

Botellas plásticas de agua: cada cuánto se limpian y los riesgos que pocos conocen de su reutilización

23/01/2026



Las **botellas de agua** forman parte de la vida diaria en hogares, oficinas y espacios públicos. Sin embargo, su uso repetido suele pasar por alto **aspectos clave** vinculados a la **higiene** y al **ambiente**.

Aunque fueron pensadas para un **consumo práctico y rápido**, muchas terminan acompañando rutinas durante días o semanas. Por eso, entender cómo cuidarlas resulta central para la **salud** y la **sostenibilidad**.

En este contexto, el debate sobre **reutilizar** o **descartar** cobra relevancia en un país donde el **consumo de plástico** sigue en aumento.

Higiene: un factor clave para la salud

Las botellas plásticas pueden convertirse en un **reservorio de bacterias** si no se limpian correctamente. La **humedad interna** y el contacto con la boca favorecen la **proliferación de microorganismos**.

Además, cuando se las deja al sol o en **ambientes calurosos**, el riesgo se incrementa. Por eso, la **limpieza diaria con agua caliente** y detergente es una **práctica recomendada**.

A su vez, es fundamental dejarlas secar completamente **antes de volver a usarlas**, ya que la **humedad persistente acelera la contaminación**.



Botellas de agua Foto: Freepik

Reutilizar: una práctica extendida

Reutilizar botellas es una costumbre cada vez más común, impulsada por la **conciencia ambiental** y el ahorro económico. Esta práctica **reduce la generación de residuos** y la demanda de nuevos envases.

Sin embargo, no todas las botellas están diseñadas para

múltiples usos. Algunas se degradan con el tiempo y pueden liberar microplásticos o sustancias químicas. Por lo tanto, identificar el tipo de plástico y su resistencia es clave para una reutilización responsable.

Ventajas ambientales de extender su vida útil

La reutilización disminuye la cantidad de residuos que terminan en **rellenos sanitarios** o cursos de agua. De este modo, se reduce la presión sobre **ecosistemas urbanos y naturales**.

Además, al disminuir la producción de **nuevas botellas**, baja el consumo de energía y de **combustibles fósiles** asociados a su fabricación y transporte. Así, un gesto cotidiano puede transformarse en una acción concreta frente a la **crisis ambiental**.



Botellas de agua Foto: Freepik

Riesgos y límites de la

reutilización

No obstante, el **uso prolongado de botellas descartables tiene desventajas**. Con el tiempo, el plástico se raya y esas microfisuras alojan **bacterias difíciles de eliminar**.

Asimismo, algunas botellas **no soportan altas temperaturas ni lavados intensivos**, lo que compromete su **seguridad**.

Por eso, cuando presentan **olores persistentes, deformaciones o cambios de color**, lo más recomendable es reemplazarlas.

Alternativas más seguras y sostenibles

Frente a estos desafíos, crece el uso de **botellas reutilizables de acero inoxidable o vidrio**. Estas opciones son **más duraderas**, fáciles de higienizar y **no liberan sustancias nocivas**.

Aunque implican una inversión inicial mayor, su **vida útil prolongada** las convierte en una **alternativa ambientalmente más eficiente**.

En definitiva, repensar el uso de las **botellas plásticas** permite cuidar la salud, **reducir residuos** y avanzar hacia **hábitos más responsables con el ambiente**.

Fuente: Canal 26