

O álcool em gel é mais eficaz do que lavar as mãos com água e sabão?

Ambos são seguros na prevenção de doenças, como a gripe suína, mas são necessárias algumas recomendações para quem opta pelo álcool em gel

Eliza Kobayashi (novaescola@atleitor.com.br)

Com recente aumento dos casos de gripe A no Brasil, provocada pelo vírus H1N1, a demanda pelo uso de álcool em gel para limpar as mãos cresceu muito. As farmácias de todo o país têm abastecido suas prateleiras com o produto, que também está sendo adotado em escolas, empresas, agências de turismo e até mesmo nas praças de alimentação de shopping centers. Os profissionais de saúde recomendam a higienização frequente das mãos como uma das principais formas de evitar o contágio da doença. Mas será que o álcool pode substituir o bom e velho sabão? "Tanto o sabonete comum quanto o álcool em gel são eficazes para a limpeza das mãos e podem evitar a contaminação pelo vírus da nova gripe e outras doenças, como diarreias - que em alguns casos podem provocar surtos em escolas e creches - e todas as enfermidades de transmissão respiratória, como a influenza", afirma a médica Ana Freitas Ribeiro, diretora da Central de Vigilância Epidemiológica da Secretaria Estadual de Saúde de São Paulo. Segundo ela, não há diferença de eficácia entre os dois métodos. "Entretanto, se houver sujidade aparente, é necessário lavar as mãos com água e sabão", ressalta. Quem opta pelos sabonetes antissépticos têm ainda uma leve vantagem em relação aos comuns. "Eles apresentam ação residual, ou seja, permanecem ativos por mais tempo nas mãos". Isso significa que a duração de proteção contra germes, vírus e bactérias é maior.

Para quem opta pelo álcool, a médica indica que a concentração alcoólica do produto deve ser superior a 70% para matar bactérias e vírus. "Além disso, para a limpeza das mãos, deve ser utilizado o álcool em gel, que contém substâncias que evitam o ressecamento da pele. Assim, o líquido deve ser usado somente para a limpeza de superfícies". De acordo com Ana Freitas, o produto também possui ação residual, como os sabonetes antissépticos, mas lembra que, mesmo assim, é necessário higienizar as mãos com frequência,

principalmente após tossir, espirrar e ter contato com superfícies, onde o vírus da gripe pode permanecer vivo por até oito horas. “A higienização também é recomendada antes de comer e depois de usar banheiros.

Veja mais reportagens em: <http://corpo-saude.wmnett.com.br>