

image not found or type unknown



www.juventudrebelde.cu

image not found or type unknown



La prueba gráfica de lo que puede ocultar una mano sucia. (2, 3) microorganismos como estos son muy comunes, por lo que es muy probable que estén presentes en la piel de otras partes del cuerpo. Autor: www.microbewold.com Publicado: 21/09/2017 | 06:11 pm

El colorido «jardín» que se esconde en nuestras manos

Científicos ilustran la gran cantidad de bacterias que se acumulan en nuestras manos y lo desaconsejable que puede llegar a ser no lavárselas

Publicado: Jueves 11 junio 2015 | 08:41:06 pm.

Publicado por: Patricia Cáceres

Puede que los niños no obedezcan cuando se les pide que se laven las manos, pero sin dudas es un mensaje que vale la pena repetir hasta el cansancio. Ello lo demostró hace unas semanas Tasha Sturm, profesora del Colegio Cabrillo, California, Estados Unidos, quien encontró una simple y reveladora forma de alertar sobre el asunto.

Hace un par de semanas la especialista le pidió a su hijo de ocho años que se tomara unos minutos para acariciar a su perro y salir a jugar un rato. Cuando regresó a casa, le indicó que colocara la mano derecha sobre una placa de Petri —uno de esos platillos que se usan en el laboratorio— y que presionara con suavidad.

En la placa de 15 centímetros de diámetro, previamente esterilizada, se había vertido agar tripticosa de soja, medio utilizado para el cultivo de bacterias. Cuando el niño estampó su huella en el platillo, Sturm lo tapó y lo introdujo en un incubador a 37 grados durante un día entero. Después lo dejó a temperatura ambiente (unos 22 grados) durante unos días más.

Al cabo de una semana, había emergido el dibujo de una pequeña palma humana hecha de lo que parecían flores

de colores, tal como se puede apreciar en la fotografía que después compartió en microbeworld.org, sitio en Internet de la Sociedad Estadounidense de Microbiología.

Era la huella inmunológica de su hijo. La prueba gráfica de lo que puede esconder una mano sucia.

Tal y como contó la propia Sturm en una entrevista exclusiva al diario USA Today, su objetivo era demostrar la gran cantidad de bacterias que se acumulan en nuestras manos y lo desaconsejable que puede llegar a ser no lavárselas.

«Quería evidenciar que hay microbios por todas partes», destacó. Por ello, y aprovechando que sus hijos siempre se muestran ansiosos por ayudarla en sus experimentos científicos, decidió pedir su colaboración para un curioso estudio de campo.

Las colonias blancas en torno a las huellas dactilares son probablemente estafilococos; también hay micrococos; y las más oscuras son bacterias del género *Serratia*, explicó la experta, quien también tomó fotografías más detalladas de cada una de ellas.

Todos estos microorganismos son muy comunes, por lo que es muy probable que, como en las manos, estén presentes en la piel de otras partes del cuerpo.

Algunos son patógenos, como la *Serratia marcescens*, y pueden causar infecciones, especialmente entre pacientes hospitalarios. No obstante, Sturm dijo no estar preocupada por que su hijo pueda tener tantos microorganismos en sus manos.

«Estar expuestos a estos es parte de un sistema inmunitario saludable. Es algo normal con lo que estamos en contacto todos los días. La piel nos protege de una gran cantidad de cosas malas que se encuentran en el exterior. El mensaje principal es que, para tener un sistema inmunológico saludable, tienes que estar expuesto a ellas», ahondó Sturm.

A pesar de que un ambiente extremadamente limpio puede llegar a ser perjudicial para los pequeños, también aconseja lavarse las manos para evitar que estas bacterias causen daños en el organismo.

¿Y qué pasa en la boca?

Posiblemente el beso en la boca sea la forma más habitual de expresar amor. Pero lo que quizá usted no sepa es que cuando una pareja se besa durante diez segundos puede intercambiar hasta 80 millones de bacterias.

Al menos así lo asegura un estudio realizado por científicos de la Organización para la Investigación Científica Aplicada (TNO), de Holanda, publicado en la revista especializada *Microbiome*.

Otras de las conclusiones a las que arribaron los científicos es que nuestra microbiota oral, compuesta por más de 700 variedades de bacterias, también parece estar influida por las personas más cercanas a nosotros. Tras examinar la boca de 21 parejas, determinaron que entre aquellas que intercambiaban nueve besos cada día, la microbiota salival se volvía similar.

Los investigadores holandeses tomaron muestras de bacterias de la lengua y la saliva de las 21 parejas antes y después del beso de diez segundos. Un miembro de cada una de las parejas tomó una bebida probiótica que contiene variedades específicas de bacterias, incluyendo el Lactobacillus y la Bifidobacteria.

