



**Steve Troxler**  
Commissioner

North Carolina Department of Agriculture  
and Consumer Services  
*Food and Drug Protection Division*

**Joseph W. Reardon**  
Director

## **Desinfecte Su Esponja de Cocina**

La División de Protección de Alimentos y Medicinas, en su afán de contribuir con el desarrollo de una mejor calidad de vida de la comunidad Hispana, en esta ocasión da a conocer un método sencillo y rápido de desinfectar su esponja de cocina, siempre que la esponja no contenga metal.

Carlos Enríquez, uno de los científicos de la Universidad de Arizona que tomaron muestras de baños y cocinas para realizar un estudio sobre gérmenes afirma que: "Con frecuencia las cocinas están mas sucias que los baños".

En los Estados Unidos, las bacterias que se hospedan en las cocinas enferman a un promedio registrado de 9,000 personas por año, sin embargo se sabe que esta cifra es bastante más alta ya que muchas veces las personas no requieren hospitalización y por lo tanto no quedan registradas en las estadísticas. En todo caso, las personas más afectadas son siempre las más pequeñas, los ancianos, las embarazadas y aquellas con el sistema inmunológico débil.

Con frecuencia pensamos que comer en casa es más seguro pero lamentablemente no necesariamente esto es cierto. Por ejemplo proveen las investigaciones demuestran que las esponjas fabricadas con celulosa, cuando están húmedas (casi siempre)- proveen un ambiente ideal para el desarrollo de las bacterias que nos producen enfermedades infecciosas; de hecho el ambiente les resulta tan amigable que sobreviven- sin decrecer en número- hasta dos semanas.

Diferentes estudios han probado claramente que el microondas puedes ser una solución en este sentido. Las toallas de cocina fabricadas con algodón y, las esponjas de cocina fabricadas con celulosa pueden desinfectarse en el microondas.

Limpiar y desinfectar regularmente las toallas y esponjas de cocina es definitivamente indispensable. Al limpiar evitamos que las bacterias tengan con que alimentarse pero es solamente al desinfectar que realmente las eliminamos.

## **¿Cómo Desinfectar en el Micro ondas Su Esponja de Cocina?**

- Antes de desinfectar las esponjas de cocina en el microondas es necesario primero enjuagarlas y escurrirlas, de otro modo el detergente que acumulan se esparcirá dentro del micro ondas.
- Asegúrese de que la esponja no contiene elementos de metal. El metal puede iniciar un fuego dentro del micro ondas.
- Desinfecte la esponja en el micro ondas por 2-3 minutos. Este lapso de tiempo permite que con seguridad la esponja alcance la temperatura mínima necesaria para quedar realmente desinfectada.
- Tome precauciones. Espere un par de minutos antes de sacar la esponja del micro ondas. Evite quemarse.
- Algunos modelos últimos de lavadoras de platos traen opciones para desinfectar.

**Para mayor información comuníquese con la División de Alimentos y Medicinas del Departamento de Agricultura de Carolina del Norte: 919-733-7366**