

Fecha: 30-06-2025
 Medio: Las Últimas Noticias
 Supl.: Las Últimas Noticias
 Tipo: Noticia general
 Título: Científico recomienda cambiar la cuchara de palo cada seis meses

Pág.: 14
 Cm2: 378,8
 VPE: \$ 2.082.776

Tiraje: 91.144
 Lectoría: 224.906
 Favorabilidad: ☐ No Definida

Rubén Peña, doctor en Biotecnología, la compara con un cepillo de dientes

Científico recomienda cambiar la cuchara de palo cada seis meses

La madera es un material poroso y permeable, por lo que acumula humedad. Para secarla, no basta estilarla.

FRANCISCO LUCERO

Probablemente en todas las cocinas de Chile hay una cuchara de palo. Se ocupa para todo tipo de preparaciones: frías y calientes, crudas y cocidas, dulces y saladas. Sin embargo, expertos advierten riesgos en su uso.

Académicos del Departamento de Ciencia y Tecnología de los Alimentos de la **Universidad de Santiago** (@decytal.usach) hacen un llamado a no "eternizar" estas cucharas debido a la cantidad de microorganismos que acumulan.

"Esto nace de un estudio observacional que hicimos de la bibliografía mundial sobre la madera y de los utensilios de cocina. En Chile acostumbramos a usar estos utensilios de madera", afirma Rubén Peña, doctor en Biotecnología e investigador de dicha unidad.

El científico explica que naturalmente la madera tiene poros microscópicos y no es impermeable. Así, al humedecerse, la madera y estos microporos se dilatan, lo que permite la acumulación de restos de grasas, comida e incluso saliva.

"Como sociedad tenemos la costumbre de probar directo de la olla a la boca. Todo eso va dejando microorganismos en la madera", explica.

Aclara que la población está expuesta diariamente a diferentes microorganismos provenientes de la comida. Sin embargo, hay grupos más susceptibles a estos patógenos.

"Los niños no tienen un sistema inmune tan desarrollado para protegerse



Rubén Peña, bioquímico de la Usach.

del ambiente altamente contaminado. En los adultos mayores también se ha visto que su capacidad inmunológica está un poco deteriorada. Además, personas que tienen problemas inmunológicos, embarazadas y personas con enfermedades crónicas pueden estar vulnerables", asegura Peña.

Los microorganismos más riesgosos son el *Escherichia coli* o las bacterias coliformes fecales.

¿Qué hacer?

El biotecnólogo llama a tener conciencia del uso de las cucharas de palo más que a botarlas todas de inmediato. Dice que lo ideal es tener una cuchara de palo para cada grupo de alimentos, ya que no se generan los mismos microorganismos en preparaciones cocidas que en aquellas que son crudas. Aclara, también, que hay diferentes tipos de madera y recubrimientos,

pero que ninguna se puede "eternizar".

Además, sobre el lavado de este utensilio advierte que no es recomendable hacerlo con cloro ya que pueden quedar desechos químicos que también afectan la salud.

"Nuestra recomendación es hervir la cuchara unos cinco minutos en agua. Puede ser una vez a la semana", afirma. "Hay que secarlas con papel absorbente ya que, aunque parezca seca por fuera, la madera guarda cierto grado de humedad".

"Nos gusta hacer la analogía con el cepillo de dientes, nadie tiene un cepillo de dientes por 20 años, porque se entiende que se va a deteriorar. Entonces, nuestra recomendación es que hay que cambiarlas por lo menos cada seis meses", comenta Peña.

Otra alternativa es usar utensilios de silicona de grado alimentario o de acero inoxidable.