

**OP2: 5 tips de limpieza para mantenerla cocina más saludable en temporada de calor**

* *Limpieza a vapor, refrigeración de alimentos y utensilios impecables son algunos de los tips para crear un ambiente saludable durante los días más calurosos del año.*

**Ciudad de México, 27 de junio de 2023.-** La cocina es el corazón de un hogar. Un espacio cálido y colorido donde se preparan los alimentos que nos dan la energía para vivir. Su peculiar ambiente invita al arte culinario, a la degustación de un bocado y a la convivencia en familia.

Por eso, el secreto de una cocina excepcional está detrás de la limpieza, ya que es el ingrediente especial para crear un ambiente delicioso y saludable. En los días más calurosos del verano, resulta más desafiante eliminar los microorganismos que se reproducen con mayor facilidad en las áreas de comida.

Olvídate de los métodos convencionales que no dan resultados y descubre cómo mantener tu [cocina](https://www.kaercher.com/es/home-garden/know-how-home-garden/limpieza-de-la-cocina.html) limpia, mientras cuidas los alimentos y a tus seres queridos a través de los siguientes consejos:

**1.- Remedios caseros para limpiar el refrigerador.** La falta de constancia en la limpieza del refrigerador puede generar una peligrosa fuente de agentes patógenos, es por eso que tienes que sanitizar constantemente. ¡Es muy fácil! Primero tienes que desconectarlo y apagarlo. Después retira cada uno de los compartimentos para finalmente limpiarlos en el fregadero. Basta con mezclar líquido de lava trastes con agua tibia para dejar como nueva cada pieza.

En lo que respecta al interior del refrigerador, la recomendación es limpiar de arriba hacia abajo con un paño de microfibra y un detergente multiuso. Por último, seca el refri y coloca nuevamente los estantes y alimentos en su lugar. No olvides volver a conectarlo a la red eléctrica.

**2.- Limpia a fondo cada superficie.** Si quieres mantener a raya a las bacterias en el verano y en cualquier estación del año, tienes que ser muy estricto con tus técnicas de limpieza en la encimera de tu cocina. Ahí se manipulan todos los alimentos, por lo que cocinar en una zona contaminada es muy peligroso para la salud. Existen remedios caseros para esta misión, pero una alternativa rápida y sin usar productos químicos mucho más efectiva es el [limpiador de vapor](https://www.kaercher.com/mx/home-garden/limpiadoras-de-vapor.html) de [Karcher](https://www.kaercher.com/mx/), el líder mundial en soluciones de limpieza. A través de una fuerte generación de valor caliente se elimina el 99,999% de los coronavirus: desde superficies de una cocina integral, la campana extractora y el horno, hasta espejos, superficies de vidrio y suelos duros.

Este dispositivo de higiene absoluta se puede usar en todas las superficies de la cocina para acabar con la suciedad, grasa y bacterias que amenazan las áreas de preparación de alimentos. Y a diferencia de los detergentes tradicionales, no contiene ácidos o disolventes que atacan al mármol y otros materiales.

**3.- Alimentos que debes refrigerar.** El consumo de alimentos en mal estado es nocivo para la salud. Así que verifica la fecha de caducidad de los productos que compras en el supermercado. También es importante que mantengas en un estado óptimo los alimentos que requieren refrigeración.

La carne fresca, el pescado, huevos, productos lácteos y comida cocinada deben conservarse en la nevera. De lo contrario podrían derivarse enfermedades infecciosas causadas por bacterias al ingerir alimentos echados a perder.

**4.- Utensilios relucientes.** Aunque a veces no somos conscientes de ello, hay instrumentos de cocina y trastes que se convierten en un caldo de cultivo para las bacterias ante la ausencia de higiene. Por lo anterior, sigue estos tips para alcanzar la alta limpieza en utensilios de cocina:

* Limpia diariamente la tabla de cortar con agua y líquido para lavar trastes.
* Sustituye la esponja de cocina una vez a la semana.
* Lava cuidadosamente los cubiertos y guárdalos en su cajón cuando estén secos.

**5.- Higiene sostenible de los desagües.** Restos de comida, grasa, jabón y otros elementos pueden obstruir las tuberías de desagüe si no se limpian con regularidad. Esto provoca que el agua no pueda salir y se convierte en un verdadero problema para la armonía de tu cocina.

Haz esta tarea con el apoyo de los siguientes remedios naturales para que no dañes el medio ambiente:

* Vierte cuatro cucharadas de levadura de polvo en el desagüe atascado e inmediatamente después echa media taza (aproximadamente 100 ml) de vinagre. Deja que la mezcla haga efecto y cuando ya no escuches el sonido del burbujeo, aclara con agua hirviendo para limpiar completamente el desagüe.
* Otra opción infalible es combinar vinagre con bicarbonato de sodio. Vierte cuatro cucharadas de bicarbonato de sodio por el desagüe, después agrega media taza de vinagre y después de un rato, cuando ya no se escuche el burbujeo, echa agua caliente.

Como puedes darte cuenta, la limpieza es la receta para que tu cocina sea un espacio agradable, saludable e higiénico en las altas temperaturas. Ármate de los ingredientes, utensilios y soluciones de limpieza para enamorar a los comensales que la visiten.

**Sobre Kärcher**

Kärcher es el proveedor líder de tecnología de limpieza en todo el mundo. La empresa familiar emplea más de 13,498 trabajadores en más de 127 filiales en 72 países. Para proporcionar un servicio de postventa continua en todo el mundo, dispone de 50 mil puntos de servicio en todos los países. Su pasión es tomarse en serio la responsabilidad de las personas, su cultura y su medio ambiente.

Para más información, visita [www.kaercher.com/mx](http://www.kaercher.com/mx)