dinero.
	“Muy plagado, pero la transmisión no es alta”.
	¿Las pantallas sensibles al tacto, los aparatos y los teléfonos?
	“Muchos microbios”.
	¿Los menús de los restaurantes?
	“En realidad, muy plagados”.
	¿Los pomos de las puertas?
	“Sumamente plagados”.
	¿Qué pasa con los teclados de los computadores?
	“Se ha demostrado una y otra vez que están muy, pero muy contaminados”.
	Estas superficies tan comunes no solamente están sucias, sino que son un medio de dispersión para los virus del resfriado común y de la gripe, de modo que nos enferman. El Dr. Poland ofrece estas sugerencias:
	“Primero, mantenga las manos alejadas de los ojos, la nariz y la boca. Segundo, lávese las manos con agua y jabón o aplíquese un desinfectante de manos”.
	Además, no olvide vacunarse contra la gripe todos los años.
	Para la Red Informativa de Mayo Clinic, soy Jason Howland.