



Coronavírus: aprenda a higienizar as compras do mercado

Categoria: Saúde

Data de Publicação: 7 de maio de 2020

Fonte: André Piovesan/Ascom

Além dos cuidados de prevenção contra a transmissão do coronavírus, como o distanciamento social, higienização frequente das mãos, uso de máscara ao sair de casa e sua limpeza adequada e evitar levar as mãos no rosto, além de uma boa alimentação, devemos tomar algumas medidas ao sair de casa para ir a supermercados e comércio em geral. É muito importante higienizar as embalagens e sacos plásticos ao chegar em casa, pois esses itens podem servir como meio de contaminação com o coronavírus, já que podem ser manuseados por várias pessoas.

Segundo informações da Organização Mundial da Saúde (OMS), o vírus necessita de um hospedeiro para se multiplicar. A transmissão ocorre somente de pessoa para pessoa, de forma direta ao ter contato com um indivíduo contaminado, ou indireta, tendo contato com uma superfície contaminada e não higienizando as mãos posteriormente.

– Por isso foram tomadas medidas de conhecer e praticar formas de como higienizar as compras do mercado ao chegar em casa –, afirmou a chefe de unidade de saúde, Yesenia Medina.

Conheça algumas dicas e hábitos que devem ser adotados para higienizar embalagens e produtos.

Como higienizar caixas de leite e embalagens de plástico?

De acordo com Medina, água e sabão são suficientes para limpar itens que vêm em embalagens de plástico, como os produtos de limpeza. Para higienizar produtos com embalagem à base de papelão, um pano umedecido com um pouquinho de álcool 70% pode ser passado pela superfície e pode logo guardar. Pode-se, também, lavar com água e sabão, usando uma esponjinha para retirar resíduos de sujeiras que podem ter ficado, não obrigatoriamente relacionada a vírus, mas bactérias.

Como higienizar as frutas e verduras?

As frutas e legumes devem ser colocadas em um recipiente com água e quatro gotinhas de hipoclorito de sódio ou água sanitária. É importante manter por cinco ou dez minutos, depois descartar essa água e lavar com água corrente normalmente.

O que fazer com as embalagens de carnes e peixes?

Nos casos de proteínas, como carnes e peixes, a embalagem deve ser aberta com cuidado e descartada. Deve-se



FREDERICO WESTPHALEN - RS

lavar as mãos com água e sabão e colocar a carne em um recipiente ou bacia logo ser guardada na geladeira.

O que fazer com as sacolas plásticas e outras embalagens?

O vírus pode aderir nas superfícies, por isso, o melhor é descartá-las. Os sacos plásticos devem ser jogados no lixo. Mesmo as embalagens de papel devem ser descartadas, pois não sabemos quem ou quantas pessoas manipularam essas caixas ou embalagens.