Published on *Hoy en el TEC* (https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec)

Imagen con fines ilustrativos, tomada de https://www.pexels.com/es-es/ [1].

Ninguna recomendación casera es efectiva para eliminar el virus

Beber agua caliente y exponerse al sol no mata el Covid-19

29 de Abril 2020 Por: Irina Grajales Navarrete [2]

- Lo mejor que usted puede hacer es quedarse en casa y evitar la interacción física, tal como lo han indicado las autoridades de salud

Desde que comenzaron los estragos por el nuevo coronavirus, las redes sociales han publicado miles de consejos de salud falsos sobre la pandemia.

Recomendación casera # 1: Calentar nuestro cuerpo

Una de las recomendaciones caseras es tomar agua caliente y exponerse al sol, ya que, si calentamos nuestro cuerpo, el Covid-19, no resistirá y morirá.

Sin embargo, para la doctora Maricela Meoño Martín, directora de la Clínica de Atención Integral en Salud [3]del Tecnológico de Costa Rica [4] (TEC), **el intentar calentar el cuerpo, para matar o prevenir el virus es completamente ineficaz y hasta peligroso**.

“Lo mejor que usted puede hacer es quedarse en casa y evitar la interacción física, tal como nos han indicado las autoridades de salud”, enfatizó.

Pero, ¿por qué es ineficaz?

“Porque tomar líquidos calientes, bañarse con agua caliente y exponerse al sol, no cambian la temperatura corporal. El cuerpo siempre va a mantenerse con la misma temperatura, a menos que usted esté enfermo o en condiciones muy extremas, que más bien son peligrosas para la salud”, explicó la doctora.

Mediante un comunicado de prensa la Organización Mundial de la Salud [5] (OMS), confirmó esto, al señalar que independiente de lo caliente que usted pueda tomar una bebida, o aguantar el calor en la ducha, “la temperatura corporal continuará siendo de 36,5?°C a 37?°C”; es decir, si el baño o la bebida están muy calientes usted solo conseguirá quemarse.

Recomendación casera # 2: Calentar nuestra garganta

Ahora, muchas noticias en las redes sociales, también han dicho que el virus vive en la garganta, y que, para atacarlo, un consejo casero es tomar líquidos calientes; sin embargo, esto también es falso.

magen con fines ilustrativos, tomada de https://www.pexels.com/es-es/ [1].

De acuerdo con la coordinadora del Centro de Investigación en Biotecnología [6] del TEC, Laura Calvo, **los virus se pueden mantener viables, por algún tiempo,** en la ropa, calzado, puertas, cubiertos de la cocina, incluso en la piel; es decir, pueden permanecer activos en cualquier superficie que toquemos.

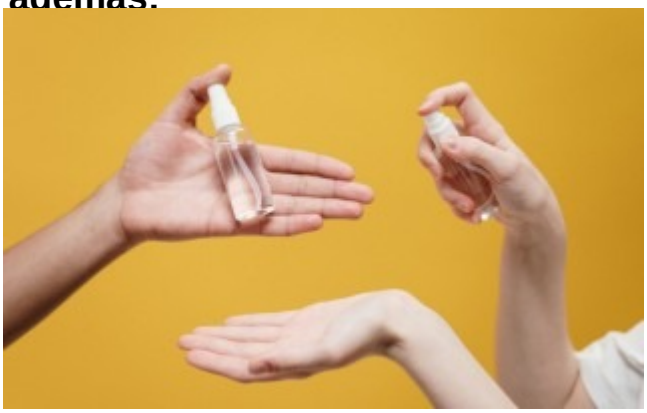
“**Pero**, en el caso del coronavirus SARS-CoV-2, **una vez que el virus entra al cuerpo por alguna mucosa (nariz, ojos o boca), los virus no se quedan en la superficie de la garganta ni de las vías respiratorias, sino que entran a las células,** donde pueden hacer miles de miles de copias, que luego salen e infectan a otras células vecinas”, señaló Calvo.

En resumen, el virus puede pasar por tu garganta, pero no se queda ahí, sino que entra a las células y tejidos del cuerpo, especialmente en los pulmones.

“**Los virus necesitan entrar a las células, porque ellos solos no pueden reproducirse, sino que usan a las células como una fábrica para hacer más virus**”, enfatizó Calvo, quien además es doctora en Ciencias Naturales, graduada de la Universidad de Hohenheim [7], en Alemania.

“Entonces, **para poder matar, a todos los virus en una persona contagiada,** tendríamos que matar a nuestras propias células. Por eso es tan difícil hacer tratamientos para las infecciones virales, y por eso es que muchos tratamientos caseros no sirven, sino que más bien pueden ser peligrosos”, puntualizó.

Lea, además:


[8]

No prepare alcohol en gel casero, aconseja científica del TEC [8]

Source URL (modified on 05/07/2020 - 08:04): https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/node/3589

Enlaces
[1] https://www.pexels.com/es-es/
[2] https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/users/irina-grajales-navarrete
[3] https://www.tec.ac.cr/unidades/area-salud
[4] https://www.tec.ac.cr

[5] https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters
[6] https://www.tec.ac.cr/centros-investigacion/centro-investigacion-biotecnologia-cib
[7] https://www.uni-hohenheim.de/en
[8] https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/2020/03/20/no-prepare-alcohol-gel-casero-aconseja-cientifica-tec