

Especialista hace un llamado a lavarse las manos: “Puede salvar millones de vidas”



Hace unas pocas semanas se celebró la **Jornada Mundial de la Higiene de Manos**, liderada por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

El objetivo de esta instancia es concienciar **sobre la importancia de la higiene de manos en el cuidado de la salud** y unir a las personas en apoyo a su mejora en todo el mundo.

Desde el año 2005, nuestro Sistema de Salud se suma a este objetivo mediante su Programa de Higiene de Manos, contribuyendo además a la Estrategia de la Seguridad del Paciente en los establecimientos de salud, **en donde uno de los riesgos está en la transmisión de microorganismos desde y hacia los pacientes e incluso al mismo personal de salud.**

La higiene de manos, entonces, **se enmarca como una de las medidas más importantes para prevenir la transmisión de microorganismos** perjudiciales para la salud humana.

Esto quedó demostrado de manera fehaciente en el año 2020, **con la llegada de la pandemia por COVID-19.**

“En ese momento, la higiene de manos fue una de las primeras acciones recomendadas para evitar el contagio, ya que no teníamos suficiente información sobre el virus. **Sin duda, esta medida contribuyó a salvar vidas junto con otras estrategias implementadas**”, señaló Karen Caro Vallejos, académica de Escuela de Enfermería, Universidad Andrés Bello Sede Viña del Mar.

“No obstante, al mirar hacia atrás y al no sentirnos amenazados actualmente por una pandemia o por un microorganismo desconocido, no debemos olvidar la importancia de esta medida, sobre todo, **en este frío otoño-invierno**, y en donde las campañas de vacunación nos recuerdan las consecuencias catastróficas que pueden generar los microorganismos que provocan patologías respiratorias en nuestra población infantil, personas mayores y/o con un débil estado de salud o débil sistema inmunológico”, apuntó la especialista.

Higiene de manos en este invierno

Es importante recordar que la higiene de manos incluye tanto el **lavado con agua y jabón como la higienización con alcohol gel.**

“Aunque el alcohol gel tiene una actividad antimicrobiana comprobada, **no es efectivo contra las esporas que algunos microorganismos** pueden producir para defenderse sumado a que pierde su efectividad frente a la presencia de suciedad o humedad”, apuntó la académica.

“Por lo tanto, se recomienda utilizar alcohol gel cuando no sea posible lavarse las manos con agua y jabón **y mantener el hábito de higienizarse antes de comer**, tocarse la cara y al llegar a casa desde lugares públicos”.

En resumen, la higiene de manos es una práctica fundamental para proteger nuestra salud, es la medida más económica, sencilla y eficaz **para reducir el riesgo de infecciones**, pues, las manos se convierten en vehículo y mecanismo de transmisión por contacto para diversos microorganismos.