Después de un beso íntimo, los investigadores encontraron que la cantidad de bacterias probióticas en la saliva del receptor se triplicaron y calcularon que se transfirieron un total de 80 millones de microorganismos durante diez segundos.

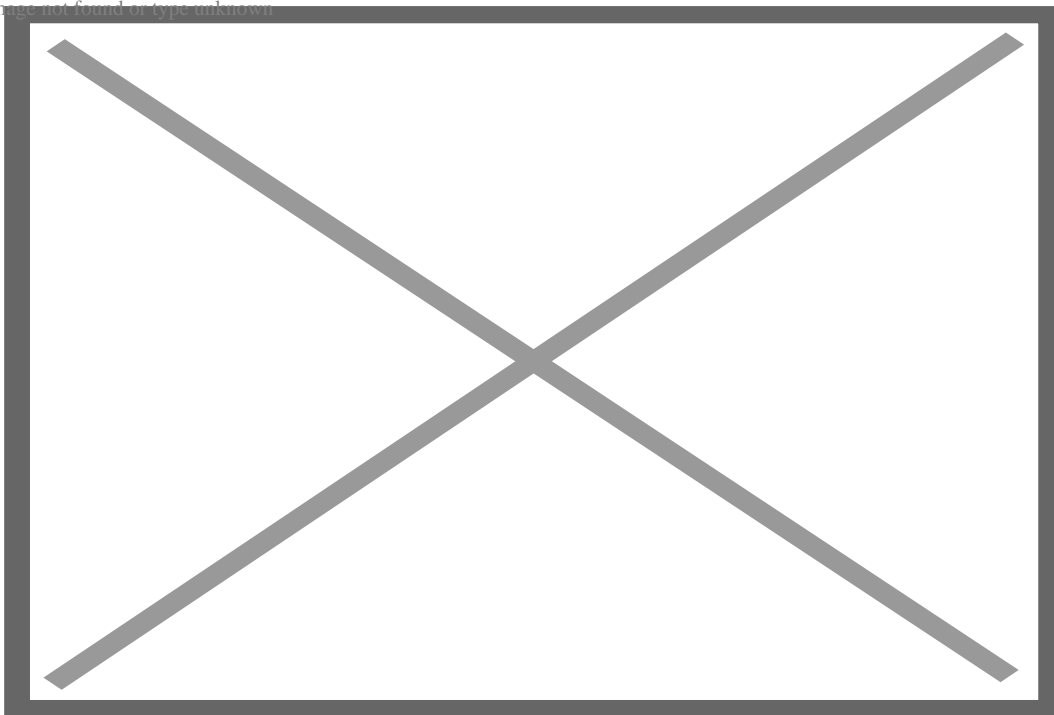
Curiosamente, mientras que las propiedades de las bacterias en la saliva parecían cambiar rápidamente en respuesta a un beso, las de la lengua permanecían más estables.

«El beso es un gran ejemplo de la exposición a un número gigantesco de bacterias en un corto tiempo. Pero parece que solo algunas bacterias se afianzan en la lengua», afirmó Remco Kort, líder del estudio.

«Las investigaciones futuras deberían examinar las propiedades de las bacterias y de la lengua que contribuyen a este poder de adherirse, para diseñar terapias y ayudar a personas con problemas bacterianos», subrayó.

¿Cómo lavarse las manos correctamente?

Imagen de fundacionpsicologica.com



A continuación enumeramos algunos pasos sencillos para eliminar los gérmenes de nuestras manos. Demuestre esta rutina a su hijo, o hasta mejor, lávese usted las manos a su lado varias veces al día para que aprenda la importancia de este hábito.

- Lávese las manos con agua tibia. Asegúrese de que no esté demasiado caliente.
- Utilice jabón y frótese las manos vigorosamente unos 20 segundos (no hace falta que utilice jabón

antibacteriano). Lave bien el área entre los dedos y debajo de las uñas. No olvide las muñecas.

- Enjuáguese las manos y séquelas bien con una toalla limpia y seca.

Para disminuir la propagación de los gérmenes entre los miembros de su familia, establezca el lavado de manos con frecuencia como una regla para todos, especialmente:

- Antes de comer y cocinar.

- Después de ir al baño.

- Luego de limpiar la casa.

- Tras tocar animales, incluidas las mascotas familiares.

- Seguidamente de visitas o cuidados a amigos o familiares enfermos.

- A continuación de sonarse la nariz, toser o estornudar.

- Al regresar de la calle (después de jugar, hacer jardinería, pasear al perro...).

No subestime la importancia de lavarse las manos. Los pocos segundos que usted permanecerá en el lavamanos con su hijo podrían ahorrarle visitas a la consulta de su médico.

Fuente: www.kidshealth.org

<http://www.juventudrebelde.cu/suplementos/detras-ciencia/2015-06-11/el-colorido-jardin-que-se-esconde-en-nuestras-manos>