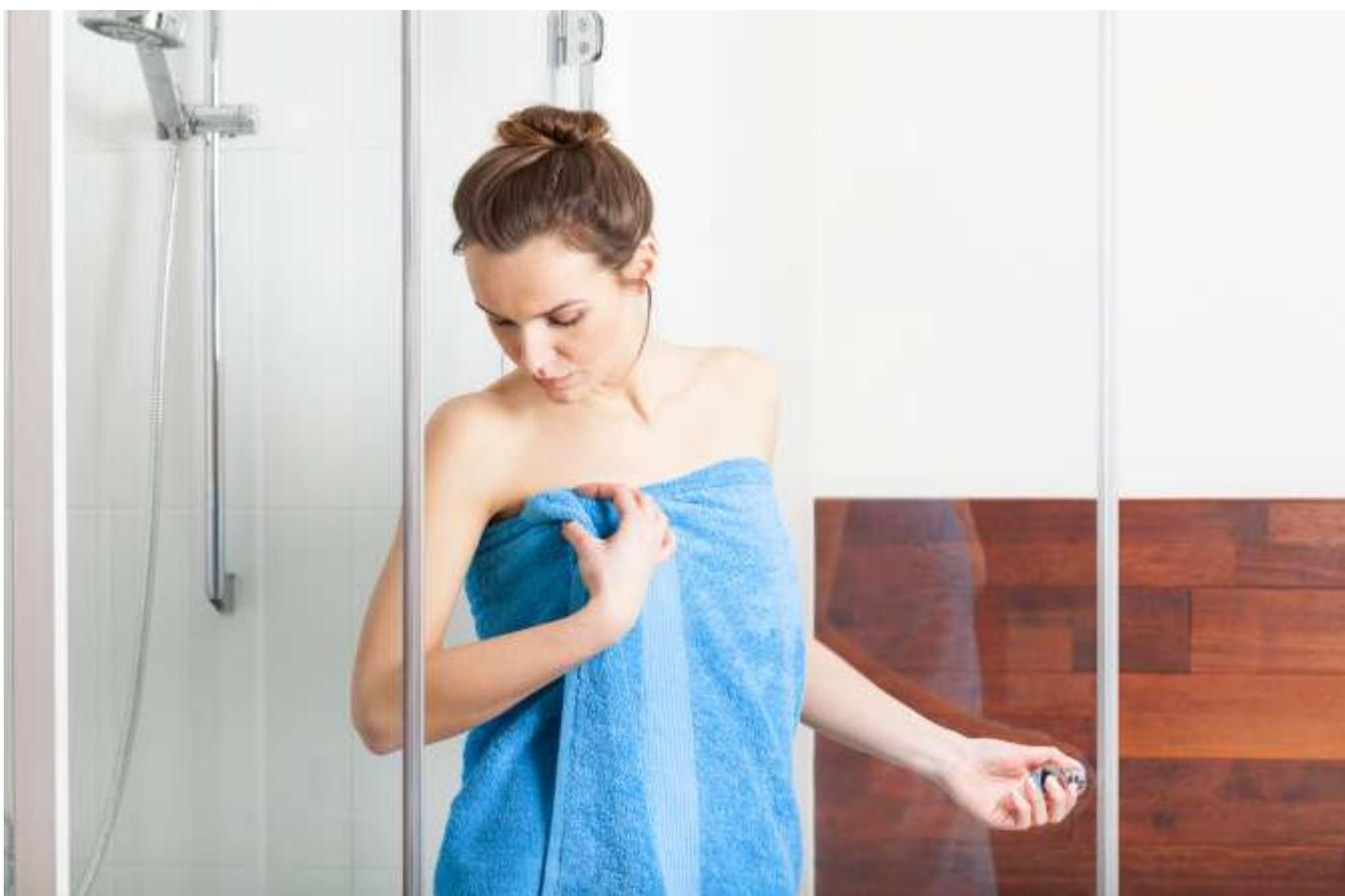


# As bactérias perigosas que sua toalha de banho abriga

*Saiba a frequência ideal com que esses itens devem ser higienizados*

Por **Caroline Randmer (colaboradora)**  
Publicado em 3 nov 2017, 08h00



(KatarzynaBialasiewicz/Thinkstock/Getty Images)

É bem provável que as condições da sua toalha de banho não estejam entre suas prioridades em meio a uma rotina tão corrida. Mas talvez seja a hora de você começar a prestar mais atenção nisso. Uma pesquisa da Universidade do Arizona, nos Estados Unidos, descobriu que 90% das toalhas de banheiro carregam bactérias coliformes. Mais: 14% das peças contêm a temida E. coli, que pode

desencadear distúrbios gastrointestinais, infecções urinárias, pneumonias e até meningites.

“Estamos expostos a centenas de tipos diferentes de micro-organismos no nosso dia a dia. Dentre eles, estão as bactérias que fazem morada na superfície da nossa pele. Quando lavamos as mãos ou enxugamos o corpo, elas acabam sendo transferidas para a toalha”, explica **Claudio Wulkan**, dermatologista da Sociedade Brasileira de Dermatologia.

Uma vez instaladas, elas começam a se proliferar devido ao ambiente propício: banheiros são úmidos e, geralmente, escuros, bem do jeitinho que elas gostam. Mas, se você for a única a usar sua toalha, o perigo não é tão grande – nosso corpo conta com uma proteção natural contra esses agentes infecciosos. Agora, caso você divida o material de banho com alguém da casa (e isso inclui a toalha de mão), fique atenta: bactérias que vivem na sua pele podem não ser as mesmas que vivem na dos seus pais, irmãos, companheiros ou amigas. O ideal é lavar toda a roupa de banho a cada dois dias – especialmente se você convive com crianças. Essa frequência evita que a colônia bacteriana cresça demais e acabe contaminando seu organismo

Fonte: <https://boaforma.abril.com.br/saude/as-bacterias-perigosas-que-sua-toalha-de-banho-abriga/>