

**Día Mundial del
Lavado de
Manos**

15 de octubre



PUEBLA
Gobierno del Estado
2024 - 2030

Salud
Secretaría de Salud

**POR AMOR A
PUEBLA**

**Pensar
en Grande**

ÍNDICE

- I. Introducción
- II. 15 de octubre, Día Mundial del Lavado de Manos
- III. Técnica correcta del lavado de manos
- IV. Lavado de manos en el entorno escolar
- V. Importancia en la prevención de enfermedades
- VI. Acciones de Promoción de la Salud



I. Introducción

Historia del Lavado de Manos

Orígenes Antiguos

- Civilizaciones antiguas como los egipcios, griegos y romanos ya practicaban la higiene de manos, aunque con fines religiosos o rituales, no médicos.
- En la Biblia y el Corán, también se mencionan lavados de manos antes de comer o rezar, como símbolo de pureza.

Siglo XIX: El descubrimiento científico

- Ignaz Semmelweis (1818–1865)
- Médico húngaro considerado el padre de la higiene de manos.
- En 1847, trabajando en un hospital de Viena, observó que las mujeres atendidas por médicos que no se lavaban las manos después de autopsias morían con más frecuencia de fiebre puerperal que las atendidas por parteras.
- Introdujo el lavado de manos con una solución de cloro y agua, logrando una reducción drástica de muertes.
- Aunque sus colegas lo rechazaron al principio, sus hallazgos sentaron las bases de la antisepsia moderna



Siglo XIX: Confirmación científica

- Louis Pasteur y Joseph Lister
- Pasteur descubrió los microorganismos como causa de enfermedades infecciosas.
- Lister, cirujano británico, aplicó los principios de Pasteur y promovió la antisepsia en cirugía mediante el uso de ácido carbólico (fenol), reforzando la importancia del lavado de manos y materiales.

Siglo XX: Higiene hospitalaria

- El lavado de manos se convirtió en una práctica estándar en hospitales y laboratorios.
- Con el tiempo se desarrollaron jabones antibacterianos, soluciones alcohólicas y protocolos de higiene hospitalaria.
- En 1980, la OMS y los CDC (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades) publicaron guías formales sobre la técnica de lavado de manos



Siglo XXI: Campañas globales

- En 2009, la OMS lanzó el programa “Salve vidas: límpiense las manos”, promoviendo la higiene de manos en los sistemas de salud.
- Cada 15 de octubre se celebra el Día Mundial del Lavado de Manos, impulsado por UNICEF y la OMS, destacando su papel en la prevención de enfermedades como diarreas, infecciones respiratorias y COVID-19.

Importancia actual

- El lavado de manos es considerado la medida más efectiva, simple y económica para prevenir enfermedades infecciosas.
- Sigue siendo clave en hospitales, escuelas y hogares para proteger la salud pública.



México se suma a esta iniciativa impulsada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) desde 2008, con el propósito de promover el hábito del lavado de manos con agua y jabón como una de las medidas más efectivas para prevenir enfermedades infecciosas. En el país, esta fecha cobra especial relevancia al reforzar las acciones de **promoción de la salud** y **educación higiénica**, especialmente en escuelas y comunidades, donde la práctica constante del lavado de manos contribuye a reducir la incidencia de padecimientos como infecciones respiratorias y gastrointestinales. Este día representa una oportunidad para recordar que un gesto tan sencillo puede salvar vidas y fortalecer la cultura del autocuidado en la población mexicana.



Las infecciones asociadas con la atención en salud son las que afectan a un paciente durante el proceso de atención en el hospital u otra instalación de atención sanitaria, que no estaban presentes ni se estaban incubando en el momento del ingreso. No obstante, la falta de higiene de manos del personal médico y enfermería antes y después de estar en contacto con un paciente es probablemente el único factor, relacionado con la transmisión de los microorganismos, común a la mayor parte de las infecciones. El cumplimiento de la higiene de manos es bajo.

El papel de las manos en la transmisión de gérmenes durante la atención clínica se identificó desde 1847 en Viena por Ignaz Semmelweis, observando una disminución de la sepsis puerperal y mortalidad materna cuando se llevaba a cabo este procedimiento. La higiene de manos es el término general que se aplica al lavado de manos con agua y jabón, que se realiza en los centros sanitarios para prevenir las infecciones asociadas con la atención en salud, aunque puede ser realizado con otras sustancias antisépticas.



II. 15 de octubre, Día Mundial del Lavado de Manos

En el marco del “Día Internacional del Lavado de Manos”, tenemos la oportunidad para reflexionar y consolidar hábitos saludables que mejoren la calidad de vida de las familias en México, particularmente de aquellas con niñas y niños.



