

Las gárgaras de sal no eliminan el coronavirus ^[1]

Enviado por [Reinaldo Franqui Machin](#) ^[2] el 17 marzo 2020 - 5:28pm



^[2]



Publicado originalmente en la sección de [Opinión de El Nuevo Día](#) ^[3]

El coronavirus ya ha infectado a más de 167 mil personas en el mundo. Agencias como los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) ofrecen información actualizada y fundada en la evidencia científica sobre este virus para prevenir su propagación. A pesar de estos esfuerzos, **las redes sociales son tierra fértil para la promoción de mitos.**

Es probable que ya te hayas encontrado con una imagen o una captura de pantalla informándote que puedes combatir el COVID-19 haciendo gárgaras de agua con sal, vinagre, o bebiendo mucha agua caliente. **Esta aseveración es completamente falsa.** Aunque la hidratación es de gran importancia para mantenerte saludable, tomar mucha agua caliente, o hacer gárgaras de sal, o vinagre no tiene ningún efecto en la infección o recuperación del coronavirus.

En las redes sociales, estos mitos se vuelven tan virales como el COVID-19, porque consisten en aseveraciones cortas, fáciles de recordar, y con cierta alusión a un remedio casero accesible. Pero en realidad, **son nada más que chismes pegajosos sin fundamento científico**. Para ser más convincentes, estas imágenes engañosas pueden venir con una referencia ambigua de que el consejo proviene de algún profesional de la salud, ya sea médico, investigador, u otro similar. Como resultado, se nos hace fácil presionar el botón de compartir en Facebook, o mencionárselo a nuestras amistades y seres queridos como información real.

Propagar esta mala información sobre tratamientos caseros brinda un falso sentido de seguridad que ayuda a la propagación de este peligroso virus. Recuerda que aún no se sabe mucho de COVID-19, y está surgiendo evidencia de que el virus es contagioso inclusive en su etapa asintomática. Esto significa que, si has sido expuesto al virus y te dejas llevar por esta información falsa para mantenerte “saludable”, podrías estar poniendo en peligro tu vida y la vida de tus seres queridos, en especial aquellos con condiciones médicas crónicas o mayores de edad, los cuales son más susceptibles a la enfermedad.

Antes de compartir información que veas en los medios sociales o por WhatsApp, tómate un minuto y hazte las siguientes preguntas:

¿Te causó una respuesta emocional fuerte?

¿La información evita citar fuentes oficiales?

¿La información se basa en teorías oscuras o de tipo conspiraciones?

Si contestas “sí” a estas preguntas, **es probable que la información sea de fuentes dudosas**. Te invito entonces a que visites páginas como la de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades, o la Organización Mundial de la Salud, para que corrobore la veracidad de la misma. Estas agencias han creado una serie de respuestas concisas y científicamente verificadas para disipar dudas del coronavirus. Si confirmas que compartiste información falsa osin base científica, no te sientas mal, todos somos susceptibles a estos engaños. Simplemente borra la publicación, reporta la página, y notifica a tus seres queridos sobre la corrección.

Detener esta pandemia es tarea de todos y podemos ayudar **poniendo en cuarentena permanente la desinformación** del COVID-19.

El autor es Doctor en Biología Molecular y Estudiante de Derecho en la Universidad de Howard en Washington, DC.

Tags:

- [coronavirus](#) [4]
- [covid19](#) [5]
- [covid-19PR](#) [6]
- [covid19-cienciaboricua](#) [7]

Source URL:<https://www.cienciapr.org/es/blogs/conocimiento-tu-salud/las-gargaras-de-sal-no-eliminan-el-coronavirus?language=en>

Links

[1] <https://www.cienciapr.org/es/blogs/conocimiento-tu-salud/las-gargaras-de-sal-no-eliminan-el-coronavirus?language=en> [2] <https://www.cienciapr.org/es/user/reinaldofranqui?language=en> [3] <https://www.elnuevodia.com/opinion/columnas/lasgargarasdesalnoeliminanelcoronavirus-columna-2553562/> [4] <https://www.cienciapr.org/es/tags/coronavirus?language=en> [5] <https://www.cienciapr.org/es/tags/covid19?language=en> [6] <https://www.cienciapr.org/es/tags/covid-19pr?language=en> [7] <https://www.cienciapr.org/es/tags/covid19-cienciaboricua?language=en>