

# Preguntas Frecuentes

## ¿Cuáles son los beneficios de lavarse las manos con jabón?

Las enfermedades diarreicas y la neumonía son responsables cada año de la muerte de casi 4 millones de niños y niñas menores de cinco años en los países en desarrollo. Los niños y niñas del 20% de los hogares más pobres tienen 10 veces más probabilidades de morir que los niños y niñas del 20% de los hogares más prósperos. Las manos son el principal vehículo portador de gérmenes patógenos, de modo que el lavado con jabón podría evitar 1 millón de estas muertes<sup>1</sup>. El lavado de manos con jabón después de emplear el retrete o de limpiar a un bebé y antes de manipular alimentos puede reducir los índices de enfermedades diarreicas en casi un 50% y los índices de infección respiratoria en una cuarta parte. Lavarse las manos también puede prevenir las infecciones cutáneas y oculares, las lombrices intestinales, el síndrome respiratorio agudo grave y la gripe aviar, además de beneficiar a las personas que viven con el VIH/SIDA.

## ¿Por qué no basta con lavarse sólo con agua?

Lavarse las manos sólo con agua, una práctica más habitual, resulta mucho menos eficaz que hacerlo con jabón. Utilizar jabón prolonga el tiempo de lavado, disuelve la grasa y la suciedad que transporta la mayor parte de los gérmenes al hacer más fácil restregar y frotar las manos, y deja en ellas un agradable olor. Ese olor agradable y la sensación de limpieza que deja el jabón constituyen un incentivo para usarlo.

## ¿Cuáles son los "momentos críticos" en que deberíamos lavarnos las manos con jabón?

Deberíamos lavarnos las manos con jabón después de utilizar el retrete o de limpiar a un bebé y antes de manipular alimentos.

## ¿Cuál es la forma "correcta" de lavarse las manos?

Para un lavado correcto de las manos sólo se precisa jabón y una pequeña cantidad de agua. No es necesario dejar correr el agua del grifo; basta con un pequeño recipiente para el agua o un "grifo Tippy" (los grifos Tippy son bidones o botellas de plástico que expelen una pequeña cantidad de agua –la justa para un buen lavado de manos– cada vez que se inclinan). Lo idóneo es cubrirse las manos mojadas de jabón, restregar bien durante al menos 20 segundos todas las superficies de éstas –las palmas, el dorso, entre los dedos y, en especial, debajo de las uñas–, aclarar bien con agua corriente (mejor que con agua estancada) a continuación, y secarnos con una toalla limpia o agitando las manos en el aire. Una buena forma de medir esos 20 segundos es cantando una canción conocida que dure aproximadamente ese tiempo: por ejemplo, se tarda cerca de 20 segundos en cantar el "Feliz Cumpleaños" dos veces. En todos los países existen canciones populares infantiles cortas que pueden emplearse para este fin.

## ¿Y aquellos que no disponen de jabón?

La carencia de jabón no es un obstáculo importante para el lavado de manos en el hogar: en la inmensa mayoría de los hogares, incluso los más pobres, hay jabón. Estudios realizados en zonas periurbanas y rurales demuestran, por ejemplo, que en el 95% de los hogares de Uganda, el 97% de los hogares de Kenya y el 100% de los hogares del Perú había jabón. El problema es que apenas se emplea para lavarse las manos; se usa prioritariamente para lavar la ropa, bañarse y lavar los platos.

La carencia de jabón puede constituir un obstáculo al lavado de manos en las escuelas; sin embargo, ocurre a veces que las escuelas de los países en desarrollo carecen tanto de jabón como de instalaciones adecuadas para lavarse las manos. Instalar grifos "tippy" y lograr que las asociaciones de padres y madres contribuyan suministrando jabón o creando un pequeño fondo para adquirirlo son buenas opciones. La existencia en las escuelas de letrinas y de lavamanos es crucial para la salud de los estudiantes, así como para reducir el ausentismo.

## ¿Puede el lavado de manos cambiar la situación en los entornos superpoblados y altamente contaminados de los barrios de tugurios?

Sí. Un estudio realizado en Karachi, Pakistán, revelaba que los niños y niñas de comunidades que habían sido objeto de intervenciones relacionadas con el lavado de manos tenían la mitad de probabilidades de padecer diarrea o neumonía que los niños y niñas de comunidades similares que no se habían beneficiado de dichas intervenciones.

## Una vez que las personas comprenden los beneficios del lavado de manos para la salud, ¿lo practican de forma automática?

No. Los seres humanos de todo el mundo no siempre hacen lo que deberían. Si así fuera, todo el mundo mantendría un peso adecuado, nadie bebería ni fumaría en exceso, y nos levantaríamos todos una hora antes para hacer ejercicio.

## ¿La falta de costumbre de lavarse las manos con jabón es un problema sólo en los países en desarrollo?

Incluso en los lugares en que el lavado de manos es, comparativamente, una costumbre arraigada y abundan tanto el jabón como el agua, las personas a menudo olvidan lavarse las manos con jabón. Un estudio practicado en Inglaterra revelaba que las personas se lavaban las manos sólo la mitad de las veces que debieran después de limpiar las heces de un bebé, y un estudio reciente practicado en consultas médicas de los Estados Unidos en relación con la práctica del lavado de manos revelaba que los médicos a menudo olvidaban lavarse las manos con jabón entre la visita de un paciente y otro. El personal médico, que comprende perfectamente los beneficios sanitarios del lavado de manos con jabón, a menudo no lo practicaba debido a la falta de tiempo, a que el papel de las toallas para secarse era demasiado áspero, a que los lavamanos no estaban situados en lugares cómodos, y a que las manos se les cuarteaban debido al lavado frecuente con jabones que resecan la piel.