Las infecciones diarreicas y respiratorias agudas son responsables de la mayor parte de muertes de niños y niñas en el mundo. El lavado de manos es la medida más eficaz para prevenirlas, sin embargo, el lavado de manos con jabón aún se practica muy poco y es difícil de promover a pesar de su potencial para reducir el número de muertes.

El reto es lograr que el lavado de manos con agua y jabón sea un hábito automático, practicado en los hogares, escuelas y comunidades alrededor del mundo. Convertir el lavado de manos con agua y jabón en un hábito arraigado puede salvar más vidas que cualquier intervención médica, reduciendo las muertes por diarrea a casi la mitad, y las muertes por infecciones respiratorias, en una cuarta parte.



III. Técnica correcta del lavado de manos

¿Cómo hacerlo? Frótese las manos con jabón hasta hacer espuma y asegúrese de enjabonarse con la espuma las manos enteras: el dorso, entre los dedos y debajo de las uñas durante 20 a 30 segundos.

¿Cuándo usar el desinfectante de manos a base de alcohol?

- Si no tiene acceso a agua, use desinfectante para manos con al menos 60% de alcohol.
- Coloque suficiente desinfectante para manos a base de alcohol en la palma ahuecada de una mano para mojar ambas manos por completo.
- Frote el líquido en las palmas, el dorso, entre los dedos y debajo de las uñas.



IV. Lavado de manos en el entorno escolar

El lavado de manos en la escuela previene enfermedades al eliminar gérmenes, especialmente antes de comer y después de ir al baño; debe durar al menos 20 segundos, frotando todas las superficies con jabón y agua corriente, y finalizando con el secado y el cierre del grifo sin contacto directo, según PAHO y UNICEF.



VI. Importancia en la prevención de enfermedades

El lavado de manos es una de las medidas más sencillas y efectivas para prevenir diversas enfermedades infecciosas. Ayuda a evitar contagios que pueden ser graves, especialmente en la infancia y en entornos escolares o de atención sanitaria.

Infecciones respiratorias

- Gripe
- Resfriado común
- COVID-19
- Bronquiolitis
- Meningitis

Enfermedades gastrointestinales

- Diarrea (por *E. coli*, *Salmonella*, entre otros agentes)
- Cólera
- Hepatitis A y E
- Gastroenteritis

Otras infecciones

- Conjuntivitis
- Dermatitis y otras infecciones de la piel
- Parasitismo intestinal
- Sepsis (en hospitales o centros de salud)

El lavado de manos frecuente contribuye a **reducir la resistencia a los antibióticos**, al prevenir nuevas infecciones y disminuir el uso innecesario de estos medicamentos.



Cinco datos clave sobre el lavado de manos

- 1. Agua sola no basta:**
El jabón es esencial para eliminar gérmenes; todos los tipos son igual de efectivos.
- 2. Salva vidas:**
Previene diarrea, neumonía y otras infecciones que causan millones de muertes infantiles.
- 3. Momentos críticos:**
Después de ir al baño o limpiar a un niño, y antes de preparar o consumir alimentos.
- 4. Alta costo-efectividad:**
Es una de las intervenciones de salud más económicas y con mayor impacto preventivo.
- 5. Niños como agentes de cambio:**
Pueden promover hábitos de higiene en sus hogares, escuelas y comunidades.



V. Acciones de Promoción de la Salud

Para conmemorar el Día Mundial del Lavado de Manos, el área de Promoción de la Salud realizará, de manera simultánea, un lavado de manos en punto de las 11:00 de la mañana, en las oficinas de las 10 jurisdicciones sanitarias y en todas las unidades médicas, con la participación de las y los trabajadores por la salud y la población en general.

Esto con la finalidad de promover la práctica correcta del lavado de manos para evitar la transmisión de enfermedades.



Directorio

Carlos Alberto Olivier Pacheco

Secretario de Salud y Director General del Organismo Público
Descentralizado denominado Servicios de Salud del Estado de Puebla

Jorge David González García

Subsecretario de Servicios de Salud Zona A de la Secretaría de Salud
y Coordinador de Servicios de Salud Zona A del Organismo Público
Descentralizado denominado Servicios de Salud del Estado de Puebla

María del Rocío Rodríguez Juárez

Subsecretaria de Servicios de Salud Zona B de la Secretaría de Salud
y Coordinadora de Servicios de Salud Zona B del Organismo Público
Descentralizado denominado Servicios de Salud del Estado de Puebla

Crisbel Akaeena Domínguez Estrada

Directora de Salud Pública
y Vigilancia Epidemiológica de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Sofía Morales Zurita

Subdirectora de Salud Pública
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Elaborado por:

Departamento de Promoción de la Salud
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

