



Preguntas Frecuentes

¿Cuáles son los beneficios del lavado de manos con jabón?

Las enfermedades diarreicas y la neumonía juntas matan a casi cuatro millones de niños y niñas menores de cinco años en los países en desarrollo cada año. Los niños y niñas del 20 por ciento de las familias más pobres tienen 10 veces más probabilidades de morir que el 20 por ciento de las familias más ricas. Las manos son las principales portadoras de gérmenes que causan enfermedades. Con base en la investigación científica e intensivas pruebas de monitoreo tanto en las viviendas como en las escuelas, se estima que el lavado de manos con jabón podría evitar un millón de esas muertes¹⁰. Lavarse las manos con jabón después de usar el inodoro o limpiar las heces de un niño y antes de manipular alimentos puede reducir la tasa de enfermedades diarreicas casi a la mitad y la tasa de infecciones respiratorias a cerca de un cuarto. El lavado de manos también puede prevenir infecciones cutáneas, infecciones a los ojos, parásitos intestinales, SRAS, la gripe aviaria y la influenza A H1N1, y trae beneficios a la salud de las personas que viven con el VIH/SIDA.

¿Por qué no es suficiente lavarse solamente con agua?

Lavarse las manos solamente con agua, la práctica más común, es significativamente menos efectivo que lavarse las manos con jabón. Si bien usar jabón implica más tiempo en el lavado, frotarse disuelve la grasa y elimina la suciedad que contiene la mayoría de gérmenes, además, deja las manos con un olor agradable. El olor y la sensación de limpieza que deja el jabón crean un incentivo para usarlo.

¿Cuáles son los “momentos críticos” para lavarse las manos con jabón?

Las manos se deben lavar con jabón después de usar el inodoro o de limpiar a un niño después de defecar y antes de manipular alimentos.

¿Cuál es la manera “correcta” de lavarse las manos?

El lavado de manos apropiado requiere jabón y sólo una pequeña cantidad de agua. No es necesario tener agua corriente de un grifo; un pequeño recipiente de agua es suficiente. Se pueden usar latas o botellas de plástico que al ser inclinadas dejan pasar una pequeña cantidad de agua para lavarse las manos (“Tippy Taps”). Las manos húmedas se deben cubrir con jabón y frotar toda la superficie, incluidas las palmas, el dorso, entre los dedos y especialmente debajo de las uñas, por lo menos 20 segundos. Luego, se deben enjuagar bien con agua corriente (es preferible usar agua corriente o echarse agua antes que usar el agua dentro del recipiente) y secarlas, ya sea con una tela limpia o agitando las manos. Una manera fácil de calcular los 20 segundos es encontrar una canción familiar que tome ese tiempo para cantarla; por ejemplo, toma cerca de 20 segundos cantar dos veces la canción del “feliz cumpleaños”. Cada país tiene canciones infantiles populares que se pueden usar para este fin.

¿El jabón antibacterial es mejor que el jabón común para detener la diseminación de enfermedades?

Si se usan de manera apropiada, todos los jabones son igualmente efectivos para eliminar los gérmenes que causan enfermedades diarreicas e infecciones respiratorias

¿Qué pasa con las personas que no tienen acceso al jabón?

La falta de jabón no es una barrera significativa para el lavado de manos en el hogar. Aún la gran mayoría de viviendas pobres tienen jabón en sus hogares. Por ejemplo, una investigación en áreas periurbanas y rurales reveló que había jabón en 95 por ciento de las viviendas de Uganda, en 97 por ciento de las viviendas en Kenia y en 100 por ciento de las viviendas en Perú. El problema es que el jabón rara vez se usa para el lavado de manos. Dan prioridad al uso del jabón para lavar ropa y platos y para bañarse.

La falta de jabón puede ser una barrera para el lavado de manos en las escuelas. Sin embargo, en los países en desarrollo las escuelas generalmente no cuentan con jabones ni con las instalaciones para el lavado de manos. Construir Tippy Taps (recipientes que sirven para echar agua mientras se lavan las manos) y obtener la ayuda de grupos de padres de familia para proveer jabón o crear un pequeño fondo para adquirirlo son buenas opciones. En las escuelas, los inodoros y las instalaciones para el lavado de manos son críticos para la salud de los estudiantes y para reducir el ausentismo.

¿El lavado de manos puede significar una diferencia en los asentamientos pobres altamente poblados y contaminados?

Sí. Un estudio en Karachi, Pakistán, reveló que los niños y niñas de las comunidades donde se realizaron intervenciones intensivas de lavado de manos presentaron la mitad de casos de diarrea o de neumonía que quienes estaban en comunidades similares donde no se habían realizado tales intervenciones.

Una vez que la gente comprende los beneficios del lavado de manos para la salud, ¿lo adopta automáticamente?

No. Las personas de todo el mundo no siempre hacen lo que deberían hacer. Si lo hicieran, todos mantendrían un peso saludable, ninguno fumaría ni bebería en exceso y todos nos levantaríamos al amanecer para hacer una hora de ejercicios cardiovasculares.

¿La falta del lavado de manos con jabón es un problema sólo en los países en desarrollo?

Incluso en los lugares donde el lavado de manos es (comparativamente) una práctica enraizada y se cuenta con jabón y con agua suficiente, muchas veces la gente no se lava las manos con jabón.

