

## ¿ES MEJOR EL JABON O EL GEL ANTIBACTERIAL?

Lavado adecuado y que realmente proteja no saber la técnica, tiempo ni recomendaciones de un buen lavado de manos, puede darle la falsa seguridad de estar protegido, por ejemplo es fundamental también limpiar las uñas.

Recordemos que dependiendo de un buen cuidado de las uñas es una zona donde se acumula polvo, residuos y los gérmenes pueden estar allí, entonces es muy importante también un aseo y cuidado de las uñas.

El jabón en barra suele dejar en jaboneras con residuos de agua o de alimentos que se convierten en caldo de cultivo de microorganismos.



En caso de no tener agua y jabón a su alcance para lavarse las manos adecuadamente, puede recurrir a un gel antibacterial.

En el mercado hay diferentes tipos de geles, la mayoría tiene un buen efecto, son recordemos unas medidas provisionales que ayudan a mantener la limpieza en las manos pero que no reemplaza ni suplente un adecuado lavado de manos con agua y jabón.

Es importante verificar en la etiqueta que el gel contenga 60% de alcohol y no descuide las medidas como el buen uso del tapabocas si tiene síntomas.

**Fuente:** [Clínica Cardiovascular Corazón Joven](#) | 19 de marzo de 2020 10:54 a.m.



**Sección  
Informativa**