<sup>1</sup> El manual del lavado de manos se encuentra disponible en [http://esa.un.org/iys/docs/san\\_lib\\_docs/Handwashing\\_Handbook.pdf](http://esa.un.org/iys/docs/san_lib_docs/Handwashing_Handbook.pdf)

Una campaña iniciada en 2005 en hospitales públicos de la ciudad de Nueva York ha logrado reducir drásticamente el número de infecciones graves tales como las infecciones de la sangre y la neumonía contraídas por los pacientes en los hospitales.

## ¿Cómo se pueden modificar los hábitos de las personas en lo que concierne al lavado de manos?

Los profesionales de los sectores de abastecimiento de agua, saneamiento e higiene, así como los fabricantes de jabón, han aprendido mucho acerca de qué es lo que da resultado y lo que no en lo que se refiere a modificar las conductas y los hábitos personales e íntimos. Lo que no da resultado son las soluciones o campañas verticales, de base tecnológica, o las campañas consistentes en mensajes educativos. Lo más eficaz son las iniciativas que amplían las experiencias derivadas a partir de la difusión social. Este nuevo enfoque pone de relieve la importancia de realizar una investigación formativa (un estudio detallado de los intereses, las características, necesidades y motivaciones de las distintas personas que integran una comunidad). Se basa además en el reconocimiento de que no existe una solución aplicable a todos, y en las pruebas que demuestran que promover un único mensaje es más eficaz que promover mensajes múltiples. Los nuevos programas tienen por objeto llegar a su público e influir en él mediante mensajes diseñados para responder a sus necesidades y preferencias, difundidos a través de diversos canales de difusión interpersonal y a través de los medios de comunicación. En resumen, tratar a las personas no como beneficiarios pasivos de un proyecto sino como clientes activos motivados por una amplia variedad de preferencias y motivaciones, da los mejores resultados.

Hay mucho que aprender de las intervenciones que han dado buenos resultados en otros sectores. Los programas de salud reproductiva que prestan atención a las necesidades y preferencias del público dan mejores

resultados que aquellos que imponen objetivos verticales, según revelan los estudios. De igual modo, los métodos que incentivan las actitudes positivas por parte de los proveedores generan mejores resultados que los que se basan en objetivos y prácticas de gestión punitivas. Los programas de saneamiento fructíferos generan una demanda de letrinas y retretes a escala comunitaria apelando al deseo de las personas de obtener una posición social, de aceptación, de solidaridad con la comunidad, de intimidad, de comodidad, de seguridad y confort; el invocar motivos de salud ha demostrado ser bastante menos eficaz a la hora de motivar el cambio de comportamiento. Estas motivaciones ajenas a la salud podrían compararse con las razones que hacen que las personas intenten perder peso: mantener un peso saludable es muy importante para la salud de uno, pero la razón por la que las personas se ponen a dieta no suele ser para estar más saludables sino para tener mejor aspecto.

## ¿Qué es la Alianza entre los sectores público y privado para el lavado de manos con jabón?

La Alianza entre los sectores público y privado para el lavado de manos con jabón es una coalición formada por partes interesadas en la promoción del lavado de manos de todo el mundo. Entre los integrantes de esta alianza, creada en 2001, figuran el Programa de Agua y Saneamiento, UNICEF, el Banco Mundial, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, la London School of Hygiene and Tropical Medicine, la School of Public Health de la Universidad Johns Hopkins, Colgate-Palmolive, Procter & Gamble, Unilever, el Proyecto de Mejora de la Higiene de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional y el Consejo de Colaboración sobre Agua y Saneamiento. Los objetivos de esta alianza son reducir la incidencia de la diarrea y la neumonía en las comunidades pobres a través de alianzas entre los sectores público y privado que promuevan el lavado de manos con jabón, apoyar las intervenciones nacionales a gran escala realizadas por sus integrantes para fomentar el lavado de manos, promoviendo la repetición a escala

mundial de las estrategias fructíferas, y compartir las pruebas científicas que demuestran que el lavado de manos con jabón constituye una intervención excepcionalmente eficaz y rentable. En la Alianza público-privada para el lavado de manos con jabón convergen las técnicas y aptitudes comerciales del sector industrial y las capacidades del sector público, en el contexto de un programa que tiene por objeto salvar las vidas de los niños y niñas.

## ¿A quiénes van dirigidos los programas de promoción del lavado de las manos?

En numerosos países se ha formado una coalición de organizaciones públicas y privadas con el objeto de promover el lavado de manos con jabón a gran escala. La finalidad de estos programas de alianzas es reducir las enfermedades y el número de muertes derivadas de la diarrea y la neumonía en niños y niñas menores de cinco años. Los grupos de población a los que estos programas se dirigen son, principalmente, las madres y otros cuidadores de niños y niñas menores de cinco años. También se dirigen a los niños y niñas en edad escolar, que a menudo son a su vez los encargados de cuidar a sus hermanos más pequeños. Los programas escolares pueden contribuir a inculcar unos hábitos saludables de por vida.

## ¿Quién más puede participar en la promoción del lavado de manos con jabón?

¡Todo el mundo puede contribuir a promover el lavado de manos con jabón! Una buena forma de empezar es averiguando qué iniciativas se han puesto en marcha hasta ahora y, basándose en ellas, ampliarlas. Las campañas de la iniciativa "WASH" (agua, saneamiento e higiene para todos) –alianzas de ámbito nacional formadas entre gobiernos, miembros del parlamento, organizaciones no gubernamentales, medios de comunicación, dirigentes religiosos, grupos comunitarios, escuelas, agentes del sector privado y otras partes interesadas– se han aplicado en numerosos países. El objetivo de estas campañas WASH es facilitar la consecución de objetivos en materia de higiene y saneamiento.