Un estudio en Inglaterra reveló que las personas se lavaban las manos sólo la mitad de las veces después de limpiar a un niño que había defecado. Asimismo, un estudio realizado recientemente en médicos de los Estados Unidos reveló que con sorprendente frecuencia ellos no se lavaban las manos con jabón entre cada una de las visitas de sus pacientes. El personal médico, que comprende cabalmente los beneficios del lavado de manos con jabón en la salud, a menudo no lo hace debido a la falta de tiempo, porque el papel para secarse es muy áspero, porque los lavatorios están ubicados de manera inconveniente o porque las manos se resecan por la calidad del jabón. Sin embargo, el lavado de manos con jabón sigue siendo muy importante en el mundo industrializado. En 2005, una campaña para promover el lavado de manos en los hospitales públicos de la ciudad de Nueva York redujo drásticamente el número de infecciones graves, como las infecciones sanguíneas y neumonía que solían contraer los pacientes de los hospitales.

¿Cómo puede cambiar la conducta del lavado de manos de las personas?

Quienes trabajan en el sector de abastecimiento de agua, saneamiento e higiene, así como los fabricantes de jabón han aprendido bastante sobre lo que funciona –y lo que no funciona– en el cambio de comportamientos y hábitos personales. Lo que no funciona son las soluciones o tecnologías que se imparten de manera vertical o las campañas basadas en mensajes de educación de la salud. Lo que resulta más efectivo es usar enfoques basados en lecciones de marketing social. Este nuevo enfoque enfatiza el rol de la investigación formativa cuidadosa (un estudio detallado de los intereses, características, necesidades y motivaciones de las diferentes personas de una comunidad). También se basa en el reconocimiento de que un modelo estándar no funciona igual para todas las personas. Además, la evidencia ha demostrado que promover un solo mensaje es más efectivo que promover múltiples mensajes. Los nuevos programas buscan llegar a sus audiencias objetivo e influenciarlas mediante diversos medios masivos de comunicación y de canales interpersonales con mensajes específicos diseñados para responder a sus necesidades y preferencias expresadas. En pocas palabras, se obtienen mejores resultados cuando se trata a las

personas como consumidores activos motivados por una serie de preferencias y motivaciones y no como beneficiarios pasivos de un proyecto.

Hay mucho que aprender de las intervenciones exitosas de otros sectores. La evidencia muestra que los programas de salud reproductiva que prestan atención a las necesidades y preferencias de sus consumidores trabajan mejor que aquellos que imponen objetivos verticalistas. De manera similar, los enfoques que crean incentivos para adoptar actitudes y comportamientos positivos logran mejores resultados que los que se basan en objetivos y prácticas punitivas. Los programas exitosos de saneamiento generan demanda de inodoros y letrinas en la comunidad debido al deseo que tienen las personas de elevar su estatus y de ser aceptadas; de reforzar la solidaridad comunal; y por razones de privacidad, conveniencia y seguridad. Los argumentos basados en la salud, en cambio, tienden a ser significativamente menos efectivos para motivar el cambio de comportamiento. Las motivaciones que no están relacionadas con la salud se pueden comparar con las razones por las que las personas quieren perder peso. Si bien mantener un peso adecuado es muy importante para la salud, muchas veces las personas no hacen dieta para estar más saludables sino para lucir mejor.

¿Qué es la Alianza Global entre los Sectores Público y Privado para Promover el Lavado de Manos?

Es una coalición internacional de actores preocupados por el lavado de manos. Establecida en 2001, la alianza incluye al Programa de Agua y Saneamiento, el UNICEF, la USAID, el Banco Mundial, la Academia para el Desarrollo Educativo, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, la Escuela de Higiene y Medicina Tropical de Londres, la Escuela de Salud Pública de la Universidad Johns Hopkins, el Centro Internacional de Investigación sobre Enfermedades Diarreicas, Colgate-Palmolive, Procter & Gamble, Unilever, el Proyecto de Mejoramiento de la Higiene de la USAID y el Consejo Colaborativo de Abastecimiento de Agua y Saneamiento.

Sus objetivos son: reducir la incidencia de diarrea y de neumonía en las comunidades pobres mediante alianzas público-privadas que promuevan el lavado de

manos con jabón; apoyar a sus socios en las intervenciones nacionales de lavado de manos de gran escala y promover la réplica de enfoques exitosos, y compartir la evidencia científica que demuestre que el lavado de manos con jabón es una intervención de salud excepcionalmente costo-efectiva. La Alianza combina las habilidades de marketing de la industria y las capacidades del sector público en un programa destinado a salvar la vida de niños y niñas.

¿A quiénes están dirigidas las estrategias de cambio de los programas de promoción del lavado de manos?

En muchos países se ha formado una coalición de organizaciones públicas y privadas para promover el lavado de manos con jabón en gran escala. Los programas de estas asociaciones buscan reducir las enfermedades y muertes debido a la diarrea y la neumonía entre niños menores de cinco años. La principal audiencia objetivo de los programas de estas coaliciones con las madres y los cuidadores de niñas y niños menores de cinco años. Otro grupo objetivo para los programas de lavado de manos son las niñas y niños en edad escolar, quienes a menudo son los cuidadores de sus hermanos menores. Los programas en las escuelas pueden ayudar a establecer hábitos saludables a lo largo de toda la vida.

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

¡Todos podemos contribuir a promover el lavado de manos con jabón! El primer paso es encontrar qué individuos y organizaciones ya están involucrados en este tema y aprovechar esta participación. Las campañas de WASH –las alianzas nacionales de gobiernos y parlamentarios, ONG, medios de comunicación, líderes religiosos, grupos de la comunidad, colegios, el sector privado y otras partes interesadas– se encuentran activos en muchos países. Las campañas de WASH buscan alcanzar las metas de higiene y de saneamiento.