

I CONSIGLI DEI MICROBIOLOGI

Acqua e sapone alleati contro i germi

QUANTI MICROBI si posano ogni giorno sulle nostre mani? La pelle è il mezzo con il quale entriamo in contatto fisico con il mondo, e le mani sono quelle più esposte all'interazione con microorganismi estranei di ogni genere. «Le nostre mani sono un ricettacolo di germi – commenta Fabrizio Pregliasco, igienista, ricercatore e direttore sanitario – li avviciniamo toccando le cose più diverse. Come difenderci? Innanzitutto lavando bene le mani, poi prestando attenzione particolare ad alcuni oggetti – o luoghi – con cui veniamo in contatto durante la nostra giornata».

ALCUNI BATTERI sono innocui, ad esempio, la maggior parte di quelli che incontriamo sulle chiavi di casa, il volante dell'auto, la tastiera del computer o del telefonino, le maniglie. Altri germi sono potenzialmente pericolosi, come quelli che portiamo in casa sotto le scarpe, nei bagni pubblici e in altri luoghi dove c'è movimento di persone. I nomi di questi ospiti microscopici sono insoliti: Stafilococco aureo, Escherichia coli, Klebsiella. Secondo una ricerca Usa, sugli apparecchi elettronici si annida di tutto, sul mouse del computer 260 batteri per centimetro

quadrato, su una tastiera 511 e sulla cornetta del telefono ben 3.895. La soluzione ideale consiste nel lavarsi le mani frequentemente con acqua e sapone, per un minuto. Questa semplice pratica consente di eliminare il 99% dei batteri. Negli ospedali, quando non è possibile avvicinarsi a un lavandino in condizioni igieniche ottimali, si raccomanda l'utilizzo di gel disinfettanti in soluzione alcolica. L'Associazione Microbiologi Clinici Italiani ha riaffermato, in occasione della Giornata Mondiale per la campagna per l'igiene delle mani, che si è celebrata recentemente, l'importanza di far crescere la sensibilità su questo semplice atto di igiene personale, i cui effetti ricadono a cascata sull'ambiente e sulle persone che frequentano gli ambienti di cura, igiene delle mani significa meno germi in circolazione e meno occasioni di contagio.

LAVARSI le mani, nel modo giusto, dunque. Come? Preferibilmente con soluzione disinfettante, con il gel preso dai dispenser dislocati nei centri commerciali, nei luoghi di cura, nelle scuole, in vari centri di aggregazione. Utilizzare acqua e sapone, invece, se le mani sono visibilmente sporche.

Alessandro Malpelo

© RIPRODUZIONE RISERVATA

