



## Saiba como combater o coronavírus sem abrir mão da sustentabilidade

**A**necessidade de higienização das mãos e dos utensílios de uso diário com maior frequência, em decorrência da pandemia de Covid-19, provoca mudanças nos hábitos de consumo. No entanto, é possível manter as medidas de enfrentamento ao coronavírus e, ao mesmo tempo, ter uma atitude sustentável e alinhada às práticas de proteção do meio ambiente.

Em relação ao consumo de água, é importante entender que o principal agente de higienização contra o vírus é o sabão. Por isso, a recomendação é evitar o desperdício na hora de lavar as mãos: feche a torneira enquanto ensaboa mãos e punhos, esfregue as palmas, os dedos, as unhas e o dorso. Só depois, reabra para enxaguar as mãos.

Na cozinha, a dica é limpar os pratos com guardanapos antes de levá-los à pia. Tampe o ralo ou utilize uma bacia para reservar um pouco de água, que pode ser aproveitada para deixar a louça de molho durante a limpeza de cada item com esponja e detergente. Ensaboe tudo antes e faça o enxágue rapidamente, de uma só vez. Para quem tem lava-louças, recomenda-se usá-la na capacidade máxima, aproveitando todos os espaços.

A orientação é a mesma durante a lavagem de roupas: junte muitas peças a cada uso da máquina. Em casas com quintal, ainda há a opção de reservar a água que sai do equipamento para ser reutilizada

na limpeza da área externa. Por fim, também é possível economizar na hora do banho: basta se ensaboar e lavar o cabelo com o chuveiro desligado.

### Descarte resíduos de forma segura

Outro cuidado importante no dia a dia é se certificar de jogar fora, de forma segura, os materiais usados na higienização. Esponjas e panos usados para a limpeza de compras podem ser reutilizados, desde que higienizados adequadamente. Deixe-os de molho em solução diluída, com 50 ml de água sanitária e 1 litro de água, por cerca de 30 minutos. Depois, basta lavar em água corrente e deixar secar.

O descarte do lixo, por sua vez, requer cautela. Os resíduos do banheiro, por exemplo, devem ser embalados em duas sacolas plásticas bem fechadas. O ideal é borrifá-las com água sanitária antes do envio para a coleta de lixo comum.

No caso de materiais recicláveis, a sugestão é embalá-los em sacos e deixá-los por um período de 24 horas em ambiente seco e seguro. As prefeituras têm orientações para deixar esses materiais reservados por mais 48 horas, já que o tempo máximo de permanência do coronavírus no plástico é de 72 horas.

*Fonte: Universidade Tecnológica Federal do Paraná*