

Cada cuánto hay que lavar las zapatillas y cuál es la forma correcta de hacerlo para que no se arruinen

22/11/2024



Las **zapatillas** suelen acumular bastante polvo y suciedad por su uso continuo. Si bien es cierto que no se deben lavar de manera seguida ya que podrían arruinarse, pocas personas conocen cuánto es el tiempo exacto de hacerlo.

En general, la frecuencia con la que tenés que lavar tus zapatillas depende del uso que les des, el material, y la manera en que se ensucian.

Cada cuánto hay que lavar las zapatillas

Las zapatillas **deportivas o de uso diario**, que sean confeccionadas en **tela** por ejemplo, deben lavarse **cada 1 o 2 meses** si las usás regularmente y están expuestas a suciedad leve como el polvo.

A su vez, aquellas que estén fabricadas con **materiales delicados**, es importante **solo limpiarlas con un paño húmedo** y evitar sumergirlas en agua, ya que el contacto directo podría arruinarlas. Evitá lavarlas frecuentemente y hacerlo solo cuano es necesario, idealmente **cada 3 meses**.

Cómo limpiar las zapatillas de forma correcta

1. **Retirá los cordones y plantillas:** Lávalos por separado a mano o en lavadora usando una bolsa de malla.
2. **Sacudí el exceso de suciedad:** Usá un cepillo de cerdas suaves o un paño seco para eliminar tierra o polvo acumulado.
3. **Llená un recipiente** con agua tibia y un detergente suave (como jabón para ropa delicada).
4. Usa un **cepillo de cerdas suaves o un paño:** Frotá suavemente las áreas sucias. Evitá mojar excesivamente las zapatillas, especialmente si son de cuero o materiales delicados.
5. **Aclarado:** Limpiá los restos de jabón con un paño húmedo limpio.
6. **Secado:** Secalas al aire, lejos de fuentes de calor directo (como el sol o secadoras), rellenándolas con papel para mantener la forma.

Consejos adicionales

- No las laves frecuentemente para evitar desgaste.
- Protegé tus zapatillas con un spray impermeabilizante si son de tela gamuzada o cuero.
- Para olores, espolvorea bicarbonato de sodio dentro de las zapatillas y dejalo actuar antes de usar.

Fuente: TN