

Adiós a las medias rotas: el truco para hacerlas indestructibles

04/04/2025



Las **medias** son una de las prendas más delicadas por su fina tela, **que provoca que se rompan ante cualquier roce**. De hecho, las caminatas diarias y hasta andar descalzo en casa pueden generar eventuales daños, aunque todo depende del material con el que se hayan llevado a cabo. Aún así, **existe un truco específico** que las vuelve indestructibles: requiere del uso de un electrodoméstico y el método es prácticamente infalible.

La experta española **Begoña Pérez**, también conocida como “La ordenatriz” por sus cualidades a la hora de la limpieza y el orden, contó cómo es el mecanismo para que las medias duren más tiempo. El truco que ofreció apunta primordialmente a las tradicionales de nylon que usan las mujeres. En primera instancia, la especialista sugirió congelarlos antes de colocarlos en los pies: si bien puede tratarse de una

recomendación poco ortodoxa, lo cierto es que **tiene una explicación científica**.

“Lo metemos en agua sin estrenar la media, la guardamos en una bolsa y al congelador por 24 horas. Al sacarlas, **las fibras están mucho más duras** y duran muchísimo más”, explicitó la profesional, quien remarcó que el freezer ayuda a fortalecer el tejido, previniendo eventuales desgastes naturales. Sin embargo, el procedimiento cuenta con **otras alternativas igual de válidas** para lograr el mismo resultado.

Adiós a las medias rotas: la solución para que duren más tiempo

“**Disolvemos dos cucharaditas de azúcar en agua**, sumergimos las medias durante dos o tres horas y después las dejamos secar”, aseguró la ibérica, que destacó que se trata de una opción más rápida que la anterior y puede servir más para aquellas personas que disponen de menos tiempo libre. Curiosamente, también hay soluciones para las prendas que ya tengan en el lomo cierto trajín y que evidencien algún tipo de rotura.

Por lo pronto, **aplicar esmalte de uñas de color transparente** sobre los extremos de la media resulta suficiente para brindarle una vida útil más extensa: “Un poco de esmalte evitará que la carrera continúe avanzando”. A su vez, aconsejó emplear fijador con la intención de que la **electricidad estática** se presente menos ocasiones, algo que disminuiría la cantidad de desgarros.



La mayoría de las roturas son por el desgaste diario. (Freepik)

Por último, Gómez dio detalles acerca de los métodos que se pueden implementar si acostumbramos **a ponernos [zapatos](#) o botas con costuras internas**, que por lo general pueden dañarlas: “Si la media roza con el zapato, podemos limar la costura y aplicar una capa de esmalte transparente en la zona para suavizarla”. Así, también se minimiza considerablemente el riesgo de enganches.

Adiós a las medias rotas: cuál es el material ideal a la hora de comprarlas

Más allá de marcar la diferencia en la durabilidad de la prenda, también permite ahorrar dinero y que el bolsillo luzca un poco más abultado a fin de mes. Si es inevitable comprar medias, lo mejor es adquirir las que posean una mayor densidad y **estén hechas con materiales reforzados**: los irrompibles son

de última generación, como fibras reforzadas de altísima calidad.

Los calcetines que son de 100% algodón surgen como los más ligeros y cómodos, sobre todo si el que los porta disfruta de caminar de manera asidua. Al mismo tiempo, algunos productos lo mezclan con el poliéster y algunas telas sintéticas. Asimismo, tienen modalidades diferentes: **las de baja compresión** son adecuadas para problemas leves de circulación sanguínea; y **las térmicas** aparecen como ideales para los momentos de bajas temperaturas, como en el invierno.

Fuente: TN